

ANNÉE 2026

JUILLET 2026

# L'ÉCHO DES JOYEUX RÉSIDENTS

---

J U I L L E T 2 0 2 6

## BIENVENUE LA RÉSIDENCE DU PARC

---



---

EHPAD RÉSIDENCE DU PARC

5 RUE DES ÉCOLES 87800 NEXON

TEL : 05.55.58.31.22

---

ADMINISTRATION@EHPAD-NEXON.FR

---

# ANIMATIONS PASSÉES

L'Ehpad de Chalus s'est transformé en véritable arène de convivialité lors de nos "Olympiades". Autour de divers jeux d'adresse, l'ambiance oscillait harmonieusement entre une profonde concentration et des éclats de rire complices.

Chaque participant a rivalisé d'habileté et de précision, sous les encouragements chaleureux des résidents et des soignantes. Ces défis ludiques ont atteint leur objectif premier: créer de précieux moments de plaisir partagés. Les visages, d'abord tendus par le désir de réussir, se sont rapidement illuminés de sourires radieux.



# ANIMATIONS PASSÉES

Malgré la chaleur, Night est venu rendre visite aux résidents. Jeux de balles, cerceaux et croquettes en récompense. Beau moment de détente.



# ANIMATIONS PASSÉES

Rien de tel qu'une salle climatisée et un grand écran pour suivre l'étape du tour de France en Corrèze



# ANIMATIONS PASSÉES

22 jeunes filles originaires de Toulouse, venues en camp d'été près de Nexon avec les guides d'Europe. Elles sont venues nous présenter des petites scènes, des chants et des ombres chinoises sur le thème de la Résistance et de l'histoire de France. Merci à ces jeunes filles pour leurs grandes qualités de comédiennes. A la suite du spectacle, de nombreux échanges ont eu lieu avec les résidents pour le plus grand plaisir de tous.



# ANIMATIONS PASSÉES

Une ligne, deux lignes, et carton plein pour cette après-midi loto. Entre rires et concentration, certains résidents ont eu vraiment beaucoup de chance.



# ANIMATIONS PASSÉES

Nous avons eu la joie d'accueillir Rémi du Cabaret Tapis Rouge de Limoges. Les résidents avaient donné leurs envies en amont, et Rémi a exaucé tous leurs souhaits pour le plus grand plaisir de tous. Un moment suspendu, pleins d'émotions et de bonheur pour tous. Ce spectacle a été organisé et financé par l'Amicale des Résidents.



# ANIMATIONS PASSÉES

Les résidents se sont rendus à la Meyze pour découvrir l'exposition Meyz'Art. Une vingtaine d'artistes locaux y présentent peintures, dessins, sculptures et céramiques. Une visite très appréciée par les résidents et une invitation à découvrir cette belle exposition.



# ACTIVITÉ PHYSIQUE ET BIEN-ETRE

« Comment vos chaussures décident de votre équilibre au quotidien »

Voyez ici l'impact direct du choix des chaussures sur la mobilité, la douleur et la sécurité.

- **À GAUCHE (EN ROUGE) : L'impact des chaussures inadaptées (comme ses nu-pieds actuels).**
  - Le visuel montre des sandales fines et serrées.
  - Un zoom anatomique illustre les os des orteils compressés et tordus, entraînant douleur et inconfort.
  - La silhouette montre une personne voûtée, utilisant une canne, avec une démarche difficile et un risque de chute accru. Les étiquettes indiquent "Orteils comprimés," "Douleur," "Mauvais équilibre."
- **À DROITE (EN VERT) : L'impact de la bonne paire de chaussures (confortables, larges et adaptées).**
  - Le visuel montre des chaussures orthopédiques modernes, faciles à fermer (Velcro).
  - Le zoom montre des orteils libres, bien alignés, favorisant le confort et une stabilité accrue.
  - La silhouette montre la même personne, droite, confiante, souriante et se déplaçant avec un déambulateur de manière fluide. Les étiquettes indiquent "Orteils libres," "Stabilité accrue," "Marche fluide."

**SI VOUS PORTEZ CE TYPE DE CHAUSSURES (NU-PIEDS SERRÉS) : UNE VRAIE PRISON DE DOULEUR, VOILÀ CE QU'IL SE PASSE**



**ET SI VOUS PORTEZ LES BONNES PAIRES DE CHAUSSURES (CONFORTABLES, ADAPTÉES): VOILÀ...**



# INFORMATIONS TRAVAUX

La phase 2 se termine. Semaine 32, les réserves devraient être levées.

Après les congés d'été fin août, la phase 3 va débuter avec la création des vestiaires hommes- femmes et "la salle à manger du personnel".

Voici quelques photos concernant l'avancée de la plonge au RDC et l'avancée des travaux au sous-sol.

A suivre ...



# **ANNIVERSAIRES**

**Mme NICAUD Odette a fêté ses 98 ans le 06 juillet**

**Mme VOISIN Jeanine a fêté ses 90 ans le 08 juillet**

**Mme REYNAUD Marie Louise a fêté ses 95 ans le 11 juillet**

**Mme BOULESTEIX Micheline a fêté ses 85 ans le 16 juillet**

**Mme VALADE Irène a fêté ses 98 ans le 17 juillet**

**M COMMENOZ Jean a fêté ses 98 ans le 20 juillet**

**Mme BRETOUT Denise a fêté ses 90 ans le 31 juillet**



# **LES RÉSIDENTS QUI NOUS ONT QUITTÉS**

**Mme BOULESTEIX Micheline nous a quittés le 27 juillet à l'âge de 85 ans, elle résidait à l'Ehpad de Nexon depuis décembre 2023.**

**Mme DEVEAUX Yvette est partie pour un retour à domicile le 27 juillet, elle résidait à l'Ehpad de Nexon depuis janvier 2024.**

# **BIENVENUE AUX NOUVEAUX RÉSIDENTS**

**M BARRIERE Jean est arrivé le 16 juillet, il vient de LIMOGES .**

**Mme SERVOS Andréea est arrivée le 21 juillet, elle vient de LIMOGES .**

# RECETTE DU COLOMBO DE POULET ANTILLAIS

Par Mme B. Honorat



Blanc(s) de  
poulet  
**1,2 kg**



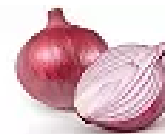
Pomme(s) de  
terre  
**4**



Aubergine(s)  
**1**



Ail  
**4 gousse(s)**



Oignon(s)  
**2**



Persil  
**5 Branches**



Coriandre  
fraîche  
**5 branche(s)**



Piment  
végétarien  
**2**



Cive  
**2 branche(s)**



Citron(s) vert(s)  
**0,5**



Citron(s)  
**2**



Colombo  
**2 c. à soupe**



Mélange  
d'épices  
**6 g**



Sel poivre du  
moulin

## Préparation et marinade du poulet

Découpez les blancs de poulet en cubes et arrosez-les avec 2 c. à soupe d'huile d'olive et le jus de citron. Ajoutez l'ail écrasé, les oignons et les branches de cive émincés, les piments végétariens, le persil haché et 2 c. à soupe de colombo. Salez, poivrez et mélangez bien avec vos mains. Le poulet doit être bien enrobé. Laissez mariner 2 heures minimum au réfrigérateur (une nuit dans l'idéal).

## Saisie du poulet et préparation des épices

Après ce délai, sortez le poulet et débarrassez-le de tous les aromates. Gardez bien toute la marinade dans un bol. Faites chauffer le reste d'huile dans une cocotte et mettez-y votre mélange d'épices : dans l'idéal, des graines à roussir (cumin, moutarde, fénugrec).

Lorsqu'elles commencent à éclater, enlevez-les et réservez.

## Cuisson du colombo

Dans la même cocotte, mettez à dorer les cubes de poulet préalablement égouttés.

Mélangez et faites revenir à feu doux 10 min jusqu'à ce que la viande rende son eau.

Ajoutez les légumes, la coriandre et la marinade. Mouillez d'eau (environ 500 ml) et ajoutez le reste de colombo et les épices préalablement roussies. Couvrez et laissez mijoter 30 à 40 min.

## Finition et service

Arrosez avec le jus de citron vert, mélangez. Décorez de quelques feuilles de coriandre fraîche et servez bien chaud avec une timbale de riz parfumé.

# COLORIAGE



# MOTS MÉLÉS



## Mots mêlés des Vacances d'été

Retrouve les mots proposés de la liste ci-dessous à l'intérieur de la grille. Les mots peuvent être inscrits de manière horizontale, verticale ou en diagonale.



|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| T | E | R | R | A | S | S | E | A | O | Z | I | K | L |
| H | P | R | M | E | R | C | H | A | L | E | U | R | N |
| G | S | G | Z | D | C | A | M | P | I | N | G | G | K |
| C | O | P | A | I | N | V | O | Y | A | G | E | Z | V |
| F | U | M | F | Z | S | A | N | D | A | L | E | W | Q |
| P | V | A | C | A | N | C | E | S | O | I | D | Y | S |
| Y | J | L | O | P | H | W | U | H | J | N | N | F | V |
| S | B | G | L | A | C | E | L | W | E | B | E | K | M |
| N | S | F | A | M | O | C | É | A | N | G | T | V | X |
| C | F | S | O | L | E | I | L | U | O | M | K | Y | O |
| K | Q | I | N | G | S | Q | P | R | E | P | O | S | Q |
| B | B | U | T | G | M | J | O | U | E | R | L | F | I |
| R | P | L | A | G | E | X | P | A | R | A | S | O | L |
| R | C | H | A | P | E | A | U | B | F | C | B | B | I |

- camping
- chapeau
- glace
- mer
- parasol
- repos
- soleil
- vacances
- chaleur
- copain
- jouer
- océan
- plage
- sandale
- terrasse
- voyage

