



La petite Gazette de la résidence Beauregard

Du mois de Mai 2026

Bonjour à toutes et à tous,

Ce mois-ci a été rythmé de belles épiphanies, alors je tenais à vous remercier, car grâce à vous, nous avons le plus beau métier du monde.

Vos sourires, vos larmes, vos petites et grandes anecdotes, vos confidences, vos transmissions, vos blagues et devinettes, chacune de vos histoires rendent notre quotidien à vos côtés riche de sens. Nous vous remercions de répondre présent.es à toutes nos activités, des plus calmes aux plus extravagantes !

Nous vous remercions pour votre confiance et votre gentillesse. Chaque moment partagé à vos côtés est la source de notre motivation pour la suite. Votre engouement pour nos projets nous donne envie de vous emmener encore plus loin dans les découvertes et les expériences. Votre satisfaction et votre bien-être sont les plus belles récompenses.

Bref, sur toutes ces déclarations, nous vous promettons un mois de Juin riche en convivialité, en moment festif, en repas partagé, en rencontre intergénérationnelle... Un mois de Juin plein de vie quoi.

Alors, préparez-vous à festoyer à nos côtés. Parez votre plus beau chapeau, hissez vos lunettes de soleil à la cime de votre nez, emportez avec vous votre énergie solaire et décalée et n'oubliez pas de sourire...

Juin, on est prêt.es à vivre plein de choses !



Les échanges au sein de la résidence, Ce mois-ci...

Des fleurs, pour égayer vos cœurs...

Durant nos échanges de ce mois-ci, imprégnés par le printemps, l'odeur des premières roses, le spectacle des pétunias, quelques poussières de pollen qui ne laissent pas tranquilles certains d'entre vous ; j'ai pu constater à quel point le jardin pouvait être thérapeutique pour vous. Que ce soit pour cultiver vos légumes, fruits ou encore pour fleurir vos extérieurs : le silence, la terre, la beauté des fleurs, la récompense du plein panier et des maisons fleuries étaient, selon vous, le pansement à certain de vos maux.

Une résidente m'a partagé, lors d'un échange, passer deux heures le matin et deux heures le soir dans son jardin pour s'occuper de ses fleurs. D'abord surprise, je lui ai alors répondu que c'était contraignant de devoir y passer autant de temps ; mais sa réponse m'a permis de conscientiser davantage l'écart entre nos générations :

« Mais ce n'était pas du tout une contrainte, il n'y avait pas meilleur endroit que dans mon jardin. Le matin, je déjeunais vers 6H30, et hop, je filais à mes fleurs. J'étais bien mieux qu'ailleurs. Puis, j'en faisais des bouquets. J'adorais avoir des fleurs de mon jardin dans ma maison. Et, elles me duraient parfois 3 semaines, je changeais l'eau tous les jours et les sortais la nuit. »

A cette époque où tout nous pousse à l'intérieur (la domination par les écrans) se creusent de plus en plus les traces de la vôtre, qui viviez à l'extérieur. Le jardinage floral est plus qu'un simple passe-temps délicieux ; il constitue une passerelle puissante vers un bien-être holistique qui nourrit à la fois l'esprit et le corps.

Dans le monde trépidant d'aujourd'hui, où le stress et l'anxiété occupent souvent le devant de la scène, le simple fait de planter et de prendre soin des fleurs peut offrir une évasion rafraîchissante dans les bras de la nature. Les couleurs vibrantes, les parfums captivants et les textures

délicates de la flore épanouie embellissent non seulement notre environnement, mais favorisent également un profond sentiment de tranquillité et de joie.

Des recherches ont montré que passer du temps dans les espaces verts, en particulier ceux ornés de fleurs, peut réduire considérablement le niveau de stress et améliorer l'humeur.

Alors, chers amis, après tous ces partages, n'hésitez pas à sortir le bout du votre nez sur les terrasses de vos services, ou encore du hall d'accueil. Vous pourrez profiter, en attendant les jardins généreux du tiers-lieu, du spectacle de fleurs que nous offre ce si beau printemps. N'hésitez pas à retirer les mauvaises herbes, arroser, faire tout ce que vous aimiez faire quand ces plantes ornaient vos maisons. Et surtout, n'hésitez pas à nous partager vos conseils concernant l'entretien du jardin, vos dictons, vos petites astuces... nous sommes heureuses d'apprendre à vos côtés.



« Fleurs de février ne va pas au pommier »

« Des fleurs qu'en mars on verra, peu de fruits on mangera »

« À la Saint Luc, la betterave devient sucre »



« Quand la lune rousse est passée, on ne craint plus la gelée »

« Un binage vaut deux arrosages »

« Si tu sèmes tes poireaux à la Sainte Agathe, pour un brin, tu en auras quatre »

Les photos du mois de Mai.



Nous avons débuté ce joli mois de Mai par la valorisation du si beau travail conçu sur le mois d'Avril en partenariat avec le « Théâtre de Privas ». Le Mardi 5 Mai, à 17H, avait lieu le vernissage à la salle Louis Nodon. Nous avons débuté la soirée par une interview sur RDB puis terminé la soirée avec un apéritif avec les habitants, élus, artistes pour clôturer ce chouette partenariat artistique.



Bon  appetit

C'est avec beaucoup de plaisir que nous sommes allés, ce jeudi 7 mai, déguster la bonne cuisine mijotée au feu de bois de l'auberge de Boffres. Une journée tout en douceur, où le plaisir et la détente étaient au rendez-vous.

Nous avons été accueillis et servis avec beaucoup d'amour et nous nous sommes toutes et tous régalés. Vivement la prochaine sortie au restaurant...





Le sourire aux lèvres, casquette sur la tête, rayon de soleil dans le dos... On annonce la saison de la pétanque ouverte ! Venez vous entraîner avant l'ouverture du tout nouveau terrain de pétanque prochainement au Tiers-lieu.



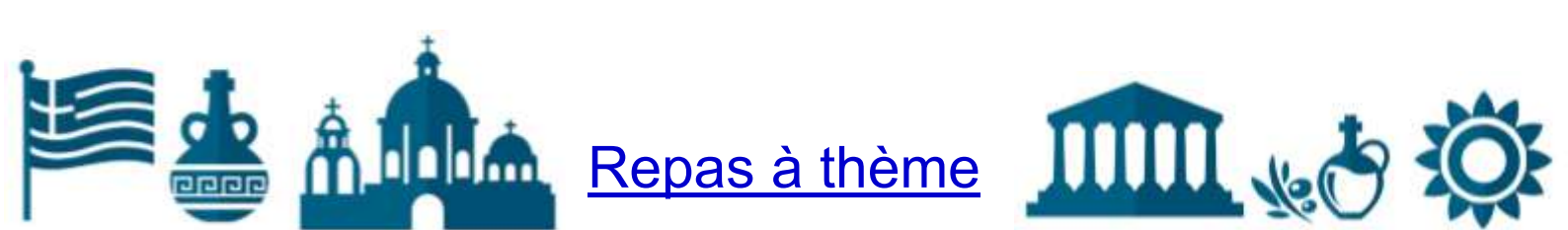
Nous nous sommes rendu.es, ce jeudi 21 Mai, à l'atelier des potières "POTAO", à Vernoux-en-Vivarais. Pour ce premier atelier, nous avons découvert la relation à la terre, différentes techniques de modelage et nous avons pu créer un bol qui donnera une saveur particulière à nos cafés journaliers.



Commission « plan de table » au service des abricotiers : un espace d'échanges dans un cadre bienveillant et sécurisant qui permet de réfléchir collectivement à des solutions pour un lieu de vie agréable pour toutes et tous.

Votre bien-être : notre mission du quotidien.





Repas à thème

Ce mois-ci, la Grèce a été mise à l'honneur... Le soleil était au rendez-vous pour nous immerger pleinement dans l'ambiance de ce si beau pays ! Avec des saveurs de féta et d'olives ; d'aubergines et d'agrumes, en fermant les yeux, nous pouvions probablement nous imaginer ces bâtiments iconiques baignés de couleur blanches et bleues.

A travers cette balade gustative, certain.es d'entre vous ont pu nous partager des souvenirs en lien avec ce pays antique.

Pour ce jeudi 28 Mai, voici les mets qui vous ont été proposés :

Blinis et Tatziki (fromage frais, concombre et aneth)

Salade grecque (Mâche, féta, tomates, olives noires et oignons rouges)

Moussaka (Aubergine et viande hachée)

Yaourt à la grecque et son coulis de fruits de la passion

Potokalopita (Gâteau à l'orange) sur son lit d'agrumes



Ce fût un franc succès.

Merci à l'équipe des cuisiniers et des cuisinières de nous faire découvrir chaque mois de nouvelles saveurs régionales/nationales.



Le saviez-vous ?

Les historiens pensent que les premiers Jeux Olympiques (dont le nom dérive d'ailleurs d'Olympe, le nom de la montagne grecque sur laquelle les dieux de leur mythologie vivaient) ont eu lieu au 8ème siècle avant notre ère en l'honneur du plus grand des dieux, Zeus. ⚡

Les deux sports les plus populaires étaient la course de chariot et une sorte de lutte à mains nues appelée *pankration*, et seuls les hommes pouvaient participer aux jeux. Nos Jeux Olympiques à nous ont donc bien changé ! 🌊





Petites infos !



Un problème ? Une réflexion collective !

Ce mercredi 13 Mai, une commission « Plan de table » s'est tenue au service des abricotiers.

Après plusieurs remaniements et mécontentements dans le service au moment du repas, le personnel de l'établissement s'est mobilisé pour réunir les résident.es et réfléchir ensemble à une proposition qui pourrait convenir à toutes et à tous.

Marine, IDEC, a animé ces échanges dans un cadre sécurisant, où toutes et tous avaient la place de déposer et d'être entendu.e dans ce qui était important pour lui/elle.

« C'est nous qui vivons ici, c'est notre maison » a pu verbaliser une résidente. Et c'est avant tout pour cette raison-là que nous avons à cœur que votre lieu de vie soit un environnement confortable, agréable et sécurisant.

Si ce n'est pas le cas, n'hésitez pas à le faire remonter auprès du personnel de votre service (AS, ASH, IDE) ou auprès de Marine, IDEC, qui se portent garant.es de porte-parole auprès de l'équipe d'encadrement.

Des commissions comme celle-ci peuvent facilement s'organiser afin de réfléchir à des solutions ensemble. Et pour clôturer ces échanges riches de sens, nous pouvons même imaginer qu'ils se terminent par un petit verre de l'amitié !

Et n'oubliez pas : « Seul on va vite, ensemble, on va loin ! »

Les dates à retenir

Lundi 1er et 15 Juin : Lectures et Papotes

Lundi 1er Juin : Barbecue pour le service du Tilleul

Jeudis 4 et 18 Juin : Atelier poterie (sur inscription)

Mardi 9 Juin : Tango thérapeutique, en salle Beauregard, avec les familles

Mercredi 10 Juin : Ardéchoise

Jeudi 11 Juin : Barbecue pour le service des Pommiers

Mardi 16 Juin : Danse Assise, avec Marianne et Mylène

Mercredi 10 Juin : Ludothèque Ardé'jeux, avec le centre de Loisirs

Jeudi 18 Juin : Fête des Cerisiers

Samedi 20 Juin : Spectacle de danse et de cerceaux aériens, avec Emilie et Coline

Jeudi 25 Juin : Barbecue géant, avec les familles

Mardi 30 Juin : Olympiades intergénérationnelles



Remue-méninge



Devinette du mois d'Avril :

⚙ Pourquoi les moutons se lavent-ils les dents ?

Réponse : Parce qu'ils veulent garder la laine fraîche !



⚙ Qui a deux branches, mais pas de feuilles ?

Réponse : Les lunettes.

⚙ Je suis un oiseau, mais aussi un fruit. Qui suis-je ?

Réponse : Le kiwi.

Quiz du mois de mai sur l'Ardèche :



⚙ Quelle est la population de l'Ardèche ?

Env 73 000 habitants

Env 330 000 habitants

Env 146 000 habitants

⚙ Quelle est la commune la plus peuplée de l'Ardèche ?

Annonay

Privas

Tournon-sur-Rhône

⚙ Parmi les cours d'eau suivants, sélectionnez celui qui coule en Ardèche ?

La Faverolle

L'Odomez

L'Ay

⚙ Quel est ce château ?

Le château de Vogüe

Le château d'Alba

Le château de Roure

