



LA GAZETTE DE L'OSTAL DU LAC

JULY 2022

QUOI DE NEUF À L'OSTAL DU LAC ?

« La fête de l'Ostal du Lac »

Comment avez-vous trouvé le programme ?

- _ Très bien, répondent Mme Daulet et Mr Fourriques.
- _ Bon programme, bien orchestré ! S'exclame Mr Guibbaud.
- _ Oui, tout était parfait, reprend Mme Maugard.
- _ Ça m'a plu, renchérit Mme Martinez C.
- _ Parfait, dit Mme Tomas.

Qu'avez-vous apprécié de la fête ?

- _ Les chevaux Camarguais avec les gardians, dit Mr Guibbaud.
- _ J'ai aimé la danseuse de flamenco, les chanteurs chantaient bien, c'était parfait, dit Mme Maugard.
- _ Le thé dansant, on se sentait vivant, c'était bien, dit Mme Grzesiak.
- _ Le repas était mais j'ai aimé les moules, renchérit Mme Maugard.
- _ Ah oui ! C'était bon les moules, s'exclame Mme Martinez.
- _ Le raseteur et le petit taureau, c'était bien, acquiescent Mr Guibbaud, Mme Maugard, Mme Acien et Mme Daulet.
- _ Oui, le raseteur c'était le beau-fils de Karine, affirme Mme Martinez.
- _ La structure pour enfants c'était super
- _ Le stand de vente n'est pas resté ouvert suffisamment, tout le monde n'a pas pu acheter d'objets disent les résidents.
- _ Oui, nous avons fait le même constat, nous essaierons de faire différemment pour l'année prochaine, je proposerai une nouvelle vente sur un week-end ou je travaillerai, répond Christelle.

Comment avez-vous trouvé l'ambiance ?

- _ L'ambiance était bonne, s'exclament Mr Guibbaud et Mme Daulet.
- _ Tout le monde était gentil, dit Mme Martinez.
- _ La sono était trop forte, il y avait des interférences entre Mr Ségault au micro et la sono, mais c'était pas mal sinon. J'ai aimé la musique, et le vent s'est levé, mais heureusement qu'on l'a fait en mai, en juin on aurait eu trop chaud. Ambiance très chaude, j'ai adoré la danseuse, j'ai caressé les chevaux, j'ai trouvé l'ambiance super, raconte Mr Fontaine.
- _ Très sympathique, très vivant, c'était bien, ça m'a plu, dit Mme Grzesiak.
- _ Très bien ! Acquiesce Mr Vinot.
- _ J'ai bien dansé ! s'exclame Mme Daulet.
- _ C'était bien, j'étais avec ma fille, on a mangé des moules, renchérit Mme Ould.
- _ Mr Ségault a parlé au micro, dit Mr Fourriques.
- _ Oui et il y avait Manu, dit Mme Daulet.
- _ Je suis content, dit Mr Pellet.
- _ Bonne ambiance, on s'est bien amusé, on a bien dansé, on a bien chanté, c'était une ambiance chaleureuse, dit Mme Pech.
- _ Impeccable, mon frère était là, dit Mr Thouzellier.
- _ Ma sœur a dit que c'était bien la fête, moi cela m'a plu, j'ai dansé avec ma sœur, explique Mr Boriès-Azeau.
- _ Le repas était très bon, dit Mr Guibbaud.
- _ Oui, délicieux, dit Mme Maugard.
- _ Moi, je n'ai pas aimé le taureau et le riz, disent Mme Martinez et Ould.
- _ Les moules étaient très bonnes disent les résidents à l'exception de Mme Rodriguez qui ne les a pas aimées, elles étaient mal présentées selon elle.
- _ J'ai trouvé la fête très bien, mais le son était trop fort, dit Mr De Haro.
- _ C'était formidable, dit Mr Maubon.

_ Très bien, j'ai dansé avec ma sœur, s'exclame Mr Vidal.

_ Une fête très réussie et on espère que la prochaine le sera autant, clôture Mr Guibbaud.

LE QUART D'HEURE PHILOSOPHIQUE DE BERNARD

« LA LIBERTÉ »

Juin est le mois où l'on prépare les vacances d'été et nos valises sont déjà pleines de rêves. Un temps pour tout quitter, ouvrir la porte sur la liberté. Que du bonheur dans nos têtes ! Là, est le piège et il est redoutable.

Si l'on n'y prend garde, liberté est l'un des mots les plus dangereux.

Drôle de mot, un mot qui nous enchaîne, un mot omniprésent, un mot que l'on entend et que l'on voit tous les jours, un mot riche de transcendance mais qui se noie dans la banalité, un mot qui n'ouvre sur rien d'autre que sur la désillusion.

Ceux qui le prennent à bras le corps, comme une bouée de sauvetage, sont déjà dans le naufrage.

Liberté, liberté chérie, n'es-tu qu'une chimère de poète ?

On enrage quand on côtoie des gens qui se disent libres. Se dire libre est un mensonge que l'on se livre.

Si nous étions libres que ferions-nous ? Que du mal sans doute ! Car nous piétinerions ce que les autres cherchent aussi.

Depuis la nuit des temps, l'histoire des conflits planétaires nous raconte que des hommes, sans cesse, s'entre-tuent de part et d'autre au nom de la liberté. Alors liberté de quoi es-tu le nom ?

S'il y a une liberté sage et mûrie c'est celle que l'on se donne. Elle ne viendra jamais de quiconque, bien au contraire.

Ce beau cadeau que nous nous offrons devra être sans tâche, spirituellement pur pour le bonheur, loin du malheur.

Un acte sans « arrières pensées » qui se dévoile lumineux. Se rendre « libre » c'est illuminer nos nuits obscures, casser les murs froids et glacés qui nous incarcèrent, ouvrir des portes et des fenêtres au vent de l'esprit qui souffle là où il veut.

Notre liberté se heurtera toujours contre les limites édifiées, jours après jours, par notre propre « finitude ».

C'est le soin, que nous apportons à limiter ces « destructions du temps », qui sera le véritable garant de ce rêve infini d'indépendance. Prendre soin de soi est la première libération à s'offrir face aux fausses libertés d'accueillir nos irrésistibles et si séduisantes addictions.

La liberté que vous vous donnez, ne la montrez pas, gardez la dans le silence, sinon on vous la volera !

Alors vous pourrez tenter toutes vos « bonnes aventures » !

Bernard BOULLET (Bénéficiaire du SSIAD, extrait de « Le quart d'heure philosophique de Bernard »)

Interview de Nathalie Martin du Service des Accueils de jour



_ Vous avez qu'elle âge ? Demande Mme Lacage G.
J'ai 59 ans.

_ Tu es jeune dis donc ? Reprend Mme Lacage G.
Et oui !

_ Depuis combien de temps êtes-vous ici ? Interroge Mr Guibbaud.
Depuis 3 ans. Avant, j'étais dans un centre à Lattes, il y avait une boulangerie et des maisons à côté.

_ Vous avez des frères et sœurs ? Dit Mme Lacage G.
Oui, j'ai un frère qui s'appelle est qui habite Palavas les flots et une sœur qui s'appelle Nadine elle habite à Lattes, avenue des flamants roses.

_ Quand vous partez le soir d'ici, vous allez où ? Demande Mme Lacage G.
Chez moi, j'habite seule à Lattes. Ma nièce venait me faire le ménage mais elle ne vient plus.

_ Tu as des infirmières et une femme de ménage ? Reprend Vanessa
Des infirmières oui mais le ménage je le fais seule.

_ Et le linge ? Interroge Mme Lionnet.
C'est moi qui lave tout.

_ Est-ce-que tu es de la région ? Questionne Mme Ginibre.
Oui, je suis née à Montpellier, j'habitais dans le quartier St Lazare.

_ Quand tu es chez toi le samedi et le dimanche que fais-tu ? Demande Christelle.
Je passe la journée chez ma sœur le samedi et le dimanche je vais chez mon frère.

_ Tu te prépares les repas le soir ? Dit Mr Guibbaud.
Non, c'est ma sœur qui achète des plats tout prêt que je fais réchauffer.

_ Tu as des loisirs ? Reprend Mr Guibbaud.
Non je n'ai pas beaucoup de loisirs

_ Est-ce-que votre sœur des enfants ? Interroge Mme Lacage G.
Oui, elle en 2, Christelle et Laurent et mon frère il en a 3 Sandrine, Gary et Patricia.

_ Et pour les vacances tu as des projets ? Renchérit Mr Guibbaud.
Non pas trop.

_ Est-ce-que tu aimes venir ici et qu'est-ce-que tu aimes faire ? Demande Christelle.
Oui, j'aime la peinture, le tricot, regarder la TV, quand j'étais aux flamants rose ont allé au restaurant, au cinéma, faire des pique-niques.

_ Est-ce-que tu travaillais avant ? Questionne Vanessa.
Non, je n'ai jamais travaillé, j'étais en hôpital de jour St Exupéry à Lattes. J'habitais avec mes parents et papa est décédé comme ma maman était malade je vivais avec ma grand-mère.

_ Avant d'avoir ton appartement à Lattes tu étais où ? Reprend Vanessa.
Je vivais avec mon frère Serge à Palavas, puis j'ai été à Pompidou et mon frère me prenait un week-end sur deux et après j'ai eu mon appartement.

Avec la participation de Mme Lacage G, Mr Guibbaud, Mme Lionnet, Mme Ginibre, Vanessa et Christelle.

Interview de Coralie Meric Stagiaire socio-esthéticienne



_Combien de temps tu mets pour faire ta natte ? Interroge Mme Tomas.

Je mets 5 minutes.

_Vous êtes dégourdi ! Reprend Mme Tomas.

Oui, je la fais seule.

_Tu travailles, tu fais du maquillage, des ongles ? Questionne Mme Acien.

Oui, je maquille, je vernis les ongles et je fais des massages.

_Est-ce tu aurais aimé faire un autre métier ? Dit Mme Pech.

Non, ce métier me plait.

_Tu rends les gens jolis et beaux ! S'exclame Mme Pech.

Oui, tout à fait.

_Est-ce que vous avez un diplôme ? Renchérit Mme Pech.

Oui, j'ai d'abord un diplôme d'esthéticienne.

_Tu habites où ? Dit Mme Martinez C.

J'habite à côté de Toulouse mais je suis dans l'Aude, mon jardin est dans la Haute-Garonne, c'est pour vous dire, je suis vraiment à la limite.

_Comment s'appelle votre village ? Demande Mme Lacage G.

À Gourvieille, il y a 70 habitants, c'est à côté Villefranche de Lauragais, pas loin de Castelnaudary.

_Tu es marié ? Interroge Mme Pech.

Non

_Tu as des enfants ? Continue Mme Pech.

Oui, j'ai un garçon.

_Et comment il s'appelle ? Renchérit Mme Lacage G.

Il s'appelle Nathan.

_Tu as toujours habité là-bas ? Reprend Mme Martinez C.

Oui, je suis née à Castelnaudary mais maintenant il n'y a plus de maternité.

_Tu es venue pour tes études à Montpellier ? Questionne Mme Pech.

Oui, c'est ça.

_ Vous dites que vous êtes à Montpellier je suis Montpelliéraine qu'est-ce que vous faites à Montpellier ? Dit Mme Tomas.

Je fais mes études de socio-esthéticienne, mon école est à côté de la gare, Rue Durand.

_Oui, je connais bien la Rue Durand, réponds Mme Tomas.

_Quelle âge avez-vous ? Dit Mme Lacage G.

Je vais faire 32 ans.

Oui, le 26 Novembre, je le sais tu me l'as dit, s'exclame Mme Martinez C.

_ Votre fils il fait des études ? Demande Mme Pech.

Eh non, il est trop petit, il est en CM2.

_ Tu as arrêté l'école à quel âge ? Interroge Mme Martinez C.

A 20 ans et maintenant j'y retourne.

_ Vous êtes logé à l'école ? Demande Mme Lacage G.

Et non, j'habite à Grabels.

_Qu'est-ce que tu aimes faire comme loisirs ? Christelle

Je fais de la Zumba et de la natation, je faisais beaucoup d'Aquabike.

Avec la participation de Mme Pech, Mme Lacage G, Mme Tomas, Mme Martinez, Mme Acien et Christelle.

« PAROLES DE NOS ANCIENS »

Les animaux

Avez-vous eu ou avez-vous des animaux ?

_Moi j'ai une chatte, elle s'appelle Pipa, elle est opérée pour ne pas faire de bébé. Pipa, elle est douce et gentille, raconte Mme Mathieu.

_Oui, en plus elle est belle, enjolive Mme Maugard.

_Votre chatte, vous l'avez dans votre chambre ici ? Demande Christelle.

Oui, elle est dans ma chambre, on m'a autorisé à la prendre ici, réponds Mme Mathieu.

_Elle est âgée ? L'interroge Mme Lacage G.

Elle a bien 10 ans.

_ Il y a une dame qui avait un chat ici, hein Christelle ? Demande Mme Lacage G.

_Oui, c'était Mme Marguet, son chat s'appelait Cyrano, réponds Christelle.

_ Cyrano de Bergerac, s'exclame en souriant Mme Boch.

_Moi, j'ai eu un chien de race collet, il n'était pas à moi. À la naissance de mon petit-fils elle a commencé à être jalouse et ma fille m'a demandé de la prendre, elle s'appelait Sascia. Sinon, j'ai eu des tortues aussi mais elles ont fini par partir, il suffit qu'il y ait un trou dans la clôture et elles se fauillent, explique Mme Maugard.

_ Mes parents avaient des poules et des canards quand j'étais jeune. Je ramassais les œufs dans le poulailler et parfois je donnais à manger aux canards, raconte Mme Daulet.

_ J'avais une chatte qui s'appelait Mélusine, elle était mouchetée blanche et grise, dit Mr Garnier.

_ Moi, une chatte Fifi, elle était blanche, crème, grise, elle avait beaucoup de couleur, dit Mme Tomas.

_ Moi j'avais un chien qui s'appelait Gamin et deux chats, l'un s'appelait Rafiti et l'autre je ne m'en souviens plus, raconte Mme Jeanjean.

_ Oui, j'avais des animaux, un chien et trois canaries, réponds Mr Coutrot.

_ Moi j'ai eu des chats et un chien, dit Mme Gatounes.

_ Quand j'étais tout petits le propriétaire de la maison ou mes parents habités avait un gros cheval de trait il était roux, je l'affectionnais particulièrement, explique Mr Jacob.

_ J'ai eu des chats et des oiseaux, dit Mme Lacage G.

_ Un petit chien qui s'appelait Gaspard, il mangeait bien, dit Mme Lala.

_ Et bien, j'ai eu beaucoup d'animaux. Quand j'étais petite, nous en avons eu pas mal avec mes parents, dans l'ordre : un chat « Tito », un lapin « Gasper », une chienne « Mika », des canaris j'adorais leur mettre la petite baignoire et les regarder se laver, puis un autre chien « Eros ». Ensuite lorsque que j'ai pris mon indépendance, j'ai eu un chien de race Beauceron qui s'appelait Nash, un chat Tigrou qui est décédé en février de cette année. Maintenant j'ai un chat « Pistou » et une tortue « Lola », énumère Christelle.

Avez-vous l'occasion de voir des animaux sauvages ?

_ Les animaux sauvages ! C'est magnifique, s'exclame Mr Jacob.

_ J'ai vu des oiseaux au zoo du Lunaret à Montpellier, c'est très grand là-bas, raconte Mme Daulet.

_ Moi aussi au zoo du Lunaret, j'ai des animaux sauvages, reprend Mr Garnier.

_ En Lozère j'ai vu des vaches dans les prés, ce n'est pas vraiment des animaux sauvages mais de ferme, dit Mme Tomas.

_ Moi, j'ai vu des léopards, des lions, de grosses fourmilières, des serpents et bien d'autres animaux sauvages en Afrique énumère Mr Jacob.

_ J'ai vu des ours dans un zoo, dit Mme Jeanjean.

_ On voit des sangliers au Crès, aux portes de l'Ehpad, vous n'êtes pas au courant ? M'interroge Mme Lacage G.

_ Non, mais je suppose qu'il y en a forcément, réponds Christelle.

_ Des sangliers au lac, ou dans la garrigue, on en voit souvent dit Mme Maugard

_ Moi une fois à la montagne j'ai vu une vipère et des jeunes ont essayé de la tuer, s'exclame Mme Daulet.

_ A la montagne, j'ai vu des marmottes, elle se laisse approcher facilement, d'ailleurs elles ont un cri très particulier explique Mr Jacob.

- _ Et « Le Dahu », vous l'avez vu, plaisante Christelle.
- _ Oui, répond en souriant Mr Garnier.
- _ En 6^{ème} répond en plaisantant Mr Jacob.
- _ Alors avez-vous déjà entendu parler du Dahu ? Interroge Christelle.
- _ Non, répondent les autres résidents.
- _ Alors le « Dahu », c'est un canular, ça n'existe pas, c'est une blague faite aux enfants ou aux adultes ne connaissant pas la montagne. Ils doivent chercher un animal de la taille d'un chamois environ, avec deux pattes plus courtes que les deux autres. A la tombée de la nuit après une demi-heure à une heure de recherche les adultes ou les montagnards finissent par leurs dirent que c'est une blague, explique Christelle.

_ Alors chut ! 🤫 Il faut garder le secret ! 🤫 Je compte sur vous ! 😊 Merci, Christelle.



Le Dahu, un canular pour les citadins

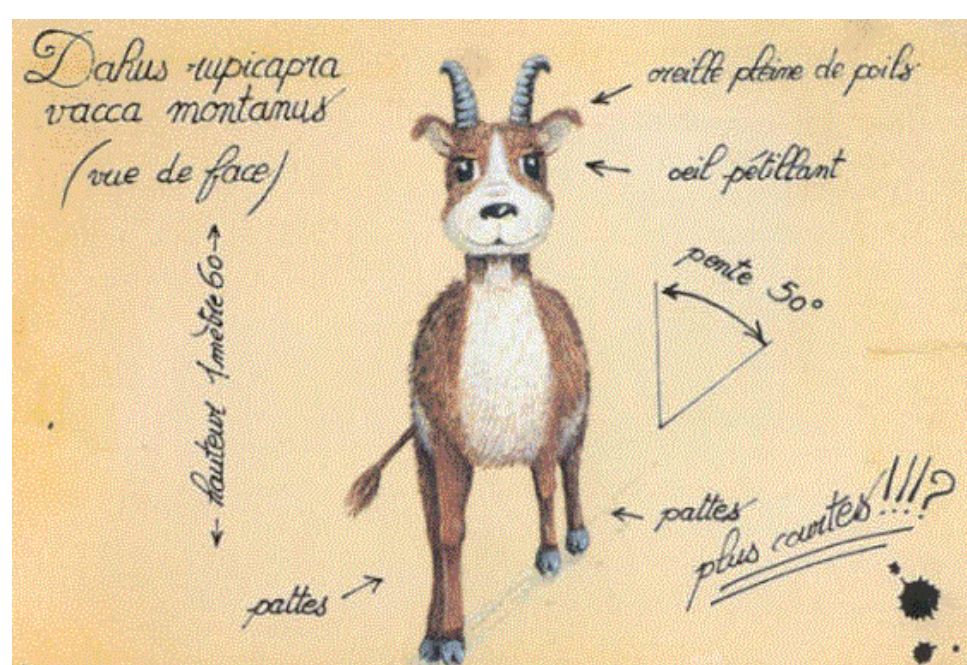
En réalité, personne n'a jamais aperçu cet être chimérique, mais beaucoup l'ont cherché. Issue du folklore, sa légende aurait été forgée pour **piéger les visiteurs crédules**, en particulier les citadins, qui souvent ignoraient tout du milieu montagnard.

Ses pattes de tailles différentes sont une adaptation naturelle aux déplacements à flanc de montagne. Cependant cette particularité l'oblige à se déplacer toujours dans la même direction et du même côté, sans pouvoir faire demi-tour. Leur morphologie particulière empêche les dahus gauchers de s'accoupler avec des dahus droitiers, et inversement.

Pour jouer un bon tour à ces derniers, les villageois les incitaient à partir à la chasse au dahu. Non sans leur avoir dévoilé une astuce infallible pour l'attraper : il suffit de se placer derrière lui et de **siffler pour qu'il se retourne** aussitôt et perde l'équilibre dans la pente. Armés d'un sac et d'un bâton, les malheureux, étrangement, rentraient toujours bredouille et le canular était alors dévoilé.

La tradition orale a répandu ces histoires dans différentes régions de France, les Vosges, le Jura, mais aussi en Catalogne ou encore en Suisse.

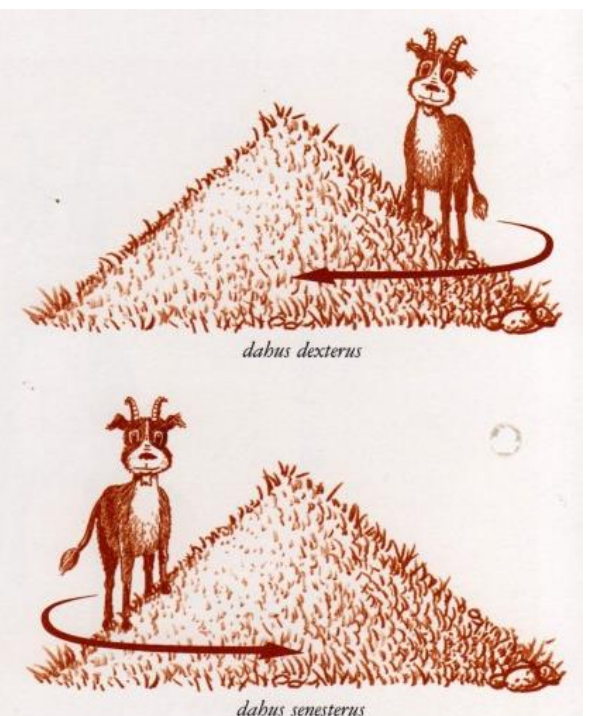
Si son nom varie – dairi, darou, tamarro... -, l'animal a conservé sa popularité. Et le rituel initiatique a perduré : ce sont maintenant les enfants que l'on emmène **en forêt à la nuit tombée**, à la recherche du mystérieux dahu.



LES FAMILLES DE DAHUS

Il est possible de faire le tour d'une montagne d'un côté comme de l'autre. C'est ainsi que deux familles de dahus se distinguent. L'une, aux pattes de droite plus courtes que celles de gauche, tourne dans le sens des aiguilles d'une montre. L'autre, aux pattes de gauche plus courtes que celles de droite, tourne dans le sens inverse.

Après avoir assimilé les avantages et les inconvénients de la morphologie de l'animal, on comprendra qu'il soit très difficile aux membres de ces deux espèces de se reproduire sans risquer la chute.



Avec la participation de Mme Jeanjean, Mme Lacage G, Mme Tomas, Mme Gatounes, Mme Mathieu, Mme Lala, Mme Boch, Mme Maugard, Mme Daulet, Mr Coutrot, Mr Jacob et Mr Garnier.

RUBRIQUE LA RECETTE DE GRAND-MÈRE

« Tian d'Aubergine au fromage de brousse »

Proposée par le fils de Mr Groux

Ingrédients

- ✓ 2 Gros fromages de brousse
- ✓ 500g de tomates cerises
- ✓ 500g d'aubergines
- ✓ 500g de mozzarella
- ✓ 1 oignon
- ✓ 2 gousses d'ail et 2 échalotes
- ✓ Gruyère râpé
- ✓ Huile d'olive

Préparation

1. Faire griller les aubergines au four.
2. Couper les tomates en 2.
3. Couper les tranches de mozzarella.
4. Mélanger les aubergines, les tomates et la mozzarella et les mettre dans un plat allant au four.
5. Presser les 2 gousses d'ail, haché l'oignon et les échalotes et les faire suer dans une poêle et les intégrer au mélange précédent.
6. Rajouter les 2 fromage de brousse par-dessus les légumes puis recouvrir de fromage râpé et enfourné 1h à 200°.



PHOTOS DU MOIS DE MAI

