



Les Quatre Cadrans



# NEWSLETTER

## EHPAD Les 4 Cadrans - Décembre 2025

Nous avons le plaisir de vous transmettre notre newsletter pour ce mois de décembre. Plongez dans l'ambiance des fêtes avec nos activités et menus conçus pour célébrer cette période chaleureuse.

Bon mois de décembre et joyeuses fêtes de fin d'année !

**N'oubliez pas de scanner pour visiter notre site web**



## ANIMATIONS

### Mardi 02

12h : Sortie au restaurant (Auberge des voyageurs à Châtelus)



### Jeudi 11

15h : Spectacle de fin d'année. Les familles sont les bienvenues. Afin de ne pas perturber le bon déroulement du spectacle, les familles qui désirent se joindre à nous sont invitées à venir s'installer à 14h45.

### Mardi 16

15h : Chorale de Noël avec la troupe de Parsac. Les élèves de l'école de Châtelus sont invités. Les familles sont bienvenues.

### Vendredi 19

15h30 : Fête du Noël des familles, goûter de Noël avec animation musicale.



### Mercredi 10

14h15 : Sortie invitation par l'Association Déclic Nord Creuse à Genouillac, visite de la boutique de Noël avec animation artisanale autour de la laine.



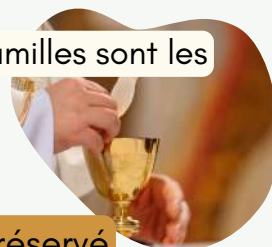
### Vendredi 12

15h30 : Fête des anniversaires du trimestre. Les familles des résidents concernés sont invitées sur réservation.



### Jeudi 18

15h : Messe de Noël. Les familles sont les bienvenues.



### Hors animations :

- Art-thérapie le lundi (réservé exclusivement aux résidents de l'Unité) : 1/12 et 8/12, reprise de l'Art-thérapie le 5/01/2026.
- Gym
- Loto (5/12 et Chant 9/12 à 15h) : les familles sont les bienvenues.

**L'animatrice sera en congés à partir du lundi 22 décembre. Les animations reprendront le lundi 05 janvier 2026.**

# FERMETURE DE LA PHARMACIE À USAGE INTERNE

## Mesdames, Messieurs,

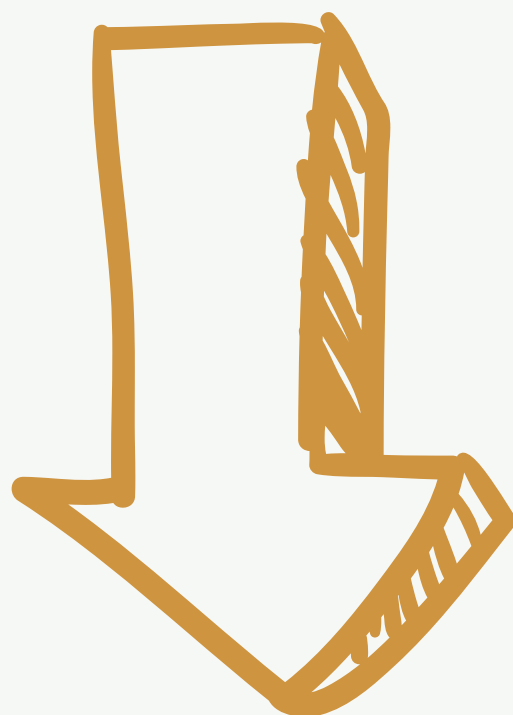
Comme vous le savez, le 1er janvier 2026, notre établissement change de fonctionnement au niveau de sa pharmacie.

Ainsi, nous vous remercions de bien vouloir vérifier que vos contrats de mutuelle remboursent bien les médicaments (vignette blanche/vignette bleue).

En cas de doute, vous pouvez vous rapprocher de l'assistante sociale au **06 62 82 00 48**



## LES MENUS DU MOIS





# Menus du 1er au 07 décembre 2025

**JOUR**

**MATIN**

**SOIR**

**LUNDI  
1ER/12**



*Jambon blanc  
Fondu Creusois  
Frites, salade verte  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Gratin de butternut  
au jambon  
Fromage ou Laitage  
Riz au lait*

**MARDI  
02/12**



*Haricots rouges au  
thon - Escalope de  
dinde à la crème  
Endives braisées  
Fromage - Fruit*



*Potage  
Pâtes au saumon  
Fromage ou Laitage  
Poire au vin*

**MERCREDI  
03/12**



*Haricots verts  
vinaigrette  
Saucisse de  
Toulouse Lentilles  
Fromage - Fruit*



*Potage  
Omelette aux  
champignons  
Salade Fromage ou  
Laitage Compote*

**JEUDI  
04/12**



*Betteraves rouges  
vinaigrette  
Lasagne bolognaise  
Salade Fromage  
Pâtisserie*



*Potage  
Tarte aux oignons  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Compote*

**VENDREDI  
05/12**



*Pâté de lapin Filet  
de poisson pané  
Petit pois à la  
française  
Fromage - Fruit*



*Potage - Quenelle  
de veau sauce  
aurore - Riz  
Fromage ou Laitage  
Salade de fruits*

**SAMEDI  
06/12**

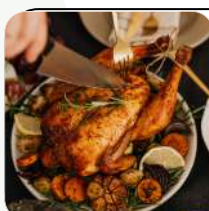


*Champignons à la  
grecque Tête de  
veau sauce gribiche  
Pommes persillées  
Fromage Fruit*



*Potage  
Roulade de poireaux  
au jambon  
Fromage ou Laitage  
Ile flottante*

**DIMANCHE  
07/12**



*Salade de choux frisés  
au comté - Cuisse de  
canette rôtie  
Navets braisés  
Fromage  
Brioche perdue*



*Potage  
Raviolis Gratinés  
Fromage ou Laitage  
Compote de fruits  
crus*

**BON APPÉTIT !**



# Menus du 08 au 14 décembre 2025

**JOUR**

**MATIN**

**SOIR**

**LUNDI  
08/12**



*Haricots beurres  
vinaigrette - Boudin  
noir aux oignons  
Marrons, pommes  
fruit Fromage Fruit*



*Potage  
Endive au jambon  
Fromage ou Laitage  
Crème renversé*

**MARDI  
09/12**



*Sardines à l'huile  
Choucroute  
Fromage  
Gaufre de Bruxelles*



*Potage  
Pâtes bolognaises  
Fromage ou Laitage  
Fruit*

**MERCREDI  
10/12**



*Langue en gelée So  
l'y laisse de dinde  
sauce moutarde -  
Carottes vichy  
Fromage - Fruit*



*Potage - Omelette  
aux pommes de terre  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Crème dessert*

**JEUDI  
11/12**



*Jambon blanc  
Pâté aux pommes de  
terre  
Salade Fromage  
Fruit*



*Potage Poêlée de  
légumes oubliés à la  
volaille  
Fromage ou Laitage  
Mousse de fruits*

**VENDREDI  
12/12**



*Carottes râpées  
Dos de cabillaud aux  
fèves  
Riz pilaf  
Fromage - Fruit*



*Potage  
Tarte  
lardons/brocolis  
Salade Fromage ou  
Laitage Œufs au lait*

**SAMEDI  
13/12**



*Salade de mache  
campagnarde  
Boulette de bœuf  
façon couscous  
Semoule  
Fromage - Fruit*



*Potage  
Gratin dauphinois au  
thon  
Fromage ou Laitage  
Liégeois café*

**DIMANCHE  
14/12**



*Pâté en croûte  
Pintade  
Choux braisés  
Fromage  
Gâteau basque*



*Potage - Cake au  
jambon - Salade  
verte Fromage ou  
Laitage - Compote  
de fruits crus*

**BON APPÉTIT !**



# Menus du 15 au 21 décembre 2025

## JOUR

## MATIN

## SOIR

**LUNDI**  
15/12



Œuf mayonnaise  
Sauté de poulet sauce  
chasseur - Choux de  
Bruxelles braisés  
Fromage Gâteau de  
semoule



Potage  
Pâte au Saumon  
Fromage ou Laitage  
Compote

**MARDI**  
16/12



Lentilles vinaigrette  
Rôti de porc au jus  
Blettes persillées  
Fromage  
Fruit



Potage  
Pommes de terre  
boulangères  
Fromage ou Laitage  
Crème Dessert

**MERCREDI**  
17/12



Jambon blanc  
Fondou frites  
Salade  
Fromage  
Fruit



Potage  
Flan de brocolis aux  
lardons - Fromage ou  
Laitage - Pomme au  
four

**JEUDI**  
18/12



Poireaux vinaigrette  
Bœuf  
Carottes  
Fromage  
Pâtisserie



Potage  
Œufs à la portugaise  
Riz pilaf  
Fromage ou Laitage  
Salade de Fruits

**VENDREDI**  
19/12



Museau de porc  
vinaigrette - Filet de  
perche sauce  
Dieppoise - Epinards  
braisés à l'ail  
Fromage - Fruit



Potage  
Tarte aux oignons  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Poire au vin

**SAMEDI**  
20/12



Macédoine de  
légumes vinaigrette  
Langue de bœuf  
sauce piquante  
Macaronis  
Fromage - Flan



Potage  
Hachis parmentier  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Fruit

**DIMANCHE**  
21/12



Rillettes - Rôti de  
veau au jus -  
Flageolets forestiers  
Fromage  
Paris Brest



Potage - Roulé au  
Fromage - Salade  
Fromage ou Laitage  
Compote de fruits  
crus

**BON APPÉTIT !**



# Menus du 22 au 28 décembre 2025

**JOUR**

**MATIN**

**SOIR**

**LUNDI  
22/12**



*Betteraves rouges au chèvre - Saucisse de Toulouse - Petit pois carottes - Fromage Pruneaux au sirop*



*Potage Quenelle sauce forestière - Semoule Fromage ou Laitage Riz au lait*

**MARDI  
23/12**



*Sardines à l'huile Poulet rôti - Endives braisées Fromage Chausson aux pomme*

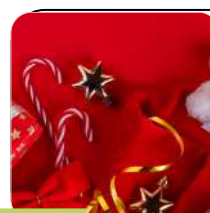


*Potage Macaronis à la carbonara Fromage ou Laitage Fruit*

**MERCREDI  
24/12**



*Haricots vinaigrette Sauté de porc au vin blanc - Lentilles persillées Fromage - Fruit*



**MENU DU  
REVEILLON**

**JEUDI  
25/12**



**MENU  
DE NOËL**



*Potage Quiche lorraine Salade Fromage ou Laitage Fruit*

**VENDREDI  
26/12**



*Salade coleslaw Aile de raie aux câpres - Pommes sautées Fromage - Fruit*



*Potage - Gratin de brocolis au maroille Fromage ou Laitage Crème dessert*

**SAMEDI  
27/12**



*Céleri rémoulade Jambon sauce porto Haricots blancs persillés Fromage - Fruit*



*Potage Cannellonis gratinés Fromage ou Laitage Salade de Fruits*

**DIMANCHE  
28/12**



*Pâté de campagne Poule au pot Riz pilaf Fromage Flognarde aux poires*



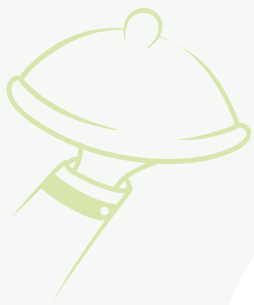
*Potage - Crêpes fourrées maison Salade Fromage ou Laitage Compote*

**BON APPÉTIT !**

# Menus du 29 décembre 2025 au 04 janvier 2026

JOUR	MATIN	SOIR
LUNDI 29/12	 <p>Sardines à l'huile Fricassée de dinde à la moutarde - Salsifis à l'ail - Fromage Gâteau de semoule</p>	 <p>Potage Parmentier de poisson - Salade Fromage ou Laitage Salade de fruits</p>
MARDI 30/12	 <p>Haricots verts vinaigrette Rôti de porc au jus Choux de Bruxelles Fromage Tarte aux fruits</p>	 <p>Potage Macaronis à la bolognaise Fromage ou Laitage Flan</p>
MERCREDI 31/12	 <p>Salade de pommes de terre Harengs Sauté de veau à l'ancienne Flageolets Fromage Fruit</p>	 <p><b>MENU DU REVEILLON</b></p>
JEUDI 1ER/01	 <p><b>MENU DU NOUVEL AN</b></p>	 <p>Potage Œufs durs - Chimay Semoule Fromage ou Laitage Fruit</p>
VENDREDI 02/01	 <p>Salade de choux Brandade de poisson Salade Fromage Fruit</p>	 <p>Potage Quiche lorraine Salade Fromage ou Laitage Liégeois</p>
SAMEDI 03/01	 <p>Haricots rouges au thon - Bœuf bourguignon Endives braisées Fromage - Compote</p>	 <p>Potage - Crêpes fourrées maison Salade Fromage ou Laitage Œuf au lait</p>
DIMANCHE 04/01	 <p>Betteraves rouges vinaigrette Rissolette de veau Pâtes Fromage Paris Brest</p>	 <p>Potage Gratin de butternut au jambon - Salade Fromage ou Laitage Compote</p>

**BON APPÉTIT !**



***Veillez noter que les menus  
peuvent être ajustés en cas de  
problèmes d'approvisionnement  
ou techniques. La viande utilisée  
est d'origine de l'Union  
européenne.***

**bon appétit et bonnes  
fêtes de fin d'année**



**DIRECTION COMMUNE**

EHPAD Ajain\_Boussac\_Châtelus-Malvaleix