

# LA GAZETTE DE L'OSTAL DU LAC AVRIL 2022

## QUOI DE NEUF À L'OSTAL DU LAC ?

Les résidents ont démarré ce mois de mars avec la visite du Maire du Crès, Mr CHAMPAY Stéphane, au sein de l'établissement pour la remise des cadeaux de Noël.



Les résidents ont participé ce mois-ci au printemps des poètes, inauguré par le Maire du Crès en présence des résidents le 11 Mars ! Ils en sont très fiers ! Je vous invite donc lors d'une balade autour du lac du Crès de découvrir ces poèmes disposés sur deux toiles qui ont été écrits au cours d'ateliers de poésie.



Et pour terminer il y a eu un gros évènement durant le mois de mars il y a eu les élections du Conseil de la Vie Sociale, mais le Conseil de la Vie me direz-vous qu'est-ce que c'est ?

- ✓ C'est un lieu d'expression qui permet aux résidents et à leurs familles de communiquer et d'échanger sur l'ensemble de leurs conditions de vie, de soins et d'hébergement....
- ✓ La loi du 2 janvier rend obligatoire la création d'un CVS dans tout établissement ou service qui assure un hébergement ou un accueil de jour continu de personnes majeures ou mineurs de plus de 11 ans.
- ✓ C'est un lieu d'écoute et de propositions, précisé par le décret du 25 Mars 2004.

Qui participe au CVS ?

- ✓ 3 Résidents accueillis à l'EHPAD : 2 titulaires et 1 suppléant,
- ✓ 2 Résidents accueillis à l'EEPA : 1 titulaire et 1 suppléant,
- ✓ 1 Résident accueilli au SAJE : 1 titulaire élu parmi les bénéficiaires du SAJE,
- ✓ 1 Représentant du SSIAD : 1 bénéficiaire ou son représentant,
- ✓ 2 Représentants des familles et des proches des résidents de l'EHPAD : 1 titulaire et 1 suppléant,
- ✓ 2 Représentants des familles et des proches des résidents de l'EEPA : 1 titulaire et 1 suppléant,
- ✓ 1 Représentant du personnel,
- ✓ 1 Représentant de l'organisme gestionnaire,
- ✓ 1 Représentant de la commune (élu ou salarié de la Mairie).

Quelles sont ses missions et ses compétences ?

Le CVS donne son avis et propose des solutions d'amélioration du quotidien des personnes et du fonctionnement de l'établissement ou des services :

- ✓ L'organisation intérieure et la vie quotidienne,
- ✓ Les activités et l'animation socio-culturelle,
- ✓ Les services thérapeutiques,
- ✓ Les projets de travaux et d'équipements,
- ✓ La nature et le prix des services rendus,
- ✓ Affectation des locaux collectifs,
- ✓ L'animation de la vie institutionnelle,
- ✓ Les mesures prises pour favoriser les relations entre les usagers, les résidents et le personnel,
- ✓ Les modifications touchant aux conditions d'accueil.

Il est prévu par la loi que le CVS se réunisse à minima 3 fois par an, il peut toutefois décider de se réunir plus souvent ce qui est le cas chez nous (5 fois en 2021), il peut également se réunir de manière exceptionnelle sur demande de ses membres (ce fut également le cas chez nous en 2021).

Ce grand évènement s'est déroulé en plusieurs phases, les affiches des candidats inscrits et leur slogan, ensuite leur meeting où chaque candidat à exprimer sa façon de représenter les résidents sous forme de questions-réponses, orchestré par Thomas et Daphné. Ce chapitre s'est enfin terminé le 31 Mars où les résidents ont élus leurs représentants du Conseil de la Vie Sociale.

Cette année 17 candidats se sont présentés aux élections du C.V.S. (3 pour le S.A.J.E., 7 pour l'E.E.P.A. et 7 pour l'E.H.P.A.D.). Vous pouvez d'ailleurs consulter notre jolie présentation des candidats sur notre compte Facebook EHPAD, EEPA, SSIAD l'Ostal du Lac et bien d'autres animations encore....



Et voici les heureux élus :

- M. FONTAINE Gildas
- Mme LACAGE Ginette
- M. PELLET Didier
- M. SEGONNE Jean
- Mme MARTINEZ Christine
- M. CAVE Yves

Les représentants des familles élus sont :

- Mme GOVIGNON (Fille de Mme BOCH)
- Mme GRADIT (Sœur de M. FONTAINE)
- M. THOUZELLIER (Frère de M. THOUZELLIER)
- M. MERLE (Frère de M. MERLE)

La représentante du personnel élue est : Mme PEREZ Vanessa

M. DESSAY Thomas est maintenu à son poste de secrétaire.



## Interview de Maxime L'Agent d'accueil des familles



- \_ Qu'est-ce qui te fait plaisir ici ? Demande Mr Maubon.
- \_ Je suis là pour les résidents, je suis content d'être là pour vous.
- \_ Quel âge avez-vous ? L'interroge Mme Lionnet.
- \_ J'ai 23 ans, je suis né l'année où la France a gagné la coupe du monde.
- \_ Depuis combien de temps tu es à l'Ostal ? Questionne Mr Guibbaud.
- \_ Je suis là depuis Décembre 2020, c'est ma maman qui a parlé de moi car elle travaille ici.
- \_ Qui est ta maman ? Rebondit Mme Acien.
- \_ C'est Murielle, l'aide-soignante.
- \_ Est-ce-que tu t'es fait des amis à l'Ostal ? Demande Mr Guibbaud.
- \_ Oui, je crois que j'ai assez de facilités à me faire des amis, et oui je me suis fait des amis.
- \_ Quelle est ta fonction à l'Ostal ? Reprend Mr Guibbaud.
- \_ Là en ce moment, je m'occupe de l'accueil des familles. Je les reçois, je les installe et je les raccompagne. Mais avant j'étais ASH ici.
- \_ Qu'est-ce que tu fais comme loisirs ? L'interroge Christelle.
- \_ Je fais de la musique, je suis derrière un ordinateur, je fais venir des amis qui chantent et je leur mixe leur son.
- \_ Tu vas rester longtemps ici ? Questionne Mr Fontaine.
- \_ Moi, je suis content d'être ici, je suis allé ailleurs, mais je préfère ici et je suis vite revenu.
- \_ À quel âge as-tu commencé à fumer ? Demande Mr Jouvenel.
- \_ J'ai commencé à 16 ans, mais j'aimerais bien arrêter et faire du sport.
- \_ Vous avez une copine ? Dit Mme Jeanjean.
- \_ Oui, j'ai une copine, elle s'appelle Pauline et elle a déjà travaillé ici.
- \_ Tu as fait quoi comme études ? L'interroge Nicolas.
- \_ J'ai eu le Brevet des collèges et j'ai eu un BEP en Electro-Technique.
- \_ Tu as pris des fessés ? S'exclame Mme Martinez C.
- \_ Oui, de temps en temps. Ma mère était très autoritaire, elle était gentille mais ça filait droit à la maison.
- \_ Maxime ! Tu as des frères et sœurs ? Interroge Mr Segonne.
- \_ Oui, j'ai un frère Nicolas qui est stagiaire au Service d'Accueil de Jour ici, on a 5 ans d'écart.
- \_ Tu veux des enfants plus tard ? Demande Christelle.
- \_ Pour l'instant non car je suis encore jeune et il faut une certaine maturité pour assumer des enfants, mais peut-être plus tard.
- \_ Tu as un autre métier que tu voudrais faire ? Questionne Mme Pech.
- \_ Oui, si je pouvais mon rêve serait d'être ingénieur du son.
- \_ Qu'est-ce-que vous avez commandé au Père Noël ? S'exclame en souriant Mme Tomas.
- \_ Je voudrais un ordinateur assez puissant pour mes montages de son.

Avec la participation de Mme Tomas, Mme Pech, Mr Segonne, Mme Martinez C, Nicolas le frère de Maxime, Mme Jeanjean, Mr Fontaine, Mr Jouvenel, Mr Guibbaud, Mme Acien , Mme Lionnet et Mr Maubon.

## « PAROLES DE NOS ANCIENS »

### La guerre en Ukraine



Pourquoi il y a la guerre en Ukraine ? Demande Christelle.

\_ Poutine le président Russe, c'est un peu un dictateur, il est un peu fada, il est très dangereux, il n'a pas un cœur, il a une pierre à la place du cœur, il ne pense qu'à lui, il aime le pouvoir, il empoisonne les gens, explique Mr Fontaine.

\_ Moi, je dis qu'il y a boire et à manger, on entend que des rumeurs, on n'entend pas les Ukrainiens, je n'ai pas confiance en ce que l'on nous raconte actuellement à la télévision, argumente Mme Tomas.

\_ Il faudrait que ça cesse, je ne suis pas pour la guerre, dit Mme Imparato.

\_ Poutine est un dictateur, il paraît qu'il est sous cortisone, reprend Mme Lionnet.

\_ Je ne suis pas pour la guerre mais il y a que Poutine qui peut l'arrêter, dit Mr Maubon.



Que savez-vous sur cette guerre ? Interroge, Christelle.

\_ Les gens en Ukraine s'en vont surtout les femmes, les hommes eux restent pour essayer de sauver leur pays, dit Mme Lionnet.

\_ Les hommes fabriquent des cocktails Molotov en attendant l'armée russe, s'exclame Mr Fontaine.

\_ Les russes envoient des bombes, dit Mme Capela.



\_ On dit que les Russes sont entrés en guerre et que c'est de leurs fautes, la télévision elle raconte ce qu'elle veut. Je ne dis pas que les Russes ont raison de faire la guerre mais nous ne connaissons pas le fin mot de l'histoire mais la télévision dirige un peu et raconte ce qu'elle a envie de raconter, explique Mme Tomas.

\_ Les Russes ont tiré sur une centrale nucléaire en Ukraine, dit Mr Pellet.

Qu'est-ce que les autres pays ont mis en place pour arrêter ou ralentir cette guerre ? Christelle.

\_ Des sanctions ! les Russes qui habitent sur la côte d'Azur ont leur a retiré leurs bateaux et leurs belles voitures pour les grosses fortunes, dit Mr Fontaine.

\_ Oui ! C'est vrai, dit Mme Lionnet.

\_ Ils ne font rien du tout, reprend Mme Tomas.



\_ Il n'y a plus aucuns avions qui volent au-dessus de la Russie, toutes les banques ont coupés et arrêter les actions avec la Russie, dit Christelle.

**\_ Il peut appuyer sur un bouton et tout faire exploser, s'exclame Mr Fontaine.**

**\_ Les pays ont ouvert les frontières aux réfugiés Ukrainiens, dit Mr Fontaine.**

**\_ Les USA c'est bien gentil de critiquer les Russes et bloquer les banques mais ils feraient mieux de s'occuper de toute la misère qui se passe chez eux, rétorque Mme Tomas.**

**\_ Ils envoient des camions pleins de couvertures, de l'alimentation, des médicaments pour les Ukrainiens, racontent les résidents**



**Vous pensez que les Ukrainiens font bien de se défendre ? Christelle.**

**\_ Oui, il faut qu'ils se défendent, disent les résidents.**

**\_ Si tu voyais l'armement qu'ils ont les Russes, les Ukrainiens sont beaucoup moins armés, dit Mr Fontaine.**

**\_ Les autres pays ne sont pas d'accord avec les Russes, disent les résidents.**



**Comment voyez-vous l'avenir de cette guerre ? Christelle.**

**\_ Il faudrait que cela s'arrête le plus vite possible, nous voulons la paix, disent les résidents.**

**\_ Oui, nous pouvons prier pour que cette guerre s'arrête, reprend Mr Maubon.**



**Qu'elles sont les répercussions de cette guerre sur la France ? Christelle.**

**\_ L'augmentation du gaz, des produits alimentaires, dit Mme Lionnet.**

**\_ L'augmentation du pétrole, l'essence a beaucoup augmenté, reprend Mr Fontaine.**

**Mme Lionnet, Mme Imparato, Mr Maubon, Mme Capela, Mme Jeanjean, Mr Pellet, Mme Tomas et Mr Fontaine**

## RUBRIQUE LA RECETTE DE GRAND-MÈRE

### « Pâtes à la carbonara »

Proposé par Vincent Jouvenel



#### Ingrédients

- ✓ 500 g de pâtes (Tagliatelle ou spaghetti)
- ✓ 250 g de lardons
- ✓ 6 œufs
- ✓ Un sachet de parmesan
- ✓ Sel et poivre

#### PREPARATION

1. Faire cuire les pâtes dans une grande casserole d'eau salée, le temps indiqué sur le paquet.
2. Pendant ce temps, casser les œufs dans un récipient, ajouter le parmesan râpé, et battre le tout, saler et poivrer.
3. Faire cuire les lardons.
4. Une fois les pâtes cuites, les égoutter, mais pas trop (toujours garder un peu d'eau pour les pâtes en sauce).
5. Ajouter les lardons, avec leur jus de cuisson, porter à feu très doux et y ajouter la préparation (œuf, parmesan) en remuant sans arrêt.
6. Eteindre le feu avant que la préparation devienne trop sèche !
7. Servir chaud, avec un peu de parmesan râpé en plus

### Astuce et Remède d'autrefois



#### Le petit coin de la pensée

« Rien oublier, rien regretter,  
tout espérer »

Pensée proposée  
par Mr Boulet Bernard



#### Comment nettoyer sa brosse à cheveux

##### **Avec de la crème d'épilatoire ou de la crème à raser**

Appliquez généreusement de la mousse à raser sur la brosse.

Frottez doucement avec vos doigts.

Rincez soigneusement et séchez dans une serviette éponge propre et sèche.

##### **Bicarbonate de soude**

Cette solution très efficace, est déconseillée pour nettoyer les brosses à cheveux en bois.

Faites tremper votre brosse 2 ou 3 heures dans un saladier rempli d'eau tiède mélangée à 5 cuillères à soupe de bicarbonate.

Rincez soigneusement et séchez dans une serviette éponge sèche.

## Nous souhaitons la bienvenue à

Vincent Huet ~ stagiaire en Accompagnateur Educatif et Social



- Un jeune parmi les vieux, il faut le faire, tu as quel âge Vincent ? Demande Gildas.  
J'ai 19 ans.

- Tu as toute la vie devant toi - M. Fontaine.  
- Que faites-vous au sein de l'EHPAD ? Questionne Mme Lionnet.  
Pour le moment je travaille au RDC, tout se passe bien.

- Quelle est votre fonction précise ? Mme Lionnet  
Je suis en stage AES.

- Vous êtes le bienvenue – M. Fontaine.  
- Votre stage vous permettra-t-il d'obtenir un diplôme supplémentaire ?  
C'est pour obtenir un diplôme d'Accompagnant Éducatif et Social.

- Vous venez tous les jours ? Mme Lionnet.  
Je suis là depuis 1 semaine, je fais 35 heures par semaine, ça représente 5 jours par semaine.

- Tu aurais aimé faire un autre métier ? Mme Pech.  
Avant je voulais devenir cuisinier, mais depuis que j'ai découvert celui-là, je n'ai pas envie de faire autre chose.

- Et chauffeur de taxi ? M. Maubon.  
Non, ça ne me dit pas de devenir chauffeur de taxi.

- Pour combien de temps seras-tu parmi nous ici ? M. Segonne.  
Pour 1 mois.

- Est-ce que tu te plais ici ? M. Segonne.  
Oui beaucoup !

- Qu'as-tu fait comme études ? Christelle.  
J'ai fait un bac pro cuisine à Georges Frêche, mention très bien.

Ensuite j'ai fait une prépa BTS diététique, que j'ai arrêté quelques mois après, puis j'ai fait un service civique animation avec Daphné à l'EEAP Coste Rousse avant de débiter ma formation en alternance d'AES.

- Pourquoi as-tu souhaité faire ton stage ici ? Christelle.  
Dans le cadre de ma formation, je dois réaliser un stage auprès d'un public différent de celui de mon lieu d'alternance, et je voulais découvrir l'accompagnement au sein d'un EHPAD. Je trouve qu'ici l'ambiance est très sympa et j'ai été très bien accueilli.

- As-tu une copine ? – Mme Pech.  
Non, je n'ai pas de copine malheureusement.

- Est-ce que tu as une voiture ? Christelle.  
Non, je n'ai pas de voiture mais j'ai obtenu mon permis le weekend dernier. « *Tout le monde le félicite* ».

- As-tu des frères et sœurs ? Mme Ould Ouhis.  
J'ai un grand frère qui va avoir 24 ans.

- Es-tu croyant ? M. Maubon.  
Non, pas du tout.

- Où es-tu né ? Christelle.  
A Montpellier.

Tu as de la chance ! M. Jouvenel.

Tes parents sont d'ici ?

Non, mon père est né en Normandie, ma mère en Picardie.



- Est-ce que tu fais du sport ? Mme Lionnet.

Je fais de la musculation en salle depuis quelques mois.

- Est-ce que vous avez déjà voyagé en dehors de la France ? Mme Ould Ouhis.

Je suis déjà allé en Italie, en Allemagne et je suis allé plusieurs fois en Espagne, Je suis toujours resté en Europe.

- Tu es vacciné contre la corona virus ? Mme Pech.

Oui, j'ai 3 doses. On aimerait voir ton visage ! Va te mettre dehors et montre-nous ton visage derrière la vitre !  
Demande Christelle. *Vincent s'exécute.*

- Qu'est-ce que tu penses de ton prénom ? M. Jouvenel Vincent.

Je pense que c'est un beau prénom, il est simple et efficace.

- *Devinette de Vincent Jouvenel (mais je n'ai pas bien entendu...).*

*Avec la participation de M. Thouzellier, M. Maubon, Mme Ould Ouhis, Mme Pech, Mme Lionnet, Mme Acien, M. Formigli, M. Pellet, M. Jouvenel, M. Fontaine, Vincent, Christelle et Daphné.*

## PHOTOS DU MOIS DE MARS



