



Les Quatre Cadrans

NEWSLETTER

Janvier 2026

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



Bonne et heureuse année

2026 démarre... et quoi de mieux que cette première newsletter pour lancer l'année ensemble ? Nous vous souhaitons à toutes et à tous une très belle année.

2026

ANIMATIONS

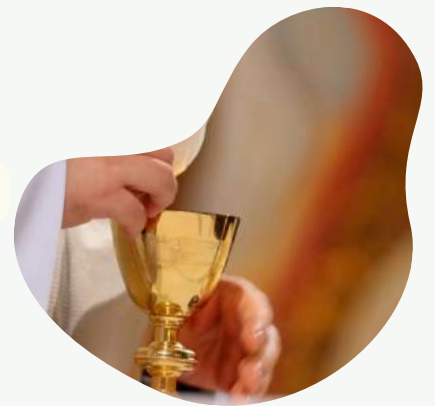
Vendredi 09

Cérémonie des voeux avec sa traditionnelle galette des rois et ambiance accordéon. Les familles avec réservation sont attendues pour 15h30.



Jeudi 22

15h : Messe



Mercredi 28

14h15 : Sortie invitation - Loto à l'EHPAD d'Ajain



Hors animations :

- Reprise de l'Art-thérapie réservée exclusivement aux résidents de l'Unité sécurisée (le lundi 15h-16h).
- Gym.
- Ateliers travaux manuels, Bricol'âge et jeux divers de mémoire : réservés exclusivement aux résidents.
- Chant et loto : les familles sont les bienvenues.



RETROUVEZ-NOUS MAINTENANT SUR FACEBOOK



Mesdames, Messieurs,

Nous avons le plaisir de vous annoncer la création de la page Facebook officielle de la Direction Commune des EHPAD d'Ajain, Boussac et Châtelus-Malvaleix.

Cette page a pour objectif de partager la vie de nos établissements, les activités proposées aux résidents et de valoriser les projets et initiatives de chaque EHPAD.

Nous vous invitons à nous suivre et à aimer la page pour découvrir régulièrement les actualités, événements et moments de vie de nos établissements.

Lien vers la page : [**https://bit.ly/3YYe6pq**](https://bit.ly/3YYe6pq)

ou flashez



RAPPEL : FERMETURE DE LA PHARMACIE À USAGE INTERNE

Mesdames, Messieurs,

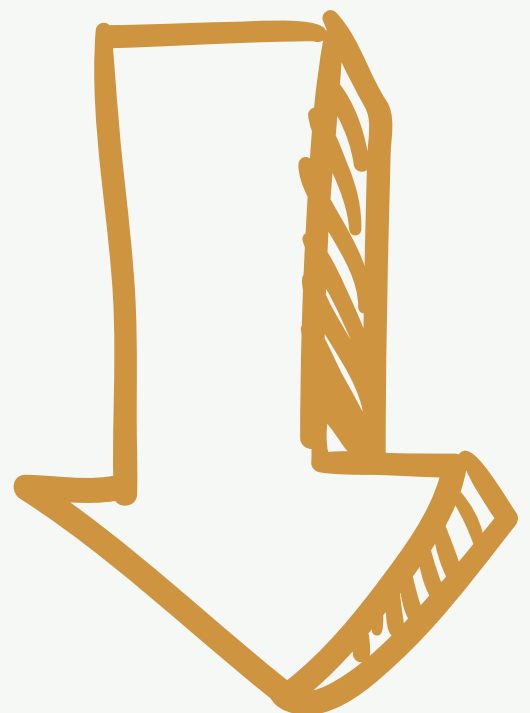
Comme vous le savez, depuis le 1er janvier 2026, notre établissement a changé de fonctionnement au niveau de sa pharmacie.

Ainsi, si ce n'est déjà fait, 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 29 décembre 2025 au 04 janvier 2026

JOUR

MATIN

SOIR



LUNDI
29/12



*Sardines à l'huile
Fricassée de dinde à la moutarde - Salsifis à l'ail - Fromage
Gâteau de semoule*



*Potage
Parmentier de poisson - Salade
Fromage ou Laitage
Salade de fruits*

MARDI
30/12



*Haricots verts vinaigrette
Rôti de porc au jus
Choux de Bruxelles
Fromage
Tarte aux fruits*



*Potage
Macaronis à la bolognaise
Fromage ou Laitage
Flan*

MERCREDI
31/12



*Salade de pommes de terre
Harengs Sauté de veau à l'ancienne
Flageolets
Fromage
Fruit*



MENU DU REVEILLON

JEUDI
1ER/01



MENU DU NOUVEL AN



*Potage
Œufs durs - Chimay
Semoule
Fromage ou Laitage
Fruit*

VENDREDI
02/01



*Salade de choux
Brandade de poisson
Salade
Fromage
Fruit*



*Potage
Quiche lorraine
Salade
Fromage ou Laitage
Liégeois*

SAMEDI
03/01



*Haricots rouges au thon - Bœuf bourguignon
Endives braisées
Fromage - Compote*



*Potage - Crêpes fourrées maison
Salade
Fromage ou Laitage
Œuf au lait*

DIMANCHE
04/01



*Betteraves rouges vinaigrette
Rissollette de veau
Pâtes
Fromage Paris Brest*



*Potage
Gratin de butternut au jambon - Salade
Fromage ou Laitage
Compote*



BON APPÉTIT !





Menus du 05 au 11 janvier 2026

JOUR

MATIN

SOIR



**LUNDI
05/01**



*Brocolis vinaigrette
Andouille de viande
- Pommes vapeur
Fromage
Fruit*



*Potage
Œufs durs florentine
Fromage ou Laitage
Gâteau de riz*

**MARDI
06/01**



*Maquereaux
Choucroute
Fromage
Fruit*



*Potage
Carottes à la volaille
Fromage ou Laitage
Crème Dessert*

**MERCREDI
07/01**



*Lentilles au saumon
Cuisse de poulet rôti -
Poêlée légumes
oublies
Fromage - Fruit*



*Potage
Hachis parmentier -
Salade
Fromage ou Laitage
Liégeois*

**JEUDI
08/01**



*Cervelas vinaigrette
Sauté de bœuf
forestier - Pennes
Fromage
Flan pâtissier*



*Potage
Tarte au fromage -
Salade
Fromage ou Laitage
Compote*

**VENDREDI
09/01**



*Salade de choux
frisé aux lardons
Feuilleté de poisson
épinards - Salade
Fromage - Fruit*



*Potage - Poêlée
campagnarde
Salade
Fromage ou Laitage
Flan*

**SAMEDI
10/01**



*Carottes râpées
Jambon braisé sauce
madère - Haricots
blancs persillés
Fromage - Fruit*



*Potage
Cannellonis gratinés
- Salade
Fromage ou Laitage
Salade de fruits*

**DIMANCHE
11/01**



*Pâté de tête
Coq au vin -
Pommes röstis
Fromage
Galette des rois*



*Potage
Boudin blanc aux
pommes
Fromage ou Laitage
Compote*



BON APPÉTIT !



Menus du 12 au 18 janvier 2026

JOUR

MATIN

SOIR

LUNDI
12/01



Céleri rémoulade
Choux farci sauce
tomate - Pâtes
Fromage
Fruit



Potage
Gratin de poisson
Fromage ou Laitage
Crème dessert

MARDI
13/01



Œufs durs mayonnaise
-Rouelle de porc
braisée - Haricots
blancs
Fromage - Fruit



Potage
Gratin de brocolis
aux lardons
Fromage ou Laitage
Gâteau de semoule

MERCREDI
14/01



Maquereaux à la
moutarde -Rognons
sauce madère -
Pommes duchesses
Fromage
Tropicane



Potage - Omelette
aux champignons
Salade
Fromage ou Laitage
Pomme au four

JEUDI
15/01



Betteraves rouges
vinaigrette -Boulettes
de bœuf sauce
piquante - Semoule
Fromage - Fruit



Potage
Feuilleté Jambon/
Fromage - Salade
Fromage ou Laitage
Compote

VENDREDI
16/01



Duo de saucisson
Aile de raie aux
câpres - Pommes
persillées
Fromage - Fruit



Potage
Endive au jambon
Fromage ou Laitage
Mousse chocolat

SAMEDI
17/01



Macédoine de
légumes
Pot au feu et ses
légumes
Fromage - Fruit



Potage
Rôti de dinde -
Carottes à la crème
Fromage ou Laitage
Flan

DIMANCHE
18/01



Pâté en croûte
Poule au pot - Riz
pilaf
Fromage
Brioche perdue



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



BON APPÉTIT !



Menus du 19 au 25 janvier 2026

JOUR

MATIN

SOIR

LUNDI
19/01



*Haricots verts
vinaigrette
Boudin noir- pommes
fruits, marrons
Fromage - Fruit*



*Potage
Gratin de choux
fleur au jambon
Fromage ou Laitage
Compote*

MARDI
20/01



*Haricots rouges au
thon
Poulet rôti - Blettes
persillées
Fromage - Fruit*



*Potage
Raviolis gratinés
Fromage ou Laitage
Crème Dessert*

MERCREDI
21/01



*Terrine de légumes
Tartiflette - Salade
verte
Fromage
Fruit*



*Potage
Tarte au thon -
Salade
Fromage ou Laitage
Pomme au four*

JEUDI
22/01



*Carottes râpées
Petit salé - Choux,
pommes vapeurs
Fromage
Fruit*



*Potage
Œufs durs sauce
Chimay - Semoule
Fromage ou Laitage
Compote*

VENDREDI
23/01



*Lentilles vinaigrette
Colin sauce citron -
Julienne de légumes
Fromage
Fruit*



*Potage
Parmentier de
potimarron - Salade
Fromage ou Laitage
Œufs au lait*

SAMEDI
24/01



*Macédoine surimi
Bœuf carottes
Fromage
Fruit*



*Potage
Pâtes carbonara -
Salade
Fromage ou Laitage
Flan*

DIMANCHE
25/01



*Asperges sauce
mousseline
Cassoulet
Fromage
Baba au rhum*



*Potage
Bouchée à la reine -
Salade verte
Fromage ou Laitage
Compote*



BON APPÉTIT !





Menus du 26 janvier au 1er février 2026

JOUR

MATIN

SOIR



**LUNDI
26/01**



*Sardines
Paupiette de veau -
Petit pois
Fromage
Gaufre de Bruxelles*



*Potage
Gratin de pâtes au
jambon
Fromage ou Laitage
Fruit*

**MARDI
27/01**



*Jambon
Fondu - Frites, salade
verte
Fromage
Fruit*



*Potage
Omelettes aux fines
herbes - Salade
Fromage ou Laitage
Gâteau de semoule*

**MERCREDI
28/01**



*Salade de haricots
coco au thon
Fricassée de dinde à
la crème - Endives
braisées
Fromage - Fruit*



*Potage
Gratin dauphinois -
Salade
Fromage ou Laitage
Poire au sirop*

**JEUDI
29/01**



*Poireaux vinaigrette
Lasagnes bolognaises
- Salade
Fromage
Fruit*



*Potage
Carottes à la volaille
Fromage ou Laitage
Pomme au four*

**VENDREDI
30/01**

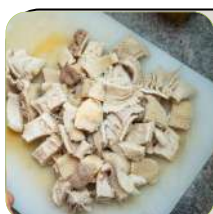


*Mousse de foie
Poisson pané -
Gratin de brocolis
Fromage
Fruit*



*Potage
Quiche au fromage
blanc - Salade
Fromage ou Laitage
Compote*

**SAMEDI
31/01**



*Choux fleur
vinaigrette - Tripes à
la mode de Caen -
Pommes persillées
Fromage - Fruit*



*Potage
Quenelle sauce
forestière - Riz pilaf
Fromage ou Laitage
Liégeois*

**DIMANCHE
1ER/02**



*Salade de mâche aux
noix - Filet de canette
à l'orange - Navets
braisés - Fromage
Gâteau à la noix de
coco*



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



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 bonne année 2026**



DIRECTION COMMUNE
EHPAD Ajain_Boussac_Châtelus-Malvaleix