

# Le Bouche-à-Oreille de Lézian

LA GAZETTE NUMERIQUE DE LA RESIDENCE

1er trimestre 2026 - n° 20



**Echanges et créativité, les moments forts de ce trimestre :**

## **Partage intergénérationnel :**

*Inauguration de la valise de lecture avec les enfants de l'école Notre-Dame,  
Présentation de la section jeunes des sapeurs-pompiers avec Yanis,  
Atelier couture "In the bocal" avec les élèves CAP du lycée Alain Fournier.*

## **Créativité & Traditions :**

*Confection de cartes de vœux pour les résidents de l'EHPAD,  
Création d'objets pour les crackers de la fête de l'Amitié,  
Fabrication croix occitane pour le prochain marché de Noël.*

## **Douceurs et convivialité :**

*Goûter "crêpes et Thé anglais",  
Atelier pâtisserie,  
Fête des grands-mères,  
Dégustation du gâteau de Josiane  
après une belle cueillette de jonquilles.*



## **Sorties et loisirs :**

*Virée shopping à Tarbes,  
Restaurant "La petite Marmite de Miélan,  
Après-midi pétanque,  
Escapade à Sarrant*

*Ce trimestre témoigne une nouvelle fois de la vitalité de notre résidence  
et de l'importance des liens qui nous unissent.*

Nicole

# Galette des rois 4 janvier

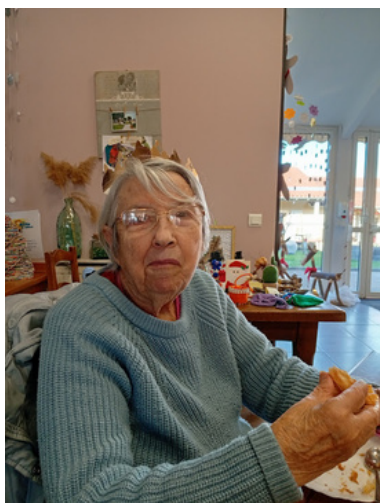
*Cela se mérite !*



*Cela se partage !*

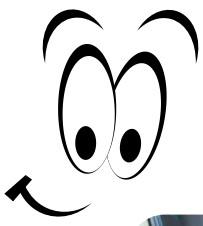


*Cela se déguste !*



*Cela se fête !*





# Réparation accessoires de Noël

7 janvier



Toujours avec le sourire, que ce soit pour réparer, recycler ou inventer la prochaine déco ... qui parle !



# Valise de lecture

Inauguration intergénérationnelle

8 janvier



Après le travail en commun, jeunes et anciens, (voir le précédent numéro de la Gazette), voici le grand jour de l'inauguration ! Quelle joie de découvrir le tapis de lecture terminé et utilisable ! Merci à tous pour leur participation !

# Soldes à Tarbes

Toujours attendus ! 16 janvier



Le coin animalerie si attrayant !



Et des achats coup de coeur !

# Crêpes et thé anglais

5 février

Faire des crêpes le jour de la Chandeleur porte bonheur !...  
La panne de la plaque de cuisson de Lézian a mis en valeur la capacité du personnel à s'adapter à toute situation, et à Jacques, notre résident humoriste, de révéler efficacement sa solidarité, en mettant à disposition sa plaque de cuisson. Sauvés !...



Tous réunis autour de la table,  
nous avons dégusté toutes ces crêpes faites avec amour.

Françoise et Andrée

**MERCI**

*Cathy, Sonia, Nicole B.*  
*Jacques*

# Fête de l'amitié

## Crackers, goûter et barbe à papa

### 5 & 13 février



Quelle belle fête, celle de l'amitié ! Nous la célébrons une fois par an mais elle mériterait d'être fêtée tous les jours !

D'abord il y a les cadeaux confectionnés par chacun et chacune d'entre nous et nous adorons faire et recevoir des cadeaux ! même petits, ils sont tellement jolis !

Ensuite, il y a le goûter... Ah ! le goûter. On dit que la gourmandise est un défaut, ici c'est un essaim de gourmands et entre amis, nous fêtons l'amitié.

Merci au personnel qui ont organisés ce moment si convivial !

Andrée

#### Petit poème gascon

*Amistat, Amistat  
Qu'es la flou la mey bero  
Qu'es l'array et lou blat  
L'immortelo de neü  
Qu'es l'estelo éü céü  
E l'esper de la terro  
Douço flou é Yjoentut  
Sou siné clahabut*

#### Traduction

*Amitié, Amitié  
Tu es la fleur la plus belle  
Le rayon de soleil et l'orge  
L'immortelle des neiges  
Tu es l'étoile du ciel  
Et l'espoir de la terre  
Douce fleur de jeunesse  
Sur le sentier caillouteux*

# Yanis et les sapeurs pompiers

Démonstration !.. 17 février



Yanis, élève en terminale SAPAT au Lycée de Lavacant, a récemment présenté la formation de Jeunes Sapeurs-Pompiers (JSP) aux résidents de la Résidence Autonomie de Lézian, où il effectue actuellement son stage.

Engagé dans cette formation citoyenne et exigeante, Yanis a expliqué le fonctionnement des Jeunes Sapeurs-Pompiers en France. Aujourd'hui, le pays compte environ 27 000 JSP, répartis sur l'ensemble du territoire. Dans le département du Gers, 113 jeunes sont engagés sur 9 sites de formation, témoignant d'un réel dynamisme local.

À Mirande, la formation de JSP s'étend sur trois ans. Les jeunes se retrouvent chaque samedi matin pendant 4 heures : 2 heures sont consacrées à la théorie et à la pratique (secours à personnes, manœuvres, apprentissage du matériel), et 2 heures au sport, indispensable pour développer endurance, esprit d'équipe et condition physique.

Sur les 17 jeunes inscrits au début de la session, 10 sont toujours présents aujourd'hui, dont 4 filles et 6 garçons. Une persévérance qui illustre la motivation et l'investissement nécessaires pour mener à bien cette formation.

Lors de sa présentation, Yanis a également réalisé une démonstration de sauvetage, en détaillant les différentes étapes d'une intervention : protection, analyse de la situation, alerte des secours et gestes de premiers secours. Cette mise en situation concrète a particulièrement intéressé les résidents, qui ont pu mieux comprendre la rigueur et le sang-froid nécessaires lors d'une opération.

À l'issue des trois années de formation, les JSP passent des épreuves finales qui permettent l'obtention d'un brevet national, équivalent à un CAP. Cette qualification valorise leur engagement et peut constituer une première étape vers une future carrière de sapeur-pompier.

Il est important de souligner l'engagement de ces jeunes pompiers, qui viendront prochainement renforcer les effectifs de sapeurs-pompiers volontaires sur notre territoire. Car n'oublions pas que sans eux, de nombreuses interventions ne pourraient tout simplement pas être assurées.

Il était accompagné du Lieutenant Jérôme Junca, chef de centre de la caserne de Mirande, qui a retracé son parcours, qui a aussi souligné l'augmentation significative du nombre d'interventions, passées de 600 à 850 ces dernières années. Ces missions sont assurées par 45 sapeurs-pompiers volontaires au sein de la caserne, dont l'engagement est indispensable pour la sécurité du territoire.

***Cette présentation vient enrichir les diverses visites réalisées lors de ces dernières années par les résidents au sein de la caserne de Mirande le 10 novembre 2021, puis auprès du petit musée des sapeurs-pompiers de Miélan le 18 novembre 2022 et enfin le 28 février 2025 auprès du Service Départemental Incendie et secours à Auch.***

Christine



# “In the bocal”

Des bocaux bien attrayants !

19 février



Nous nous retrouvons ce jour-là avec les élèves du Lycée Alain Fournier, section commerce et vente.



Dans la continuité de leur projet de chef d'œuvre concernant la perspective de « zéro déchets » pour notre planète, nous connaissons déjà le logo « in the bocal ». Les bocaux contenant les kits renouvelables (ze corps, ze cuisine, ze vaisselle, ze linge...) nous les avons découverts lors de la première visite des élèves à la résidence et dans leur boutique « Eco Shop » du lycée.



Aujourd'hui, pour compléter « in the bocal », nous allons améliorer ces bocaux en effectuant des couvercles.

Aussitôt la salle se transforme en véritable ruche ! Avec du fil, des aiguilles, des ciseaux, même une machine à coudre et tout un assortiment de tissus et de dentelles, nous nous mettons tous à fabriquer de jolis couvercles pour compléter l'apparence des bocaux. L'émulation est là et chacun s'applique à réaliser le plus beau...

Belle après-midi de partage entre les résidents et les jeunes lycéens !

Geneviève



# Bricolage "Amis de Lézian"

Portes clés et croix Occitanes

25 février



Le bricolage est une animation principale et une des préférées des résidents. Les modèles choisis par Cathy sont variés et demandent une certaine minutie et attention pour les effectuer.

**Avec de la patience on arrive à tout !**

Andrée et Françoise

# Sortie Miélan

“La petite Marmite”

27 février



## L'exode de Lézian

“Ce 27 février un groupe d'émigrés du camp de Lézian, a trompé la vigilance des surveillants pour se sauver en pleine nature. A travers routes et forêts, ils se sont retrouvés au petit village de Miélan.

Il fallait se restaurer après ce périple.

Surprise, un émigré solitaire se trouvait déjà devant une petite auberge “la Petite Marmite”.

Hélas, l'entrée était gardée par une vache sûrement échappée d'une course landaise, accompagnée d'une quantité de petits animaux,

Pourquoi ne pas demander l'hospitalité au propriétaire de ces lieux !

Un étranger, venant du bout du monde (peut-être Marseille), qui a bourlingué jusqu'ici. Chassé de partout, il a atterri dans le Gers.

Un homme bien sympathique qui nous fait entrer dans sa maison et nous installe autour d'une grande table. Il nous raconte des histoires à dormir debout, en vantant les talents de son épouse, sur ses dons de cuisinière (chose vraiment exacte). Très bonne collation, bien arrosée de vin rosé (sans abus, bien sûr !). Le tout suivi d'une addition correcte.

Notre disparition étant signalée, nous avons décidé de rentrer à notre refuge, en faisant toutefois l'école buissonnière.

Notre gardienne, Isabelle, chargée de nous ramener au bercail, nous fait visiter les coteaux, ainsi que son domaine et celui de Sylviane.

Belle escapade dans le Gers, qui monte et descend, ambiance joyeuse et amicale. Nous sommes partants pour recommencer.”

Alain, Françoise, Sylviane

# Vite, c'est la fête des grands-mères !

1er mars



Entre les bouquets de fleurs printanières et les gourmandises mises à notre disposition, dégustant un gâteau au chocolat, nous avons célébré la tendresse, la joie, et ces racines qui lient les générations entre elles.

Cette journée nous a rappelé que chaque ride est une histoire et chaque sourire un cadeau !

Nicole

# C'est le temps des jonquilles

4 mars



Les jonquilles, ça se mérite, marchant à travers monts et vallées, le coeur gai, les souliers crottés et en récompense les paniers remplis. Retour à Lézian nous avons fait des bouquets de printemps pour chaque résident. Nous avons été remerciés par Josiane qui a eu la gentillesse de nous offrir un gâteau préparé par ses soins. Un régal ! Merci.

Françoise et Andrée



# Déguisement et après midi "dansant"

5 mars





Les images parlent d'elles mêmes ! Passés dans toutes les maisons des résidents qui ne pouvaient participer... nous avons beaucoup rit !  
et la "barbe à papa" faite par Cathy nous a réconfortés, car il faisait froid. Brrr !



En voisin, "les petiots" ont eu leur carnaval !



Photo prise en Janvier, Hugo a grandi depuis, mais Mémé Andrée, arrière grand-mère, est toujours aussi heureuse et fière !

# En route vers Sarrant

## via Cologne

27 mars



Départ vers Cologne par la campagne. Après une halte à Cologne, un petit café servi à côté de la halle, nous a un peu réchauffé.

A l'Office de Tourisme, un documentaliste nous a conté l'histoire de la halle et du village. Petit tour vers les douves occupées par les canes et les canards, puis l'église qui ne nous a pas dévoilé ses trésors, car fermée.

Nous prenons la route vers Sarrant.

# Sarrant classé parmi Les Plus Beaux Villages de France

Petit village charmant, fleuri, avec ses ruelles de maisons à encorbellements et colombages ! Chaque rue est indiquée avec une plaque dessinée et colorée.



Village de forme circulaire..

La tour porte du XIVE



Petit tour à la librairie tartinerie engagée, insolite et atypique où l'on peut trouver toutes sortes de livres et prendre un ancas.



Visite de l'atelier de peinture sur coloquinte, peintes par Aude Machefer. Des oeuvres magnifiques présentées en atelier et dans diverses expositions.



Puis repas à "la fabrique des Colibris" à Mauvezin : repas faits maison à partir de produits locaux, Bio ou raisonnés, de qualité. Particularité : entreprise d'utilité sociale, Insertion professionnelle et organisme de formation. Expositions culturelles. Labellisé "Les Tables du Gers".  
Retour vers Mirande par la route d'Auch, sourire sur les lèvres.

# Club

# Pâtisserie

de Philippe



## Pizza aux pommes

Pâte à pizza	1
Mascarpone	50 gr
Grosses pommes	2
Sucre roux	3 CS
Beurre	30 gr
Fruits à coques	



## Pizza à la bananes

Pâte à pizza	1
Crème fraîche	25 cl
Bananes	2 à 3
Sucre roux	3 CS
Chocolat noir en copeaux	



### Pizza aux pommes :

Etaler la pâte. Puis le mascarpone.  
Eplucher très finement les pommes et les disposer sur le mascarpone.  
Saupoudrer de sucre.  
Disposer des petits cubes de beurre  
Terminer par des fruits à coques.  
Cuisson selon le four.

### Pizza à la banane :

Etaler la pâte. Puis la crème fraîche.  
Couvrir avec les bananes tranchées  
Saupoudrer de sucre  
A la sortie du four, parsemer les copeaux de chocolat.  
Laisser fondre.  
Cuisson selon le four.





# “Le bonheur de ce monde”

Texte proposé par Andrée



Pour une maison, commode, propre et belle  
Un jardin tapissé d'espaliers odorants  
Des fruits, d'excellent vin, peu de train\*, peu d'enfants.  
Posséder seul, sans bruit une femme fidèle,

N'avoir dettes, amour, ni procès, ni querelle  
Ni de partage à faire avec ses parents.  
Se contenter de peu, n'espérer rien des Grands,  
Régler tous ses desseins sur un juste modèle,

Vivre avec franchise et sans ambition,  
S'adonner sans scrupules à la dévotion.  
Dompter ses passions, les rendre obéissantes,

Conserver l'esprit libre et le jugement fort,  
Dire son chapelet en cultivant ses entes\*  
C'est attendre chez soi bien doucement la mort.



Ce célèbre sonnet de Christophe Plantin (1514-1589), est un chef-d'œuvre de la poésie humaniste. Il définit le bonheur non pas dans l'excès ou la gloire, mais dans la tempérance, la sagesse et la tranquillité.

*\*Peu de train : peu de domestiques ou un train de vie simple.*

*\*ses entes : arbres greffés.*



# Divers, mais si...



Les médaillés de Lézian.

Félicitations pour leurs années de travail fidèle, persévérant et si généreux au sein de la fonction publique !



Yvette et Ino en attente, sous l'arbre de la liberté !

Le soleil finit toujours  
par succéder à la pluie.  
Le jour à la nuit,  
Une bonne nouvelle à une  
mauvaise,  
Le bonheur au malheur . . .  
Ainsi va la vie.  
Chaque jour est une nouvelle  
raison d'espérer.  
Emplir sa fin de journée de  
cette certitude positive.

Catherine Rambert

## LES SAINTS DE GLACE

Les saints de glace (d'avril à mai), sont les jours susceptibles de devenir les plus froids, notamment la nuit ou le matin, ils sont au nombre de 8 :

- Ils sont les Saints geleurs, grêleurs, et brûleurs de bourgeons :
  - le 23 avril Saint Georges
  - le 25 avril Saint Marc
  - le 30 avril Saint Eutrope
  - le 3 mai Saint Croix
- Il est le Saint qui ferme la porte du froid :
  - le 6 mai Saint Jean Porte Latin

Cependant, il faut rester prudent avec les 3 Saints suivants :

- Ils sont les Saints de grêle et de gelées nocturnes :
  - le 11 mai Saint Mamet
  - le 12 mai Saint Pancrace
  - le 13 mai Saint Gervais

Il est donc conseillé de commencer ses plantations le 14 mai !



Quel que soit le travail,  
toujours avec le sourire !



Palabres sympathiques, sous la tonnelle de Lézian !

# Je ne sais pas faire...

**La compétence s'acquiert, l'audace se décide.**



Je ne sais pas dessiner,  
Je ne sais pas chanter,  
Je ne sais pas danser,  
Je ne sais pas écrire un texte,  
Je ne sais pas bricoler,  
Je ne sais pas cuisiner,  
Je ne sais pas tricoter,

Je ne sais pas...



Personne ne savait marcher, parler, écrire, utiliser un ordinateur,  
un téléphone portable, avant de s'y essayer.

La compétence n'est jamais un prérequis à l'action ;  
elle en est le résultat.

Dire « je ne sais pas faire » n'est pas une faute en soi,  
mais en faire une conclusion est une erreur de jugement  
sur ses propres capacités.

Le véritable savoir ne réside pas dans ce que l'on maîtrise déjà,  
mais dans la capacité à transformer  
son ignorance actuelle en maîtrise future.

En bref : Ne laissez pas votre présent limiter votre futur.

*Témoignage : "Je ne savais pas utiliser le logiciel Canva, ni l'usage de l'IA, mais la curiosité de découvrir les compétences de start-up, m'ont permis petit à petit d'évoluer et de ne pas craindre ces outils numériques tout en restant vigilante et informée."*

Nicole