



## L'E.H.P.A. nous avril 2026



**CITATION**  
*du mois*



En avril, ne te découvre pas d'un fil, en  
mai, fais ce qu'il te plait

Venez **découvrir le quotidien et les futurs projets des résidents** lors de



**RÉSIDENCE AUTONOMIE  
LE RIVAGE**

# L'AFTER WORK

Ouvert **aux familles, aux résidents et aux partenaires**



**À LA RÉSIDENCE AUTONOMIE LE RIVAGE**

Vendredi **10** avril 2026

**de 17h30 à 19h30**

## **AU PROGRAMME**

- Apéritif dînatoire **préparé par les résidents**
- **Exposition thématique** sur la vie de la résidence
- Remise du passeport «**Afterwork**» (*à compléter*)
- **Temps d'échanges** avec les équipes, les familles et les partenaires

# Sommaire

.....  
**Les anniversaires du mois !**  
.....

**Les menus**  
.....

**Les animations**  
.....

**Le saviez vous ?**  
.....

**La minute prévention**  
.....

**Report'âge**  
.....

**Informations sur la vie de la résidence**  
.....

**Remue méninges**  
.....

**Coloriage magique**  
.....

**Les arrivées**  
.....

**Bloc-notes et outils de bureau**



*Les anniversaires du mois  
de Avril*

**10 avril: Mme JOSEPH Peggy**

**14 avril: Mme COUBEL Geneviève**

**17 avril : Mme PENIN Myriam**

**26 avril: Mme VIN Marie-Françoise**

**30 avril: Mme DINGREVILLE Martine**

**Du 30 mars au 5 avril 2026**

*Restaurants ouverts aux personnes âgées de plus de 60 ans*

**Lundi 30 mars**

Potage

Sauce Carbonara  
Pâtes tortis et fromage râpé

Fromage - beurre  
Fruit

**Mardi 31 mars**

Carotte râpée à l'orange

Foie de boeuf  
Sauce marchand de vin  
Purée de pommes de terre  
Haricots beurre

Fromage - beurre  
Mousse Chocolat

**Mercredi 1<sup>er</sup> avril**

Salade de pdt et tomate

Emincé de volaille  
Sauce champignons  
Pommes de terre fondantes  
Epinards à la crème

Fromage - beurre  
Compote de pomme

**Jeudi 2 avril**

Céleri rémoulade

Croustillant au cheddar  
Sauce crème  
Riz tomate  
Ratatouille

Fromage - beurre  
Yaourt à la vanille

**Vendredi 3 avril**

Betteraves rouges

Poisson blanc  
Sauce béarnaise  
Pommes de terre cube  
Chou fleur béchamel

Fromage - beurre  
Fruit

**Samedi 4 avril**

Cœur de Palmier et Quartier  
de Tomate vinaigrette

Poireau à la flamande  
Pommes de terre vapeur

Fromage - beurre  
Brioche perdue maison

**Dimanche 5 avril**

Pâté en croûte de volaille et  
condiments

Gigot d'agneau  
Sauce à l'ail  
Flageolets et Pommes de terre  
Fagot d'haricots verts

Fromage - beurre  
Nid de Pâques maison

**Entrée · plat · dessert  
et boissons**

**12 €**

(17€ le week-end)  
Réservation 72h à l'avance

Et pour **2,50€**,  
participez aux activités  
de l'après-midi avec  
les résidents.

**Du 6 au 12 avril 2026**

*Restaurants ouverts aux personnes âgées de plus de 60 ans*

**Lundi 6 avril**

Feuilleté de la mer

Paupiette de veau  
Sauce chasseur  
Pommes de terre aux oignons  
Jardinière de légumes

Fromage - beurre  
Ile flottante

**Mardi 7 avril**

Pizza au fromage

Poisson blanc  
Sauce hollandaise  
Riz  
Petits légumes

Fromage - beurre  
Compote de poire

**Mercredi 8 avril**

Carottes râpées

Rôti de dinde  
Sauce colombo  
Pâtes Coquillettes  
Poêlée de brocolis

Fromage - beurre  
Fromage blanc aromatisé

**Jeudi 9 avril**

Potage

Tagliatelles saumon et poireaux

Fromage - beurre  
Fruit

**Vendredi 10 avril**

Macédoine de légumes

Boules d'agneau  
Sauce à l'ancienne  
Pdt grenailles rôties  
Carottes

Fromage - beurre  
Crème dessert café

**Samedi 11 avril**

Potage

Saucisse fumée aux endives  
Pommes de terre quartiers  
Fondue d'endives à l'ail

Fromage - beurre  
Yaourt Grec sur lit  
Abricot-Pêches

**Dimanche 12 avril**

Quiche sans pâte jambon  
poivrons

Coq à la bière  
Pommes de terre croquette  
Petits navets

Fromage - beurre  
Gâteau ananas maison

**Entrée · plat · dessert  
et boissons**

**12 €**

(17€ le week-end)  
Réservation 72h à l'avance

Et pour **2,50€**,  
participez aux activités  
de l'après-midi avec  
les résidents.

# Du 13 au 19 avril 2026

## Restaurants ouverts aux personnes âgées de plus de 60 ans

### Lundi 13 avril

Potage

Aiguillettes de volaille  
Sauce crème  
Pommes de terre cube  
Ratatouille

Fromage - beurre  
Flan caramel

### Mardi 14 avril

Saucisson à l'ail et condiment

Filet de colin corn flakes  
Sauce beurre blanc  
Riz  
Julienne de Légumes

Fromage - beurre  
Fruit

### Mercredi 15 avril

Tomate vinaigrette

Burger de veau  
Sauce basquaise  
Purée de pommes de terre  
Epinards à la crème

Fromage - beurre  
Glace

### Jeudi 16 avril

Céleri rémoulade

Sauce Bolognaise  
Pâtes Spaghettis  
et fromage râpé

Fromage - beurre  
Yaourt nature sucré

### Vendredi 17 avril

Potage

Couscous  
Semoule  
Légumes Couscous

Fromage - beurre  
Fruit

### Samedi 18 avril

Chou blanc à la tomme et noix

Tomate farcie (grand-mère)  
et sa sauce  
Gratin de pdt

Fromage - beurre  
Crème à la pistache

### Dimanche 19 avril

Pêche au thon

Sauté de porc  
Sauce diable  
Pommes de terre dauphine  
Salsifis à l'ail

Fromage - beurre  
Eclair café maison

Entrée - plat - dessert  
et boissons

# 12 €

(17€ le week-end)  
Réservation 72h à l'avance

Et pour **2,50€**,  
participez aux activités  
de l'après-midi avec

# Du 20 au 26 avril 2026

## Restaurants ouverts aux personnes âgées de plus de 60 ans

### Lundi 20 avril

Carotte râpée à l'orange

Escalope de volaille  
Sauce crème champignons  
Frites  
Salade

Fromage - beurre  
Fromage blanc sucré

### Mardi 21 avril

Potage

Sauté de poisson  
Sauce waterzoï  
Pommes de terre vapeur  
Purée de petits pois

Fromage - beurre  
Fruit

### Mercredi 22 avril

Coleslaw

Jambon  
Frites

Fromage - beurre  
Yaourt aux fruits mixés

### Jeudi 23 avril

Macédoine de légumes

Lasagne à la bolognaise

Salade

Fromage - beurre  
Fruit

### Vendredi 24 avril

Mais et concombre en salade

Emincé de dinde  
Sauce chasseur  
Purée de pommes de terre  
Choux de Bruxelles

Fromage - beurre  
Crème dessert caramel

### Samedi 25 avril

Salade de pdt et œuf

Rognons de Bœuf  
Sauce bordelaise  
Pâtes Macaroni  
Champignons à la crème

Fromage - beurre  
Fruit

### Dimanche 26 avril

Charcuterie : Roulade et  
Pâté de campagne

Bœuf miroton  
Pommes de terre au romarin  
Haricots beurre

Fromage - beurre  
Moka au café maison

Entrée - plat - dessert  
et boissons

# 12 €

(17€ le week-end)  
Réservation 72h à l'avance

Et pour **2,50€**,  
participez aux activités  
de l'après-midi avec  
les résidents.

Restaurants ouverts aux personnes âgées de plus de 60 ans

*Lundi 27 avril*

Tomate vinaigrette

Escalope de porc  
Sauce provençale  
Pâtes Coquillettes

Fromage - beurre  
Fruit

*Mardi 28 avril*

Salami et condiment

Sauté de volaille  
Sauce forestière  
Purée de carottes  
Pommes de terre quartiers

Fromage - beurre  
Fromage blanc aromatisé

*Mercredi 29 avril*

Brisures de chou-fleur  
vinaigrette

Poisson blanc  
Sauce crème  
Semoule  
Ratatouille

Fromage - beurre  
Crème dessert vanille

*Jeudi 30 avril*

Betteraves rouges

Chipolatas  
Sauce à l'oignon  
Haricots blancs tomates et pdt  
Carottes rondelles

Fromage - beurre  
Fruit

*Vendredi 1 mai*

Salade d'artichaut vinaigrette

Tête de veau  
Sauce ravigote  
Pommes de terre vapeur  
Légumes

Fromage - beurre  
Pâtisserie

*Samedi 2 mai*

Poireaux vinaigrette

Hachis parmentier maison

Salade

Fromage - beurre  
Liégeois café

*Dimanche 3 mai*

Sardine et toast

Effiloché de porc  
Sauce barbecue  
Pdt grenailles rôties  
Gratin de courgettes

Fromage - beurre  
Chou à la crème pâtissière

Entrée · plat · dessert  
et boissons

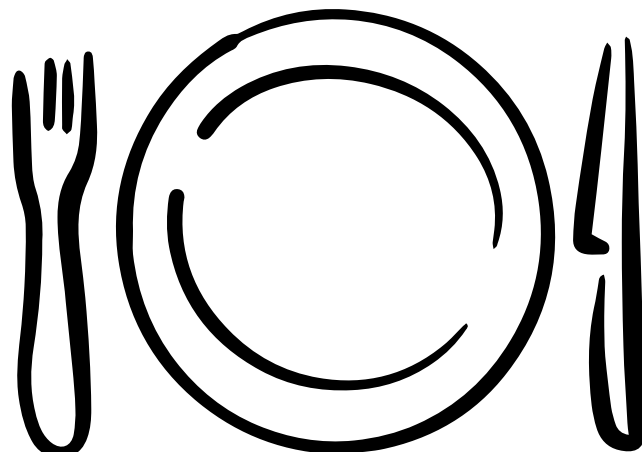
**12 €**

(17€ le week-end)  
Réservation 72h à l'avance

Et pour **2,50€**,  
participez aux activités  
de l'après-midi avec  
les résidents.



***Bon appétit!!!!***



**lundi 30 mars au vendredi 3 avril**

L  
U  
N  
D  
I



**14h30-16h00**  
**Atelier mandala**



M  
A  
R  
D  
I



**14H30-16h00**  
**Jeux sportif**



M  
E  
R  
C  
R  
E  
D  
I



**14h30-16H30**  
**Ouverture**  
**du bar "le nautilus"**

*UnisCité*

J  
E  
U  
D  
I



**14h30-16h00**  
**Fête des anniversaires**  
**avec la chorale "Diapason"**



V  
E  
N  
D  
R  
E  
D  
I



**15h00-16h00**  
**Animation avec le CRT activité**  
**physique**

**14h30-16h**

**Concert Hemiolia aux**  
**Sorbiers**



**Vous êtes les bienvenus !**

**Sous réserve de modifications\***  
**Sur inscription obligatoire \*\***



# Rendez-vous des animations:

**lundi 6 avril au Vendredi 10 avril**

**lundi 13 avril au vendredi 17 avril**

L  
U  
N  
D  
I



**Bonne  
fête de  
Pâques**



L  
U  
N  
D  
I



**15h-16h30  
Atelier esthétique**



M  
A  
R  
D  
I



**10h-11h  
Visite du relais d'assistantes  
maternelles à la résidence**



**14h-16H30  
Loto**

M  
A  
R  
D  
I



**14h30-16h  
Thé dansant inter EHPA à la  
résidence  
avec Cindy accordéoniste**



*UnisCité*

M  
E  
R  
C  
R  
E  
D  
I



**14H30-16h30  
Ouverture du bar  
le "nautilus"**

*UnisCité*

M  
E  
R  
C  
R  
E  
D  
I



**14H à 16H  
Visite de la cité des electriciens  
à Bruay la Buisnière**

*UnisCité*

**14H30 à 16H30  
Ouverture du bar le "Nautilus"**

J  
E  
U  
D  
I



**14h30-15h30  
Rencontre inter générationnelle  
avec les élèves de l'école Prévert**



J  
E  
U  
D  
I



**14H30-16H30  
Atelier créatif  
avec Brigitte**



V  
E  
N  
D  
R  
E  
D  
I

**14h30-16h30  
Préparation de l'afterwork  
17h30-19h30  
Afterwork !!**

V  
E  
N  
D  
R  
E  
D  
I



**15H00-16h00  
Animation avec le CRT  
activité physique**



## **Vous êtes les bienvenus !**

**Sous réserve de modifications\*  
Sur inscription obligatoire \*\***

# Rendez-vous des animations:

**lundi 20 avril au vendredi 24 avril**

**lundi 27 avril au vendredi 1 mai**

L  
U  
N  
D  
I



**14h30-16h00**  
Jeux a la télé connectée



L  
U  
N  
D  
I



**14h30-16H30**  
Selon le temps  
promenade au canal  
ou jeux sportif



M  
A  
R  
D  
I



**14h30-16h30**  
Loto inter RA à la résidence  
Les Sorbiers



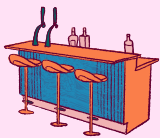
M  
A  
R  
D  
I



**14h30-16h30**  
LOTO  
au club des aînés  
de Beuvry

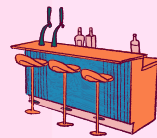


M  
E  
R  
C  
R  
E  
D  
I



**14H30-16h30**  
Ouverture du bar le "nautilus"

M  
E  
R  
C  
R  
E  
D  
I



**14H30-16h30**  
Ouverture du bar le "nautilus"

*UnisCité*

J  
E  
U  
D  
I



**13h30-16h**  
Entretien individuels  
avec l'association APBS  
**14h30-16h00**  
Atelier créatif avec brigitte



J  
E  
U  
D  
I



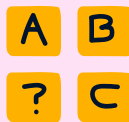
**13h30-16h**  
Entretien individuels  
avec l'association APBS  
**14h30-16h00**  
Atelier créatif avec brigitte



V  
E  
N  
D  
R  
E  
D  
I



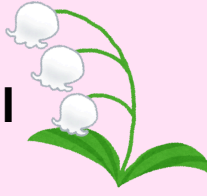
**10h30-11H30**  
Gym douce  
**14h30-16H00**  
Jeux de mots



V  
E  
N  
D  
R  
E  
D  
I



**Fête du travail**



**Vous êtes les bienvenus !**

**Sous réserve de modifications\*  
Sur inscription obligatoire \*\***



# Le saviez-vous ?

## Pourquoi le lundi de Pâques est-il férié ?

La tradition du lundi de Pâques férié trouve en réalité ses racines profondes au Moyen Âge, dans une pratique chrétienne établie par l'empereur Constantin au IV<sup>e</sup> siècle. À cette époque, Constantin avait institué 8 jours de repos, connus sous le nom d'"Octave de Pâques", période durant laquelle chaque jour, y compris le lundi, était marqué par des célébrations et des messes en l'honneur de Pâques.

Toutefois, cette tradition de l'octave entière comme période de repos a été modifiée au début du XIX<sup>e</sup> siècle. En effet, avec la signature du Concordat en 1801, Napoléon Bonaparte, alors Premier consul de la République française, a entamé une réorganisation des jours fériés en lien avec les pratiques de l'Église catholique en France. Cette réforme visait à rationaliser le calendrier des jours chômés, qui comptait à l'époque jusqu'à 50 jours fériés ! Parmi les changements majeurs, Napoléon a décidé de réduire cette semaine de repos à un seul jour férié, le lundi, tout en préservant d'autres dates importantes comme l'Assomption, l'Ascension, Noël et la Toussaint.





# PREVENTION



## 7 règles d'or

*Les médicaments ne sont pas des produits comme les autres*

*Ils sont délivrés pour une indication et une durée précises*



**1** Conservez les médicaments dans un seul endroit de la maison, hors de la portée des enfants.

A l'abri de la lumière, de l'humidité et de la chaleur; Certains médicaments doivent être conservés au réfrigérateur

**2**

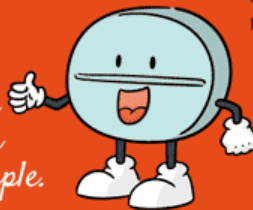
Conservez les dans leur boîte d'origine avec la notice.

La notice comporte les informations importantes sur le bon usage du médicament



**3**

Ne gardez pas tous les médicaments à la maison : ramenez les antibiotiques à la pharmacie par exemple.



**4**

Vérifiez la date de péremption !

Ne pas prendre un médicament périmé. Une fois ouvert, les collyres et solutions buvables se conservent très peu de temps



**5**

Ne reprenez pas automatiquement un médicament même si vous avez l'habitude de l'utiliser.

Vérifier que votre situation n'a pas changé : vous avez un autre traitement en cours, vous êtes enceinte...



**6**

Ne donnez pas vos médicaments à quelqu'un d'autre.

Ils peuvent être inutiles ou dangereux dans une autre situation ou pour une autre personne



**7**

Ne jetez pas les médicaments non utilisés, ramenez les à la pharmacie sans leur emballage carton et leur notice, vous contribuerez à la protection de l'environnement.





## **C'était en Mars !!**

- **Sortie au loto du club des aînés**
- **Carnaval inter EHPA**
- **Promenade le long du canal**
- **Défilé de mode**
- **Repas convivial**









## Flash info de la résidence

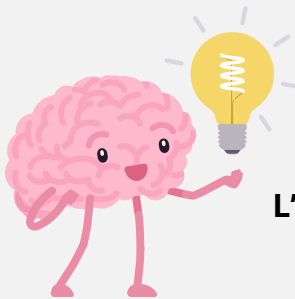
L'association APBS de prévention sur la santé des seniors revient à la résidence



Comme l'année dernière leur action débutera par des entretiens individuels, quelques questions sur votre santé les jeudis 23 avril et 30 avril de 14h à 16h30 à votre domicile.



Merci de vous inscrire sur le tableau d'animation (il y a des créneaux horaires)



L'association proposera des temps collectifs sur des thématiques de santé en juillet !

Pour plus de renseignements vous adresser à Sandrine animatrice

**NEWS**



Sortie à la cité des électriciens le mercredi 15 avril de 14h à 16h

Visite de l'exposition temporaire et visite guidée de la cité des électriciens de Bruay La Buisnière.



Venez redécouvrir et partager vos souvenirs d'enfance lors de cette visite - Prix 5 euros

Si vous êtes intéressé merci de vous inscrire sur le tableau d'affichage.

**NEWS**



Vous souhaitez participer à la prochaine commission menu avec l'UCPR merci de vous adresser à Jessica (responsable de cuisine)



*Nous souhaitons la bienvenue à*

**Mme MOITEL Maryse**  
**Appartement n°26**

**M. PELEGRIS Jean**  
**Appartement n°31**



*Nous regrettons le départ de*

**MME GARGOWITZ Lisa**

**Logement n°3**

**Mme MAXIME Francine**

**Logement n°34**

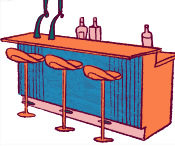




*Prenez soin de vous !*

# Coloriage magique sur le printemps



1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

# avril 2026

dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
29	30	31	1 	2 	3	4
5 	6 	7	8 	9 	10	11
12	13	14 	15 	16	17	18
19	20	21 	22 	23	24	25
26	27	28	29 	30	1	2

© BlankCalendarPages.com

A noter...

