

À CHAQUE SEMAINE SON HISTOIRE

L'ACCENT

DE LA RÉSIDENCE SAINT-MARTIN

DU 10 AU 16 AOÛT 2026

N° 33



COMMUNICATIONS2

JEU3-4

FÊTE À LA RÉSIDENCE5

SOUVENIR.....6-7

CONCERT DU COEUR8

CINÉMA-DOCUMENTAIRE.....9

PROGRAMME D'ANIMATIONS10

PROGRAMME D'ANIMATIONS11

MENUS DE LA SEMAINE12



Suivez nous sur Instagram!

MEILLEURS VŒUX POUR VOTRE ANNIVERSAIRE !

CHEZ LES RÉSIDENTS

On garde le gâteau au frais...

CHEZ LE PERSONNEL

Mardi 11 août

Mme Isabelle BOUVET

Dimanche 16 août

Mme Sandra JOBE

BIENVENUE

Mercredi 5 août, nous avons eu le plaisir d'accueillir Madame Christiane Perriard de Corminboeuf pour un court séjour à l'unité Centaure.

Nous lui souhaitons une cordiale bienvenue et beaucoup de bonheur dans notre établissement.



SUDOKU

Pour résoudre un jeu SUDOKU, il suffit de connaître une seule règle toute simple :

Remplir les cases de façon à ce que chacune des 9 colonnes, des 9 rangées et chacun des 9 carrés de 3 x 3 cases contiennent tous les chiffres de 1 à 9. Et voilà, c'est tout ! A présent que vous connaissez la règle, tous à vos stylos...

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

SUDOKU, LA SOLUTION

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

Si vous désirez faire un don à la résidence, vous pouvez désormais le faire avec Twint en scannant le QR code suivant.



**Payez facilement
avec TWINT**



Scannez le code QR avec
l'app TWINT.



Saisissez le montant total
et confirmez le paiement.

Merci de votre générosité

**Chères familles,
Le samedi 22 août prochain, nous avons le plaisir de
vous convier à un magnifique repas et à partager un
moment convivial et festif.**

L'apéritif et le dîner seront animés en musique par Gianni Maselli.

**Merci de réserver votre table à la Brasserie jusqu'au
vendredi 14 août au 026 477 61 31.**

Au programme

11h30 Apéritif en musique devant la Résidence

12h15 Repas

Menu

Entrecôte grillée

Beurre Saint-Martin

Pommes nouvelles au four

Ratatouille

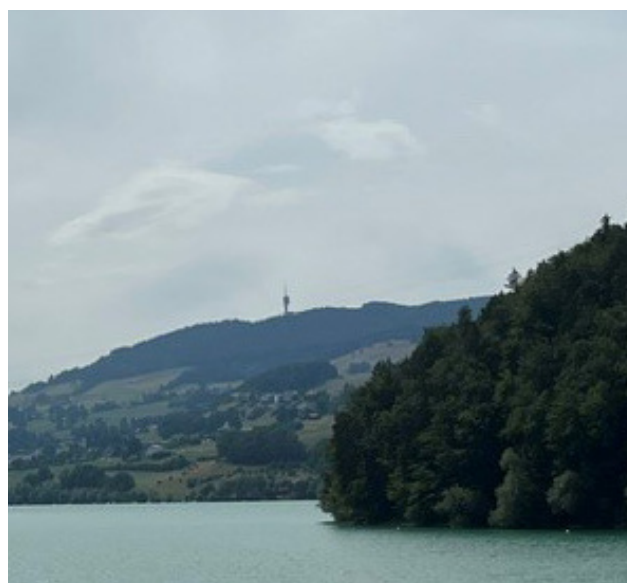
Petits fruits et crème double Fr. 42.-

**Nous nous réjouissons d'ores et déjà de vous accueillir et
nous vous adressons nos meilleures salutations.**

**La Résidence Saint-Martin
Cottens, juillet 2026**

SOUVENIR

SORTIE-GLACE À L'UNIQUE À LA ROCHE



SOUVENIR

THE DANSANT ANIMÉ PAR MONSIEUR SCHMID



Plus de photos sur notre instagram @residence_stmartin

«DUO FOLKLORIQUE QUINODOZ MONNET»



Mercredi
12 août
à 10h30
à la salle
Grande Ourse

La voix de Lorène Quinodoz et l'accordéon de Théodore Monnet ouvrent les portes d'un voyage musical aux mille couleurs. Entre musique traditionnelle et variété française, chaque morceau réveille des souvenirs ou invite à la découverte.

Leur répertoire, chanté en français, en patois évolénard et parfois yodlé en suisse allemand, mêle reprises et compositions originales. Musiciens valaisans aux influences multiples, ils créent ensemble un univers riche et vivant, entre tradition et modernité.

En 2023, ils ont représenté la Romandie dans le projet « Jeunes talents de toute la Suisse » de la SRG-SSR, présenté lors de l'Alpentöne Festival, événement majeur consacré aux musiques traditionnelles.

«LA VIE D'ALPAGE»



Vendredi
14 août
à 14h45
à la salle
Grande Ourse
Durée 44 min

Prédateurs, traditions et solidarité (Episode 4 - Saison 2)

Dans l'Engadine, l'attaque d'un ours bouleverse la fin de l'été en alpage et met les éleveurs sous pression. Entre gestion du risque, traditions séculaires, entraide locale et éloignement temporaire, la vie en montagne révèle sa complexité et sa résilience.

PROGRAMME D'ANIMATIONS

ACTIVITES COMMUNES

DATE HEURE ACTIVITÉ

LUNDI

10 août	10h30	Atelier «préparation de légumes» (salle animation-cuisine)
	14h00	Sortie-verrée à la buvette «Chez Boudji» à Broc (inscription auprès du personnel soignant)
	15h00	Danse assise (salle Grande Ourse)
	17h30	Souper-rencontres «raclette» à la Brasserie (inscription auprès du personnel soignant)

MARDI

11 août	10h30	Gymnastique (salle Grande Ourse)
	10h30	Sortie-repas filets de perches au restaurant «Le Bel Air» à Praz (chacun paie ce qu'il consomme, inscription auprès du personnel soignant)
	10h45	Fitness
	15h30	Atelier «réveil-mémoire» (salle Grande Ourse)

MERCREDI

12 août	10h30	Concert du duo folklorique «Quinodoz Monnet» (salle Grande Ourse)
	10h45	Fitness
	15h30	Jeux de société (salle animation-cuisine)

JEUDI

13 août	10h30	Atelier «préparation de légumes» (salle animation-cuisine)
	10h30	Sortie-repas à la carte à la buvette «Les Invuettes» à Charmey (chacun paie ce qu'il consomme, inscription auprès du personnel soignant)
	10h45	Fitness
	15h00	Atelier créatif «peinture» (salle animation cuisine)

VENDREDI

14 août	10h15	Messe (salle Grande Ourse)
	10h45	Fitness
	14h00	Sortie-verrée au restaurant «L'Aérodrome» à Ecuwillens (inscription auprès du personnel soignant)
	14h45	Cinéma-documentaire «La vie d'alpage» épisode 4 saison 2 (salle Grande Ourse)

PROGRAMME D'ANIMATIONS

ACTIVITÉS PAR UNITÉ

DATE	HEURE	ACTIVITÉ
CENTAURE		
Mardi 11 août	16h45	Apéritif avec l'animation
Mercredi 12 août	14h00	Balade
PÉGASE		
Mercredi 12 août	14h00	Balade
Vendredi 14 août	16h45	Apéritif avec l'animation
PERSÉE		
Mardi 11 août	15h30	Balade
Jeudi 13 août	16h45	Apéritif avec l'animation
LYRE		
Mardi 11 août	15h00	Balade
	16h45	Apéritif avec l'animation
Jeudi 13 août	14h00	Balade
ANDROMÈDE		
Jeudi 13 août	14h00	Balade
Vendredi 14 août	12h00	Dîner-grillades
PHOENIX		
Mardi 11 août	14h00	Balade
Jeudi 13 août	16h45	Apéritif avec l'animation
ORION		
Mardi 11 août	12h00	Dîner-grillades
Vendredi 14 août	16h45	Apéritif avec l'animation

MENUS DE LA SEMAINE

	MIDI	SOIR
lundi 10	Crème de légumes Emincé de poulet au curry Riz basmati Salade assortie Muffin	Potage du jour Croûte au fromage Salade verte
mardi 11	Crème de fenouil Quasi de porc au vin cuit Polenta au parmesan Courgettes gratinées Crème au caramel	Potage du jour Oeufs brouillés à la ciboulette Cornettes au beurre
mercredi 12	Crème de tomates Filet de sébaste sauté aux amandes, mayonnaise aux herbes Pommes nature Poireau à la crème Tourte de Linz	Potage du jour Pizza au jambon Salade verte
jeudi 13	Potage à la semoule rôtie Lasagne maison Salade assortie Parfait glacé au Grand Marnier	Potage du jour Assiette de melon et jambon cru Salade verte
vendredi 14	Crème de légumes Escargot de saucisse à rôtir Pommes berrichonne Tomate au basilic Fruit	Potage du jour Salade de pois chiches à l'orientale
samedi 15	Consommé au porto Crevettes sautées à l'ail Autre viande Riz créole aux légumes Tiramisu maison	Potage du jour Gâteau aux cerises
dimanche 16	Bruschetta à la tomate et mozzarella Suprême de poulet jaune aux cèpes Pommes croquettes roesti* Jardinière de légumes Jalousie aux pêches sauce vanille	Potage du jour Grand Clos d'Onnens Gruyère AOP «laiterie d'Onnens» Ballon hôtel

Provenance viandes / poissons / crustacés

BOEUF : SUISSE PORC : SUISSE POULET : UE SÉBASTE : SAUVAGE, FAO 27 ATLANTIQUE NORD-EST

«L'astérisque (*) signifie que le plat ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison»

labelfaitmaison.ch