

LA GAZETTE

DE L'OSTAL DU LAC

AOÛT 2022

LA PENSÉE DE L'ÉTÉ

L'été est le sommet de l'année.

Accompagné des jours, nous sommes lentement montés vers la pleine lumière.

Au « *Jour de l'an* », où nous avons pensé nos plus fermes résolutions pour entamer cette ascension et aller vers « *Une meilleure vie* », nous sommes partis d'un pas résolu, sûrs que chaque jour et chaque nuit seraient à son image.

Pendant de longues nuits, nous avons contemplé ce ciel immense peuplé de myriades d'étoiles.

En notre tête, mille rêves ont tourbillonné au rythme de la marche, silencieuse et fascinante, de ces impensables petits lumignons, que chacun imagine peuplés de mondes inconnus.

Peut-être y avons-nous des frères et sœurs ? Un monde, enfin, où tout devient possible.

Ces nuits ne sont pas obscures, mais gravides d'une infinité de petits signaux. Autant de « clins d'œil », de signes à décrypter !

Mais déjà, l'Aube arrive, le « Temps » n'a pas de sentiment, il n'a pas le temps de prendre son temps, de prendre sur son temps. Il est le temps, point ! Notre âme doit absolument s'en protéger, c'est la clé de l'écoute, de l'empathie et de la bienveillance. Autant de bijoux à offrir.

L'âme bien protégée au fond de notre cœur, il faut continuer notre ascension, les pieds meurtris et bien ancrés dans la glaise des réalités, dont le jour nous donne connaissance.

C'est le temps de l'effort, plutôt subi que choisi. Ces souffrances ne sont pas vaines, mais difficiles si l'on oublie que souvent elles sont « *au service* » de nos proches et de celles et ceux qui le sont moins.

Alors, puisque une fois atteint, le sommet de l'été est propice au repos, au lâcher prise et à la méditation, voici la pensée que j'ai plaisir à vous offrir. Une inspiration de vie pour tous les âges :

« *Les pieds dans la glaise, la tête dans les étoiles, l'âme hors du temps* »

CE QU'IL FAUT RETENIR !

Vie quotidienne

- Desiderata des résidents d'une amélioration de la propreté dans certains recoins de l'établissement.
- Mesures barrières maintenues suite à la nouvelle vague de Coronavirus (port du masque conseillé pour les résidents et masque FFP2 pour le personnel).

Animations

- Cet été : Jeux d'eaux, sorties plage, thés dansants, Kermesse, Pétanques, Tournées boissons festives, et d'autres surprises.
- Fatoumata est de retour au service animation.
- Thé Dansant pour le 14 Juillet avec mise à l'honneur des anciens militaires et femmes de militaires.
- Très bons retours sur la fête de l'établissement du 9 Juin 2022 sur le thème WESTERN.
- Des activités piscine à l'Ostal !

Travaux

- Atelier du responsable technique presque terminé.

Locaux collectifs

- Fin de la cuisine collective avec les travailleurs de SAPORTA.
- Retour à une indépendance de la cuisine permettant plus de liberté dans l'achat des produits et des plats proposés.

Modifications

- Comme chaque été, beaucoup de personnels titulaires sont en congés et donc de nombreux remplaçants sont employés tout l'été.

LES INTERVIEWS DU MOIS

Interview de Pauline Castel

Aide-Soignante

_Etes-vous contente d'être parmi nous ? Interroge Mr Garnier.

Oui cela fait 12 ans que je suis ici, et je suis très contente de travailler ici, je me sens bien à l'EHPAD. J'ai passé mon diplôme d'aide-soignante quand j'ai fait mon contrat d'apprentissage j'intervenais au SSIAD.

_Oui vous venez à mon domicile, répond Mr Garnier.

Oui c'est ça donc je vous connais depuis 12 ans Mr Garnier, rajoute Pauline.

_Quel âge avez-vous ? Demande Mme Folgueira.

J'ai 31 ans, je suis née en 1991.

_ Je sais que vous avez une fille, quel âge a-t-elle ? Questionne Mme Lacage G.

Elle a 3 ans elle rentre à l'école en septembre.

_Toute votre famille travaille à l'EHPAD quasiment ? Reprend Mme Lacage G.

Oui, ma mère est comptable ici, mon conjoint est veilleur de nuit et mon frère fait quelques remplacements la nuit.

_Vous vous plaisez dans votre fonction ici ? Demande Mr Segonne.

Oui beaucoup, après il y a des jours où c'est fatiguant physiquement ou psychologiquement, mais c'est le métier qui veut ça.

_Quels sont tes loisirs ? Demande Christelle.

J'en n'ai plus beaucoup en ce moment, car depuis que nous avons acheté la maison nous sommes dans les travaux, et depuis que j'ai eu ma fille je ne fais plus de sport. Mais je compte me réinscrire au sport à la rentrée car logiquement comme ma fille rentre à l'école j'aurai plus de temps.

Là pour cet été nous avons fait la piscine.

_Oui mais ce n'est pas écologique avec le manque d'eau ! Répond Mme Lacage G.

Mon ami a creusé un puit à la main, donc pour arroser et remplir la piscine c'est très écologique et économique.

_Vous partez en vacances bientôt ? Questionne Mme Lacage G.

En septembre je pars en camping à Argelès sur mer et avant Noël, nous irons un jour à Disney Land.

_Est-ce ta vraie couleur de cheveux ? Demande Christelle.

Je suis châtain clair, mais je fais une couleur en blond et blond cendré car je trouve que ma couleur naturelle me durci les traits.

Avec la participation de Mme Garcia, Mme Lacage G, Mr Segonne, Mme Jeanjean, Mme Acien, Mme Martinez C, Mme Pech, Mme Lionnet, Mme Gatounes, Mr Garnier et Christelle.



Interview de Thierry Condamin

Remplaçant AMP

_ Vous êtes nouveau ici ? Interroge Mme Lacage G.

Oui, je m'appelle Thierry et je suis à la retraite, mais j'ai souhaité retourner dans le métier car je l'ai exercé pendant 20 ans.

_ Que faisais-tu avant ? Rebondit, Christelle.

Je travaillais dans l'hôtellerie de luxe à Paris, puis je suis descendu pour prendre la direction commerciale d'un hôtel à Avignon.



J'ai arrêté en hôtellerie car je ne voyais pas ma fille grandir, puis j'ai un ami qui m'a parlé de ce métier. J'ai essayé sur un poste de faisant-fonction au début et cela m'a plu, donc j'ai passé le diplôme ensuite.

_ Vous n'avez jamais travaillé ici ? Demande Mr Segonne.

Non ! J'habite le Crès depuis 3 ans mais sinon j'habitais à Avignon.

_ Vous étiez en EHPAD aussi ? Reprend Mme Lacage G.

Non, j'étais dans une maison d'accueil spécialisée pour adultes polyhandicapés pour l'association Perce neige à Avignon.

_ Vous êtes marié ? Vous avez des enfants ? Questionne Mme Lacage G.

J'ai une fille qui a 26 ans qui s'appelle Nina, elle habite dans les Bouches-du-Rhône à Tarascon.

_ Vous connaissez le métier d'AMP ? L'interroge Mme Garcia.

Oui, bien sûr.

Ça veut dire Aide-Médico-Psychologique, parce-que certaines personnes ne le savent pas, explique Mme Garcia.

A part le boulot, que fais-tu ? Questionne Christelle.

J'aime faire des randonnées en montagne, je fais du vélo, mais là il fait trop chaud, je préfère regarder le tour de France à la tv.

Avec la participation de Mme Garcia, Mme Lacage G, Mr Segonne, Mme Jeanjean, Mme Acien, Mme Martinez C, Mme Pech, Mme Lionnet, Mme Gatounes et Christelle.

« PAROLES DE NOS ANCIENS »

« Le respect »

Qu'est-ce-que le respect pour vous ?

_ C'est de se respecter chacun, dit Mr Segonne.

_ Se respecter soi-même, reprend Mme Capela.

_ Oui ! Se respecter les uns, les autres, être poli et tolérant, renchérit Mme Lacage G.

_ Moi aussi, le respect c'est se respecter les uns et les autres, reprend Mme Rodriguez.

_ Respecter le directeur et tout le monde, s'exclame, Mme Daulet.

_ Pour moi, se respecter passe par la politesse, dit Mme Lionnet

_ Moi ! Je vous respecte tous, exprime Mr Maubon.

_ Le respect, c'est la paix, moi je veux la paix, s'exclame, Mme Acien.

_ Pour moi c'est avoir de bonnes pensées pour une personne, dit Mme Pech.

_ Il faut avoir du respect pour tout le monde, je respecte tout le monde, le personnel et il faut que l'on me respecte aussi, explique Mr Fontaine.

Vous sentez-vous respectés et de quelle manière ici ?

_ Parfois, j'ai l'impression de ne pas respecter le personnel, mais il arrive que l'on me dise non sur des choses, dit Mme Capela.

_ Moi, on me respecte et je les respecte, il ne faut pas trop être exigeant car souvent ils font de leur mieux, reprend Mme Lacage G.

_ Oui, je suis respectée ici, s'exclame Mme Daulet

_ Oui ! Moi aussi ! Je me sens respectée ici, renchérit Mme Rodriguez.

_ Dire bonjour, faire attention aux personnes, oui, je me sens respectée, dit Mme Pech.

Se respecter soi, qu'est-ce que cela veut dire pour vous ?

_ Être propre, être coquette, sentir bon, s'occuper de soi, avoir le choix de ce que l'on va faire de la journée, énumère Mme Lacage G.

_ Moi, j'ai l'impression de me respecter quand je suis gentille avec tout le monde, dit Mme Daulet.

_ Moi je fais attention à tout, l'habillement, être propre sur moi, prendre soin de mon aspect physique, explique Mme Rodriguez.

_ Moi ! Je respecte tout le monde en leur donnant de l'amour, répond Mr Maubon.

_ Je n'embête personne, je veux la paix, dit Mme Acien.

_ Je prends soin de moi et de maman, parfois je lui fais son lit, dit Mme Martinez C.

_ Moi ! Je me respecte en me douchant tous les matins et ensuite je prends mon petit déjeuner, reprend Mr Segonne.

Le respect des autres, c'est quoi ?

_ Être poli ! Répond Mr Segonne.

_ Ne pas être violent envers les autres, reprend Mme Pech.

_ Le respect de ses croyances par exemple, être tolérant envers les autres, explique Mr Fontaine.

_ Oui ! Respecter les idées des autres, dit Mme Pech.

_ Le respect des idées politiques de chacun aussi, rebondit Mr Fontaine.

_ Oui parce-ce-que parfois cela peut crier si on n'est pas d'accord en politique, s'exclame en souriant Mr Segonne.

Qu'est-ce-qui est fait ici et qui vous donne l'impression d'être respecté ?

_ On me parle bien, dit Mr Segonne.

_ Nous nous parlons gentiment, on ne nous traite pas comme des enfants, explique Mr Fontaine.

_ Oui on n'est pas des enfants, reprend Mme Martinez C.

_ Je me sens respectée quand je dis ou que je demande quelque chose, car ma parole est entendue, explique Mme Lacage G.

_ On me parle normalement, l'infirmière vient vers moi quand je ne suis pas bien, dit Mme Lionnet.

Avec la participation de Mme Jeanjean, Mme Lionnet, Mme Pech, Mme Acien, Mme Daulet, Mr Segonne, Mr Maubon et Mme Pech, Mr Fontaine, Mme Martinez C, Mmes Lacage G et M-C, Mme Rodriguez et Mme Capela.

RUBRIQUE LA RECETTE DE GRAND-MÈRE

« Tranches de courgettes panées »

Proposée par Mme Lacage G



Ingrédients

- ✓ 2 kg de courgettes
- ✓ 2 jaunes d'œufs
- ✓ Chapelure
- ✓ 2 gousses d'ail
- ✓ Une branche de basilic
- ✓ Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Tailler des tranches de courgettes fine dans le sens de la longueur.
2. Eponger les tranches sur un torchon.
3. Passer au presse-ail les gousses d'ail, ciseler la branche de basilic.
4. Battre les jaunes, rajouter l'ail et le basilic, mélanger le tout.
5. Badigeonner chaque tranche avec ce mélange.
6. Faire chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse. Y jeter les tranches, et laisser bien griller sur feu moyen.

PHOTOS DU MOIS DE JUILLET





