

Le Bouche-à-Oreille de Lézian

LA GAZETTE NUMERIQUE DE LA RESIDENCE - N° 9

Edito

Le printemps est arrivé et nous permet d'admirer la nature dans toute sa beauté, mais aussi avec ses désagréments que sont les insectes.

Le propre de l'homme est de chercher à améliorer sa situation.

Autre joie que celle de lire des encouragements de la part de lecteurs de la gazette ! Osons partager nos réactions face à ce déploiement d'activités et de vie au sein de Lézian !

Les activités perdurent pour nous maintenir en éveil par la visite de la chocolaterie, écouter des groupes de musique et de danse, sans oublier la pétanque tant appréciée par les résidents, ceux qui jouent et ceux qui encouragent.

La pâtisserie est un pilier des activités : faire ensemble et déguster l'ouvrage de nos mains !

L'info que nous vous devons :

L'association "les amis de Lézian" est déclarée à la préfecture, et maintenant nous laissons libre cours à notre imagination pour créer des objets en papier, en laine afin de les vendre dans quelques mois, au bénéfice de l'élargissement de nos "possibles" !

Nicole



Témoignage de lecteur

" Chère Christine,

Je découvre avec bonheur ce n° 8 de la Gazette de Lézian.

D'abord, un grand merci à Nicole - que je ne connais pas - pour la qualité des textes que vous publiez - dont celui de Raymonde, évidemment - mais surtout pour ce très instructif tableau comparatif entre les missions officiellement confiées à vos collaborateurs, et à vous-mêmes, et celles, supplémentaires, que vous remplissez effectivement au quotidien.

Pour venir assez souvent voir Maman, depuis 18 ans, je peux témoigner de l'implication toujours souriante de tous les salariés de la structure, de leur disponibilité, de leur prévention même souvent des besoins ou des demandes des résidents... Je sais aussi que, l'âge avançant, certains peuvent se montrer parfois peut-être un peu exigeants et cependant, je n'ai jamais décelé de la part de vos collaborateurs, la moindre impatience, le moindre agacement, ni même la moindre lassitude physique ou morale qui serait pourtant compréhensible eu égard à leur dévouement.

Nous nous disons souvent, avec mes frères et sœur, que Maman a eu une chance inouïe d'intégrer la Résidence en 2004. Tous les collaborateurs qu'elle y a côtoyés, et vous-même en premier lieu, ont contribué de manière essentielle à faire de sa vieillesse un temps de bonheur, de paix et d'abandon confiant entre des mains toujours prêtes à lui venir en aide si besoin... Nous résidons un peu loin de Mirande, les uns et les autres et, même si nous lui rendons visite très régulièrement, vous êtes devenus, en réalité, une seconde famille pour elle : la famille du quotidien, la famille qui est présente tous les jours pour prendre en charge les petits bobos ou les petits soucis que l'âge rend inévitables.

De nouveau, bien sûr, merci à Nicole mais surtout un immense merci à vous-même et à tous vos collaborateurs pour votre dévouement exemplaire.

Bien cordialement,"

J.P. Lahille (+ Anne-Marie, Michel et Philippe qui signent avec moi des deux mains sans avoir eu besoin de lire d'abord mon message !).

Jean-Pierre, nous ne nous connaissons pas, c'est vrai, et votre témoignage confirme la nécessité de partager ce que nous vivons à la résidence de Lézian. C'est aussi un encouragement adressé à tout le personnel, si exceptionnel.

C'est l'occasion pour moi, ici, d'informer que chaque résident, chaque membre des familles de résidents, chaque personne extérieure ami-e de Lézian, peut écrire son ressenti après la lecture de la gazette, c'est un moyen de continuer à faire vivre la résidence dans un esprit de bienveillance, d'accueil et d'échanges constructifs pour le bien-être des personnes âgées, que nous sommes, et de tout le personnel. Merci.

Nicole

Le printemps est de retour !

à la Résidence de Lézian



Travailler dans un cadre comme celui-ci, est apaisant. Un parc orné de fleurs, de couleurs et de verdure, aspire au calme. Il permet après des moments compliqués, de se détendre et de se ressourcer.

Pendant la période de floraison, j'aime faire le tour du parc et découvrir les nouvelles têtes colorées.

Je surveille la pluviométrie et avec Chantal nous mettons à jour un tableau afin de calculer le peu d'eau qui tombe sur notre jardin de Lézian.

Profitons de ces belles journées avant la fournaise de cet été !

Elodie

Ces trois "demoiselles" n'ont pas résisté au plaisir de poser devant ce superbe rosier !



Achats de printemps le 13 avril

Voir, sentir, toucher...



Une sortie traditionnelle chaque printemps, mais quelle plante choisir pour agrémenter nos petits jardins, sans qu'elle ne soit trop gourmande en eau ? La question se pose aujourd'hui et guide nos achats.

Pluviométrie du 2ème trimestre 2023 à Lézian



Merci à Chantal et Elodie pour leurs relevés réguliers !

La fontaine de Lézian

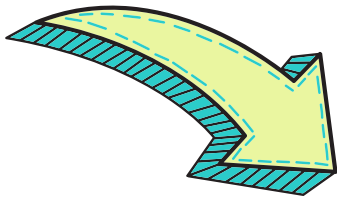
Pour la petite histoire...



La fontaine qui marque l'entrée de la résidence de Lézian est sortie de l'ombre au boulevard Centulle III. Installée sur un puits, elle alimentait autrefois les Mirandais en eau de la nappe phréatique.

Chantal

En allant prendre la photo de la fontaine, nous avons constaté qu'elle a été dégradée ou usée par le temps... Tout le tuyau du bas est descellé. Veiller au petit patrimoine de chez nous, est tout aussi important que les grands châteaux sous l'égide de Stéphane Bern !



Nicole

Moustiques et guêpes !...

Chassez naturellement ces bêtes qui nous embêtent !

Eloignez les moustiques :



Ils sont sensibles à certaines odeurs. Installez sur vos fenêtres, de la lavande, des fleurs de pélargonium ou de la menthe poivrée. Leur fragrance aura l'effet d'un répulsif.

Supprimez, rentrez ou retournez tous les objets où l'eau pourrait stagner.

C'est dans ces récipients que les larves se développent, il faut donc vider les coupelles ou tout autres récipients, régulièrement.

Ecartez les guêpes :



Généralement, c'est à l'heure du repas que les guêpes nous importunent le plus.

Elles adorent venir se régaler de viande, de fruits, d'eau ou de boissons sucrées.

Pour perturber leur odorat, on dispose sur la table un récipient contenant du marc de café ou des clous de girofles en poudre. L'ail et l'oignon les incommodent aussi, pensez à en faire griller.

Chantal



Elodie et la diversité de la nature !



Le bourdon



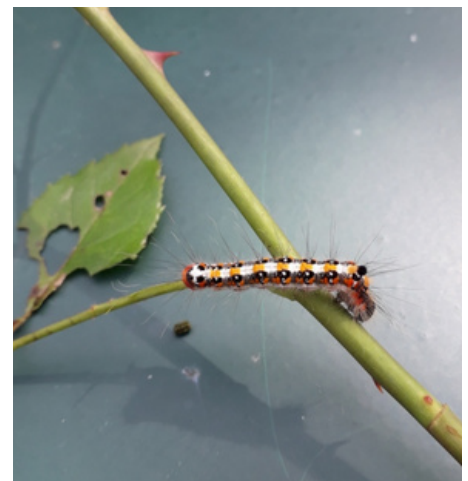
Abeille noire, sans dard



Le Moro-Sphinx



Le papillon Machaon



Le chat de Monique profite du jardin !

Les insectes sont nécessaires à la pollinisation des plantes, surtout les abeilles ! Dans notre jardin de Lézian, plusieurs spécimens d'insectes dont voici quelques photos prises par Elodie.

Groupes d'ailleurs, le 20 avril

et encouragements pour l'une des résidentes



Nous sommes allés au Mouzon à Auch, pour voir et entendre des groupes folkloriques et des chorales du Gers, venant d'Auch, Ste Dode, Paullhac, l'Isle Jourdain, Urdens, Miramont-Latour, Samatan, Gimont, dans le cadre des "clubs de générations Mouvement".



Notre admiration allait, bien sûr, vers Andrée, résidente de Lézian, personne énergique, qui nous charme de sa voix et de sa gentillesse : Fidèle à la chorale "Les sans soucis" de ste Dode. Merci Andrée.

Chorale "les sans soucis" de ste Dode

Une heureuse visite le 25 mai !



Un public attentif et nombreux venu pour écouter la chorale de sainte Dode !
Plusieurs chansons dont : "si tous les oiseaux" et "l'étoile des troubadours".
Et ambiance assurée par Mr Alain Cabandé, qui met en valeur le Gers en Gascogne, par une chanson pittoresque dont voici quelques extraits :

"De collines en vallées, de côteaux en vallons,
de bastides en châteaux, de soleil en chansons,
c'est le Gers enchanteur que j'aime avec passion.

Un seul Dieu a suffit pour créer l'univers,
Il en a fallu mille pour inventer le Gers.
Ne cherchez pas plus loin l'origine du juron
"Milledieu", c'est par lui que jurent les gascons....

...Mais le Gers "Milledieu", c'est aussi un pays de cocagne,
et celui de la gastronomie où règnent en toques blanches
comme des demi-dieux des grands chefs inspirés et
d'humbles maîtres queue...

...Si dans les basses-cours les gaveuses sont reines,
rarement à la joie, plus souvent à la peine,
A la danse du canard et au grand jeu de l'oie,
elles mènent le bal avec maestria.

...C'est le Gers milledieu, c'est le vin du terroir,
le chant des tonneliers, l'odeur du chêne noir,
c'est le pich' de Bachus, ambré, aphrodisiaque,
qui coule en ces navettes haut et bas armagnac.
Et comme aurait chanté Josette Pesquidoux,
c'est ici que les dieux avaient pris rendez-vous."



Sans oublier la chanson du béret, avec lequel il a chanté de tout son cœur, avec forces gestes et mimiques qui ont conquis toutes les personnes présentes.

"chapeau" ! Mr Cabandé et merci à toute la chorale !

Nicole



Une envie de chocolat ?

Nous partons, ce 12 mai, pour la visite de la chocolaterie équitable et bio, de Fleurance : 100 % coopérative !

Le cacao provient de coopératives de petits producteurs autonomes : 10 coopératives dans 10 pays différents : le Pérou, l'Équateur, Haïti, le Guatemala, Madagascar, le Nicaragua, la Bolivie et le Costa Rica.

Une petite quantité de coopératives possède sa propre unité de torréfaction et de broyage des fèves de cacao.

La chocolaterie utilise exclusivement des cacaos issus de commerce équitable et de l'agriculture biologique, de même pour les autres ingrédients : sucre - noix de cajou - amandes etc.

La chocolaterie fonctionne avec deux équipes de 15 personnes pour une production annuelle de 2000 tonnes. Installée dans des bâtiments adaptés, clairs et d'une très grande propreté où tout est blanc, y compris les machines.



Cette usine, inaugurée le 26 août 2021 est ouverte au public depuis le 2 février 2022. Les visites dégustations connaissent un grand succès, car permettent de découvrir, sous l'aspect d'un jeu, la composition et les pourcentages de cacao contenu dans le chocolat.

Alain

suite de la visite de la chocolaterie.

Embarqués par Véronique, quelques gourmands ont pris la direction de la chocolaterie de Fleurance, petite ville fleurie et accueillante.

Dès l'heure de l'ouverture, nous entrons dans l'établissement neuf et récent.

Fleurance inaugure donc, une usine éthicable, c'est-à-dire une entreprise coopérative, autrement dit une SCOP, dont ce sont les salariés qui détiennent le capital de l'entreprise.

Une guide nous permet de suivre étape par étape la fabrication du chocolat, de la cabosse à la tablette. Grâce à une vidéo nous avons pu voir l'énorme travail des producteurs, qui, pour beaucoup d'entre eux, n'utilisent que de l'outillage manuel.

En suivant le parcours, au travers de vitres, nous avons mieux compris le processus de fabrication du chocolat.

La visite se termine par l'espace dégustation et détente, où un petit jeu nous attendait : des échantillons nous étaient présentés. A nous de trouver, par la dégustation, la composition et le pourcentage de cacao. Quelques petites erreurs, mais nous avons tous été admis à l'étape suivante, la visite du magasin ! Avec un petit goût de revenez-y !

Andrée



"La Pose", restaurant choisi par notre guide Véronique, experte en choix de resto !



Tous des artistes !

Contes et flûtes



Un merveilleux concert de contes accompagnés par des flûtistes, nous a enchanté le 24 mai.

Dessins



François, Andrée et Nicole, se sont essayés au dessin, avec crayons de couleur, de cire et pastel sec. Comme nous l'avons dit, rien ne vaut un superbe bouquet de fleurs gentiment cueillies par Christine !

Mais qu'est-ce que l'art ?...

De tout temps, l'homme a exprimé ses émotions, ses intuitions, par la peinture, la sculpture, le dessin puis par la photo, la vidéo, le cinéma, la littérature, la musique, la danse, qu'il a voulu partager avec ses contemporains.

L'art, c'est une communication, un échange entre le créateur et le spectateur ! Entre celui qui offre son œuvre, et celui qui la reçoit, se crée un lien qui permet aux deux, de grandir, réfléchir, admirer, voire contempler parfois ce qui le dépasse.

L'œuvre en soi, n'est pas belle ou mauvaise, réussie ou pas, elle existe et cela suffit. A chacun d'apprécier ou pas...

"L'art est le lieu de la liberté parfaite." André Suarès

Le repos des pétanqueurs !



"Une partie de pétanque,
Ça fait plaisir,
La boule part et se planque,
Comme à loisir
Tu la vises et tu la manques
Change ton tir !
Une partie de pétanque
Ça fait plaisir !"

Chanson de Georges Brassens



"La vie est un jeu...mais la pétanque, c'est sérieux." Anonyme

**"L'une des merveilles de la pétanque,
c'est qu'elle permet de jouer toute sa vie."** Anonyme

Un petit resto, ça vous va ?

Direction l'Isle de Noé, en ce 25 juin !

La sortie prévue ayant été annulée à cause des intempéries, nous sommes partis pour un "resto" au château de l'Isle de Noé.



Moment agréable, ensoleillé et chaud, sous le chapiteau, avec une brise très légère, nous nous sommes régalés avec une entrée "fraîche", une brochette de cœurs de canard, et avec quoi, devinez.....des frites ! Le dessert étant au choix de chacun.

Village natal de Geneviève, nous avons posé pour la photo, sous la plaque commémorative baptisée : "Cours d'honneur Léonce Saint-Jeannet."

En effet, il s'agit du frère de Geneviève, fils aîné d'une fratrie de sept enfants. Maire de l'Isle de Noé pendant 24 ans, de 1959 à 1983, il fut fort apprécié par ses administrés, tant par ses projets réalisés que par son humanité.

A son successeur Michel Ousset, il dit : "Vous êtes élu pour servir l'intérêt général, vous devez agir avec impartialité."

Nicole

CLUB PÂTISSERIE

Ingrédients

120 gr de sucre
250 gr de farine
125 g de beurre
1 œuf
1 sucre vanillé

Petits sablés



- Battre l'œuf avec 1 pincée de sel, le sucre et le sucre vanillé jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- Ajouter la farine et mélanger avec les doigts pour obtenir du sable.
- Ajouter le beurre mou et continuer à malaxer avec les doigts. (si la pâte est trop molle, ajouter de la farine)
- Mettre un petit moment au froid.
- Étaler sur 5 mm environ, découper, dorer à l'œuf ou au lait. Mettre au four à 180° et surveiller la cuisson. Les biscuits doivent avoir une légère couleur dorée.

Ingrédients

Cerises
150 g de sucre
200 g de farine
120 g de beurre mou
3 œufs
60 g de poudre d'amandes
1 cc de levure - sel

Gâteaux aux cerises et aux amandes



- dénoyauter les cerises.
- travailler le beurre en pommade, avec le sucre, le sel, la poudre d'amandes.
- ajouter les œufs entiers, la farine et la levure.
- ajouter les cerises.
- Mettre au four à 180° et surveiller la cuisson.

Des mots pour guérir de nos maux...

