

# *La Gazette de l'Ostal du Lac*



*“La terre est au soleil ce que l’homme est à l’ange.”*

*De Victor Hugo / Les Contemplations*

## *Novembre 2016*



## **LES SERVICES**

---

**Marie-Aude, coiffeuse libérale est présente tous les 15 jours, le vendredi, les inscriptions se font à l'accueil.**

**- L'équipe d'animation : Thomas, Fatou, Suzie et Christelle sont présents tout au long de la semaine.**

**- Karine, responsable du SAJE : Service d'Accueil de jour et d'Echanges est présente du lundi au vendredi**

**- Le médecin coordonnateur : Ridouan Ouaddah est présent le mardi et vendredi matin ainsi que le mercredi toute la journée**

**- Laetitia Coletti, psychologue est présente le lundi après-midi, ainsi que le mardi toute la journée, le mercredi et vendredi matin.**

**- Le Docteur Tapiero est présent tous les mercredis après-midis**

**Et toute l'équipe de l'Ostal de jour comme de nuit :**

**Les Ashs ; les soignants, en cuisine, à la lingerie, aux services administratifs, à la direction, sont à votre service.**

**Julie, Stagiaire Psychologue sera présente un jour par semaine à partir du mois de Novembre (emploi du temps à définir).**

**Les Stagiaires STAPS, proposant des activités physiques et adaptées seront également présents à partir du mois de novembre.**

**Les photos des stagiaires dans la gazette du mois prochain**

---

**La petite musique de la pluie par  
« Les Poètes de l'Ostal »**



---

**Flic, Floc, les premières notes se font entendre  
Flic, Flac, Floc, elles s'entrechoquent  
Tel un concerto, le rythme s'intensifie  
Puis, un nouvel instrument de musique apparait  
Gildas adore ce moment, guitare électrique et batterie  
Détonnent dans le ciel gris  
Derrière la vitre, tel le spectateur,  
Je guette les jeux de lumières,  
Martine, n'apprécie guère la mélodie  
Et préfère s'emmitoufler dans son lit  
Puis le clou du spectacle  
Un magnifique arc en ciel, quelques flaques.**

# ACTIVITÉS PHARES DE NOVEMBRE

**SORTIE AU NOUVEL ESSOR : Mercredi 02 à 14h00**



**SORTIE AU BOWLING : Lundi 07 à 14h00**



**CVS : Le mercredi 09 à 14h**



**SORTIE À LA MÉDIATHÈQUE DE CLAPIERS :**

**Rencontre autour des jeux d'agilités et de réflexions  
le Mardi 08 à 14h**



**SORTIE PISCINE : Tout les Jeudis à 15h**



**CELEBRATION : Les jeudis 03 et 17 à 15h30**

**SPECTACLE FIL VERT : Le mercredi 23 à 15h**



**LOTO : Le lundi 14 et 28 Octobre**

**FÊTE DES ANNIVERSAIRES : Mercredi 30 Novembre à 16h**



## QUELQUES PHOTOS DU MOIS DE NOVEMBRE

### Sortie à une exposition de voitures anciennes à Pérols





## Spectacle folklorique



## Atelier pâtisserie



## Anniversaires



# Les recettes proposées par les résidents

## Le civet de lapin de Garenne

### Ingrédients :

- Un lapin de garenne
- ½ à 1 litre de vin rouge en fonction de la grosseur du lapin
- Un oignon
- Une gousse d'ail
- Un bouquet garni
- 40g de farine
- Une carotte
- Sel et poivre



**Pour la marinade :** Découper le lapin en morceau, découper l'oignon et la carotte en rondelle, presser l'ail. Mettre le tout dans un saladier avec le bouquet garni et recouvrir de vin, laissé mariner au frigo toute la nuit.

Mettre le lapin en morceau puis le faire dorer à la cocotte avec l'oignon couper en rondelle puis rajouter la farine. Ensuite rajouter la marinade, du sel et du poivre et laisser mijoter pendant environ 2h.

**Recette proposée par Madame Delmas**

## Gratins dauphinois avec des côtes de porc

### Ingrédients :

- 1kg de pommes de terre
- Un gros pot de crème fraîche épaisse
- Sel et poivre
- Muscade
- 4 Côtes de porc



Eplucher les pommes de terre et les couper en rondelle, les mettre dans un plat à gratin, rajouter la crème fraîche, le sel et le poivre puis couvrir avec les côtes de porc, enfourné pendant au moins une heure.

Proposé par Mme Marguet

### Salade composée

Ingrédient :

- Salade de mâche
- Gruyère
- Œuf
- Tomate
- Vinaigrette
- Dés de jambon



Déposer la salade de mâche, découper le gruyère en cube, faire cuire les œufs durs, couper la tomate en rondelle et rajouter les morceaux de dés de jambon.

Pour la vinaigrette, sel et poivre, une cuillère à café de moutarde, une cuillère à soupe de vinaigre et 3 cuillères à soupe d'huile d'olive.

Recette proposée par Gildas

### Blanquette de veau

Ingrédients :

- 500g de tendrons de veau
- 500g de viande de veau pour blanquette
- 4 carottes
- Un oignon
- ½ l de vin blanc
- Un bouquet garni
- Sel et poivre



**Couper les oignons et les carottes en rondelle, les faire revenir dans une cocotte, rajouter la viande pour la saisir, ensuite rajouter le vin, le bouquet garni, l'eau, le sel et le poivre. Laisser mijoter 2h environ, ensuite enlever le bouillon et la viande et garder ½ l de jus pour faire le roux.**

**Le roux : 40g de farine dans la cocotte et du beurre, laisser doré puis rajouté le jus en délayant au fur et à mesure, remettre la viande et un jaune d'œuf, c'est prêt.**

**Avec le reste du bouillon, vous pouvez faire cuire des vermicelles pour une bonne soupe.**

**Servir avec du riz ou des pommes de terres.**

**Recette proposée par Monsieur Garnier et Christelle**

## **L'alimentation au sein de l'établissement**

### **Vu par les résidents**

**\_ J'aimerais manger des œufs au plat avec du bacon, car la cuisine n'en sert pas, dit Gildas.**

**\_ On ne mange pas assez de pomme de terre, dit Mme Samain.**

**\_ Alors une omelette aux pommes de terre ça serait idéal, rajoute Mr Garnier.**

**\_ Moi, tout me convient, j'aime tout, dit Melle Bordes.**

**\_ La cuisine collective ne me convient pas, je préfère la nourriture lorsque je cuisinais chez moi, explique Mme Marguet.**



## Le 1<sup>er</sup> novembre, fête de tous les Saints

---



**Le calendrier des saints rythme l'année : à chaque jour sont associés plusieurs saints selon le jour de leur martyr ou par tradition. Certains saints font l'objet de dictons précieux pour anticiper les saisons ou encore les plantations. De nombreux saints sont célébrés de façon particulière dans certaines localités, comme Saint-Nicolas dans le Nord ou Saint Jean dans les campagnes : ils font partie de l'identité culturelle locale du pays et se trouvent être dans la plupart des cas des Saints Patrons.**

**La Saint Valentin, une date du calendrier soulignée en rouge  
passion : Les amoureux célèbrent leur amour le jour de la Saint Valentin : moine devenu patron des amoureux, il a été martyrisé et décapité par Claude II le Gothique.**

**La plus féminine des fêtes du calendrier : la fête de Sainte-Catherine** Les jeunes filles célibataires ayant dépassé les 25 ans connaissent fort bien la Sainte Catherine : jour de célébration des « Catherinette », ces demoiselles prêtes à marier.



**Les Saintes Glaces, une date qui symbolise la fin du gel pour les cultivateurs**

Les jardiniers et les agriculteurs connaissent très bien les Saintes Glaces : cette période passée, plus aucun risque de gel ne menace les plantations.



**Une tradition encore vivace du calendrier : la fête de Saint-Nicolas** À l'origine du père Noël, il y a Saint Nicolas le bienfaiteur : on le célèbre au début du mois de décembre dans le Nord. Les enfants reçoivent cadeaux ou friandises, s'ils ont été sages.

**Jeanne d'Arc, à la fois sainte chrétienne et mère de la nation française**



Croyante et courageuse, Jeanne d'Arc a pris les armes alors qu'elle était une très jeune fille, au temps où les femmes étaient écartées de l'armée. Elle a su mener les hommes à la bataille et l'a payé de sa vie.

**Saint Pierre, proche du Christ et gardien des portes du Paradis** : Gardien des portes du Paradis, Saint Pierre était avant tout le plus proche des apôtres du Christ. Il a marqué l'histoire et une basilique a même été construite au Vatican en mémoire de son histoire.

**Les feux de la Saint-Jean pour fêter le retour des beaux jours** : De nombreux Jean sont présents dans les différentes religions ; celui qui est célébré dans les campagnes lors des feux de la Saint Jean est Jean le Baptiste, au moment du solstice d'été

## La Fête des Morts (Día de los Muertos)



La fête des morts est une fête d'une grande importance au Mexique. Elle se déroule en effet, pendant 2 jours, le 1er et 2 novembre juste après la fête de Halloween qui n'a aucun rapport. C'est aussi une occasion pour se retrouver en famille.

Lors du *Día de Muertos*, la visite rituelle est très festive, avec des offrandes de bonbons, de têtes de mort en sucre ou de tequila. Les Mexicains vont dans les cimetières, mangent sur les tombes, dansent, chantent. Ce n'est pas un jour triste pour eux.

## Le 11 novembre : Pourquoi ce jour-là est férié ?



Une journée de mémoire a été instaurée pour rendre hommage aux soldats et au peuple français. Le 11 novembre représente alors le jour du Souvenir et est férié depuis la loi du 24 octobre 1922. Près de dix millions de soldats et civils avaient perdu la vie entre 1914 et 1918. En France, le dernier poilu Lazare Ponticelli est décédé en 2008.

# Novembre 2016

---



<b>lundi</b>	<b>mardi</b>	<b>mercredi</b>	<b>jeudi</b>	<b>vendredi</b>	<b>samedi</b>	<b>Dimanche</b>
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>				