

LA GAZETTE

DE L'OSTAL DU LAC

JUIN 2022

QUOI DE NEUF À L'OSTAL DU LAC ?

Le projet « BALADE » qui s'est déroulé le 12 et 13 Mai



Ce projet départemental Culture en Arc en Ciel créé en 2006 vise à proposer aux personnes âgées et dépendantes, demeurant en établissements d'hébergement, « un projet culturel ».

Rendre accessible la danse contemporaine aux résidents : une proposition artistique originale de la Cie Sauf le Dimanche qui stimule l'imaginaire et procure du plaisir.

La culture et la pratique artistique ont favorisé l'expression corporelle, tout en maintenant en éveil la curiosité et la mémoire des résidents. La danse, fabrique artistique et génératrice de liens. Ce projet d'atelier-spectacle a été mené par Emilie BUESTEL et Julia LEREDDE durant deux journées d'immersion artistique au sein de l'établissement.

Les deux danseuses ont proposé aux résidents une invitation à la danse et sa poésie, à travers le mouvement spontané d'un élan vers l'autre, beau à voir, parce qu'il imite sans réfléchir, parce qu'il est inventif et fait appel à notre imaginaire, parce qu'il est pur plaisir. Les danseuses ont pu évoluer et occuper tous les espaces communs, y compris dans les chambres, pour certains résidents se fut un pur bonheur. Ce projet a été une grande découverte pour les résidents ainsi que pour le personnel, nous sommes passés par beaucoup d'émotion, les danseuses ont su captiver les regards par leur grâce, certains se sont tellement fait happer et imprégner par cette ambiance, que la charge émotionnelle leur a fait verser quelques larmes.

Ce projet s'est clôturé par un spectacle qui a été spécialement conçu et imaginé pour les publics accueillis en maison de retraite.

Interview des résidents sur ce projet Balade

Nous avons eu des danseuses, le jeudi 12 et vendredi 13 mai ?

- Oui elles étaient deux, répondent les résidents.
- Elles ont dansé mais surtout elles faisaient des mouvements en l'air avec les bras, explique Mme LIONNET.
- Elles nous ont fait danser, elles étaient gentilles et avenantes, reprend Mr GARNIER.
- Elles sont venues danser dans ma chambre, elles étaient gracieuses, ça m'a beaucoup plus, dit Mme IMPARATO.
- Elles ont fait un spectacle vendredi après-midi, c'était beau Mme JEANJEAN.
- Elles dansaient bien et elles étaient formidable, je les ai vu danser à côté des ascenseurs à l'étage, s'exclame Mme CAPELA.

Elles ont dansé. Quel style de danse ?

- Paso Doble, valse, rock, java, danse contemporaine, classique, moderne, pop, rumba, salsa, tango, répondent à tour de rôle les résidents.
- Surtout avec les bras, elles faisaient beaucoup de mouvements avec les bras, dit Mr GARNIER.
- Oui surtout avec les bras, dit Mme LIONNET.

- C'était un peu n'importe quoi dans tous les sens, je n'ai pas eu l'habitude de voir des danses comme celles-ci, dit Mme LIONNET.
- C'est la première fois que nous voyons des danses comme ça, répondent les résidents.

Alors, c'était qu'elle style de danse ? Demande Christelle.

- C'était de la danse contemporaine, dit Mme JEANJEAN.

Est-ce-que vous aviez déjà vu un spectacle de danse contemporaine ?

Non ! répondent les résidents.

- C'était gai, sympathique, dit Mme LIONNET.
- Elles étaient belles les danseuses ! rétorque Mme CAPELA.

Qu'avez-vous pensé de leur spectacle ?

- Moi, j'aurai aimé le faire avec elle, dit Mme CAPELA.
- C'était agréable, elles étaient gracieuses et élégantes, enjolive Mme LIONNET.
- Les regarder danser c'était très bien, dit Mme DAULET.
- Et surtout elles savaient danser, reprend Mme GATOUNES.
- Et oui ! C'est leur métier, dit Mme DAULET.
- Pour ma part, cela m'a ramené 30 ans en arrière, lorsque je pratiquais la natation synchronisée, car à certains moments elles formaient un duo et évoluaient ensemble en synchronisation, et cela m'a tout de suite interpellé, leurs mouvements sont exécutés avec amplitude et précision comme la natation synchronisée.

Je ne connaissais pas du tout la danse contemporaine et j'ai été agréablement surprise, explique Christelle.

Cela vous intéresserait pour revoir ce genre de spectacle.

- Les avis sont partagés, certains oui et d'autres non.





Nous souhaitons la bienvenue à Dominique NAEGELE

Stagiaire en équipe d'animation avec Christelle

- Tu vas être remplaçante en animation ? Gildas

Non, je suis stagiaire avec Christelle pour découvrir le métier d'animateur en maison de retraite.

- Tu travailleras comme Christelle et tu apprendras sur le tas ? Gildas.

Si je puis me permettre Gildas, le métier d'animateur ne s'apprend pas sur le tas, mais nous passons un diplôme sur un an qui s'appelle le BPJEPS (Brevet Professionnel de la Jeunesse et de l'Education Populaire et Sportive) Spécialité Animation Sociale, reprend Christelle.

Tu as le bac ? Demande Mr FONTAINE.

- Non je n'aie pas le bac, j'ai deux bassines ! plaisante Dominique, je suis rentrée dans la vie active juste après avoir échoué au baccalauréat.
- Pendant combien de temps vous allez être stagiaire ici ? Interroge Mr MAUBON

Pendant une semaine, Christelle m'accompagnera.

- Comment vous vous trouvez ici ? Questionne Mr SEGONNE.

Merveilleusement bien.

- Vous êtes là pour longtemps ? Reprend Mr SEGONNE.

Non, une semaine seulement.

- Vous avez des enfants ? Rebondit Mme MARTINEZ.

Oui, j'ai deux enfants.

- Ils sont grands ? Reprend Mme MARTINEZ.

Oui ils sont grands, 28 et 24 ans.

- Garçons ou filles ? S'exclame Mr SEGONNE.

Deux garçons.

- Ils habitent avec vous ? Interroge Mr SEGONNE.

Non, j'en ai un qui habite à Lyon et l'autre à Marseille.

- Dans les Bouches du Rhône et le Rhône donc, répond Mr SEGONNE.

Oui, c'est ça.

- Qu'est-ce qu'ils font comme métier ? Demande très curieux Mr SEGONNE.

Adrien est infirmier et Pierre finit ses études pour être enseignant.

C'est dur d'être enseignant ? Demande Mr SEGONNE.

Oui, c'est surtout le concours qui est difficile.

- Pourquoi voulez-vous connaître le métier d'animateur ? Interroge Mr MAUBON.

J'ai toujours voulu être au contact des gens, car j'aime beaucoup le contact et je souhaite me reconverter professionnellement.

- Quel métier tu faisais avant de vouloir te reconverter ? Questionne Mr FONTAINE.

J'étais secrétaire médicale dans un cabinet de pneumologie.

- Moi je distribuais le courrier à Florensac dans l'Hérault, dit Mr SEGONNE.

C'est un joli métier.

- Où tu habites ? Demande Mme MARTINEZ C.

J'habite à Lunel.

- Vous avez encore vos parents ? S'exclame Mr SEGONNE.

J'ai encore ma mère mais plus mon père, il est décédé à l'âge de 58 ans.



- Eh bien comme moi, j'ai encore ma mère mais je n'ai plus mon père. Je suis arrière grand tonton, explique Mr SEGONNE.

- Est-ce que vous êtes bien payée ici ? Demande Mr MAUBON.

Je ne peux pas répondre, je suis stagiaire ici et je ne suis pas rémunérée.

- Moi, je peux vous répondre, répond Christelle.

- Je veux bien, dit Mr MAUBON.

- Nous avons une très bonne convention et je pense qu'il n'y a pas beaucoup d'animateurs qui doivent avoir mon salaire, je peux dire que je ne suis pas trop mal lotie ici, explique Christelle.

- C'est un grande ville Lunel ? Interroge Mr SEGONNE.

C'est une ville de taille moyenne

- Tu as toujours vécu à Lunel ? Reprend Mme DAULET.

Non, je suis née à Carcassonne. J'ai habité Paris, Grenoble mais je préfère la campagne.

Ah ! Oui, on mange bien à la campagne, s'exclame Mr Fontaine.

Alors, bienvenue chez les vieux ! plaisante Gildas.

Interview de Rémy Bertrand

Poste de Faisant Fonction d'Aide-Soignant

- Tu travailles ici ? Demande Mme DAULET.

Ben oui.

- Tu habites Montpellier ? Reprend Mme DAULET.

Oui et toi ?

A Pignan, répond Mme DAULET.

- Fais-tu du sport, Demande Mme LIONNET.

Oui, j'aime beaucoup le sport surtout le basket, le foot, le tennis, je ne pratique pas tous les jours mais une fois par semaine.

- Le vélo ? Interroge Mr GARNIER.

J'aime bien oui mais je n'ai pas de vélo et vous ?

- Moi, j'ai beaucoup pratiqué et j'étais coureur cycliste, que du vélo de route, au minimum

120 km par sortie, répond Mr GARNIER.

- Vous êtes stagiaire, Mme LIONNET.

Non, faisant fonction depuis 2 mois.

- Est-ce que cela te plaît ? Demande Christelle.

Oui beaucoup, c'est un métier où l'on prend soins des gens et c'est gratifiant.

Du coup cela te donne envie de passer le diplôme ? Reprend Christelle.

Oui et les inscriptions c'est maintenant, donc il faut faire vite

- Quel âge as-tu CAPELA ? Demande Mme CAPELA.

J'ai 29 ans.

- Est-ce que tu es marié ? Interroge Mme DAULET.

Non.

As-tu des enfants ? Dit Mme LIONNET.

Non, je n'en ai pas.

- Tu as 29 ans, alors qu'as-tu fais avant ? Demande Christelle.

J'ai fait les compagnons du devoir, j'ai un BEP et j'ai un Bac pro de zingueur, c'est tous les aciers précieux cuivre, l'aluminium.

Après je suis allé travailler en Suisse, c'était une entreprise prestigieuse ou le travail consistait à rénover des anciens bâtiments en feuilles d'or par exemple.

- Et pourquoi, tu as choisi le soin ? questionne Christelle.

Ma maman est tombée gravement malade et du coup cela m'a permis de découvrir un peu ce métier là et j'aime ce métier.

Avec la participation de Mme LIONNET, Mme DAULET, Mme CAPELA, Mr GARNIER, Mme BOCH, Mme GINIBRE et Mme GATOUNES.



Nous souhaitons la bienvenue à Mr Lionel BOUDOURIC

Il a fait son entrée au SAJE (l'accueil de jour) le 22 avril 2022. Il vit au foyer les IV seigneurs depuis 2003 et nous l'accueillons 2 fois par semaine, les mardis et jeudis.

Lionel a 60 ans et apprécie les ateliers proposés au sein de l'Ostal du lac, plus adaptés pour lui, au vu de son âge.

Il a aussi retrouvé certain de ses camarades, qu'il connaît des IV seigneurs

Il aime tisser des liens avec son entourage, c'est une personne très sociable.

Il est toujours partant pour participer aux activités.

Il aime les sorties extérieures comme le cinéma, le restaurant, les magasins

Il apprécie également les animaux et la nature et le rugby. Il est aussi très gourmand et adore faire des blagues, c'est un petit farceur.

Il n'aime pas la nuit qui tombe et le tonnerre.

Il affectionne aussi les moments calme où il peut feuilleter des livres et écouter de la musique.

Sa nature sympathique et joviale fait de lui « la mascotte » sur son pavillon, dans son foyer et on veut bien le croire !



RUBRIQUE LA RECETTE DE GRAND-MÈRE

« Tarte au maroilles »

Proposée par DE CAMPOS Fatima



Ingédients

1 pâte feuilletée (ou pâte levée)
250 g de Maroilles
15 cl de crème fraîche épaisse
15 cl de lait
3 oeufs
Sel, poivre du moulin

Préparation

1. Étaler la pâte feuilletée dans un plat à tarte
2. Disposer au fond le fromage après l'avoir coupé en morceau d'1/2 cm d'épaisseur
3. Poivrer par-dessus le fromage

Dans un plat creux :

4. Casser 3 oeufs et battre énergiquement
5. Ajouter la crème fraîche puis continuer à battre
6. Ajouter enfin le lait et battre une dernière fois
7. Saler et verser le fond de tarte sur le fromage
8. Enfourner dans un four préalablement préchauffé à 200°
9. Le temps de cuisson doit durer au moins 25 à 30 min

Au dernier moment, passez en mode grill pour faire dorer le dessus si ce n'est pas le cas

Servir chaud, la tarte au Maroilles se sert généralement avec une bonne laitue ou, pour faire comme les ch'tis, avec une salade d'endive ou, comme on dit localement, de chicons !

Astuce et Remède d'autrefois



CONTRE LES PUCERONS

Faire macérer des mégots de cigarette dans 1/2 litre d'eau puis filtrer et transvaser dans un pulvérisateur. Ce mélange est très efficace.

POUR LE JARDIN

Le marc de café pour le jardin
De la cendre pour les limaces
Un couvercle de bière et adieu les limaces.
Bière blonde, la brune, la blanche.
La bière brune pour les limaces et la bière blanche pour les escargots.



JUIN

« Le Mois Soleil »



Juin se réveille pour déployer toute sa puissance.

C'est le « Roi Soleil » du Royaume des Mois, qu'il surplombe de toute sa majesté.

Réalisons-nous vraiment la richesse de tout ce qu'il nous apporte !

D'abord, dans sa grande bonté, il nous offre les jours les plus longs, un merveilleux bonheur pour partager de longues et belles soirées avec celles et ceux que l'on aime.

Mais, c'est aussi celui qui, dans sa grande Sagesse, nous suggère que tout est éphémère. Demain déjà, sous son règne, les jours commencent à décliner. Une douce façon de nous dire de profiter en plénitude de l'instant présent et de nous rappeler le conseil du poète « Vivez si m'en croyez, n'attendez à demain, cueillez dès aujourd'hui les roses de la vie ».

Le 21, il célèbre l'été. Cette saison magique qui s'ouvre sur les libertés les plus inattendues, auxquelles on s'adonne dans la JOIE des vacances à venir, des retrouvailles festives, des voyages vers de vastes horizons, des cœurs qui larguent, pour un temps, les charges de la raison pour quelques impensables folies !

Ce jour-là le monde entier sera en communion pour la FÊTE de LA MUSIQUE, « une idée française » qui dit l'universalité que nous portons.

Dans la nuit du 23 au 24, il nous propose de nous rassembler toutes et tous sans distinction de pensées, cultures, situations autour d'un immense FEU DE JOIE pour fêter le « solstice d'été », célébré depuis la nuit des temps par la mémoire du monde.

Le MOIS SOLEIL se veut bienfaisant ; il nous convoque aussi le 11 pour « la Nuit du handicap », le 12 pour « La Journée mondiale du Bien-Etre », le 14 « La Journée mondiale du Don du sang ».

Il y a encore tant de choses à dire, alors pour conclure et puisque nous sommes au Crès, riche d'une belle et simple culture populaire, léguée par nos anciens, célébrons leur mémoire pleine de Sagesse par ce proverbe :

Quand plou per Sant Médar la récolta dimineua d'un quart, per Sant barnabeu la copa au pè

Quand il pleut pour la Saint Médard (8 juin) la récolte diminue d'un quart, quand il pleut pour la Saint Barnabé (11 juin), il la coupe au pied (la récolte est perdue).

Et quelques autres :

Juin pluvieux vide celliers et greniers

Eau de Saint Jean ôte le vin et ne donne pas de pain

Soleil de Juin, luit de grand matin

N'ayons crainte, le bon Mois Soleil veille au grain !

Bernard BOULLET (bénéficiaire du SSIAD)



« PAROLES DE NOS ANCIENS »

Que pensez-vous des films et des séries de maintenant en comparaison à avant ?

Quel style de film vous aimez regarder ? Christelle.

- Là où il n'y a pas de coup de feu, de morts.... Dit Mme LACAGE G.
- Oui, je regardais des films. Aujourd'hui, je ne regarde pas de film sauf quand l'occasion se présente.

Je regarde celui qui me distrait, répond Mr COUTROT.

- Sans plus, reprend Mme BOCH.
- J'aime les films d'action, polar, moitié politique, dit Mr FONTAINE.

Quelle différence entre les films d'avant et les films d'aujourd'hui ? Christelle.

- Je n'aime pas les séries actuelles, « Plus belle la vie », au début cela me plaisait, maintenant c'est moins intéressant. Je ne regarde pas les films, autrefois je regardais les westerns, je connais Clint EASTWOOD comme acteur par exemple, dit Mme LACAGE G.
- Dans un bon film il faut un bon scénario, de bons acteurs, argumente Mr FONTAINE.
- Moi, j'aime les films tirés d'une histoire vraie, le dernier que j'ai vu et qui m'a vraiment plu c'était sur Netflix, le film s'appelle Kogustaki Mucize, c'est une très belle histoire. J'aime les films qui me prennent aux tripes.

Memo, un berger handicapé mental, vit avec sa fille et sa grand-mère dans un village de la côte égéenne turque.

Un jour, sa vie est bouleversée lorsque

l'enfant du commandant local est assassiné et

que Memo est accusé du meurtre et condamné à mort.

Séparé de sa fille, le père de famille

va devoir prouver son innocence.



- J'aime les films de cow-boys, il faut que ça pète, si ça ne bouge pas, je dors, dit Mr GARNIER.
- J'aime les histoires vraies et calmes, je ne supporte pas les films avec de la violence, explique Mme LIONNET.
- Je préfère les films d'avant, car c'était des films que tout le monde pouvait regarder, dit Mme GINIBRE.
- Dans le temps, dans les campagnes il n'y avait pas de cinéma et je n'aime pas le cinéma. Dans les campagnes on avait beaucoup de choses à faire, que l'on n'a pas ici. Nous avant on dansait beaucoup, le cinéma ici ne m'emballe pas et je ne suis pas film, ni télévision, je préfère lire, explique Mme GATOUNES.
- Moi, je suis très film, j'aime un peu tout, dit Mme JEANJEAN.
- Entre avant et aujourd'hui, c'est pareil.

Et quelle série vous regardiez avant. Trouvez-vous une différence par rapport à maintenant, « les feux de l'amour », par exemple vous regardiez ? Christelle.

- On pouvait louper « les feux de l'amour » pendant une semaine, ça ne changeait pas grand-chose, répondent les résidents.
- La série, tout le monde en parlait, donc j'ai voulu savoir, je me suis dit, je perds du temps avec ça, dit Mme GATOUNES.

Et Santa Barbara, La petite maison dans la prairie, Ma sorcière bien aimée, Inspecteur DERRICK, ça vous interpelle ? Christelle.

- On écoutait la radio, plus qu'on ne regardait la télé, répond Mme GINIBRE

Le thème de la fête de l'établissement choisit cette année c'est le cinéma est plus précisément le « Western » !

Connaissez-vous des films western ? Christelle.

- « Il était une fois dans l'ouest », « Le Bon, la brute et le truand », « Mon nom est personne », répondent les résidents.





Est-ce que vous avez déjà vu des films western d'aujourd'hui ?

- Oui, Les films de Quentin Tarantino, c'est violent, on a vu Django, La haine avec Vincent CASSEL, dit Mr FONTAINE. Et comment vous souhaitez être habillé pour la fête ?

Il y a plein de déguisements possibles, les femmes de saloon avec de grandes robes, les mexicains, les indiens et indiennes, le sheriff, les prisonniers, les Daltons, etc.



Quel déguisement aimeriez-vous avoir ? Christelle. Voulez-vous être déguisé en Indienne Mme BOSCH ?

- Non, répond-t-elle.
- Moi en Indien ou je veux bien en shérif, dit Mr FONTAINE.
- Avec l'étoile, la casquette, répond Christelle.
- Le chapeau et les 2 pétards, Lucky Lucke, aussi, s'exclame Mr GARNIER.
- Je n'aime pas me déguiser et je ne me déguise pas, il faudra se déguiser, une indienne avec des plumes au derrière, pour faire la cocotte !! Je ne veux rien faire, raconte Mme LIONNET.
- Juste un petit chapeau ? Interroge Christelle.
- Si vous me l'achetez, oui, répond Mme LIONNET.
- Je vous vois habiller en jolie robe, comme les dames qui sortaient des diligences, dit Christelle.
- Et toi Christelle, tu seras déguisée comment ? Demande Mr FONTAINE.
- Si je vous le dis ça ne seras pas une surprise, répond Christelle.
- Ce sera une grande robe ? Questionne Mr FONTAINE.
- Ah ! Surprise ! surprise ! S'exclame Christelle.
- Pour nous tu es déjà une surprise ! Répond spontanément Mr FONTAINE en s'adressant à Christelle.



Avec la participation de Mme JEANJEAN, Mme LIONNET, Mmes LACAGE G et M-C, Mme GATOUNES et Mr GARNIER.





PHOTOS DU MOIS DE MAI







INVITATION

VENDREDI 10 JUIN 2022



**C'EST LA FÊTE À L'OSTAL DU LAC
JOURNÉE WESTERN !**

11H Accueil des invités et animations pour quelques dollars de plus

12H-15H L'Apéritif du Chérif et le banquet de Fort Apache*

14H-15H Repos et bon temps au saloon des sept Mercenaires

15H Spectacle des hautes plaines

16H Gouter de cavalier puis fin des festivités

Si vous souhaitez conquérir l'ouest avec nous, merci de vous inscrire auprès du secrétariat, du lundi au vendredi, de 9h à 17h, ou par mail : accueil.ehpad@adages.net

La présentation d'un pass sanitaire est obligatoire ainsi que le port d'un masque fourni par l'établissement.

**organisation soumise aux contraintes sanitaires et qui sera confirmée le 3 juin 2022*

EHPAD, SSIAD & FEPA l'Ostal du Lac
Pour adultes handicapés et personnes âgées

adages
humainement engagée



**VENEZ
NOMBREUX
POUR PASSER
D'AGRÉABLES
MOMENTS ET
FAIRE
LA FÊTE
AVEC NOUS**