

# « L'ECHO »



**D**ynamiques  
**E**tonnants  
**S**imples

**S**ympathiques  
**E**njoués  
**N**ovateurs  
**I**nités  
**O**uverts  
**R**assemblés  
**S**timulés

## Les séniors

*S'ils n'existaient pas, une grande partie de La prospérité de notre société serait perdue.*

*Pour les médecins ce serait une catastrophe. Qui remplirait leur salle d'attente ?*

*Qui s'y connaît en maux de dos ?*

*Qui donne du travail aux orthopédistes, aux ostéopathes, aux internes, aux kinésithérapeutes...*

*Qui est aussi souvent malade ? Qui accumule les médicaments dans son armoire ?*

*L'industrie pharmaceutique ferait en faillite s'il n'y avait plus de seniors !*

*Qui remplit les caisses des pharmaciens ? Ce sont les seniors, évidemment !...*

*...Qui, à la fin d'un voyage, donne un gros pourboire au conducteur du car ?*

*Bien des dentistes devraient se tourner les pouces...s'ils n'avaient pas à soigner les seniors !*

*Les bancs publics seraient vite délaissés...s'il n'y avait pas les seniors alertes pour les occuper!*

*Les grandes surfaces seraient à moitié vides, s'il n'y avait pas les seniors.*

*Maintes pâtisseries devraient fermer si les mamies ne mangeaient plus de gâteaux.*

*Heureusement qu'ils sont encore là les seniors !!!*

*Vives nous, vive les vieux !*

*Proposé par Marie-Jeanne*

## Votre avis nous intéresse...



Chers amis retraités,

Dans les derniers numéros de l'Echo des Seniors, je vous ai présenté les portraits de Robert Rabary et Germaine Ricard, résistants, à qui l'Espace Seniors rend hommage.

En écrivant ces articles, j'ai réalisé que l'Association Blagnac et Histoire, dont je fais partie, possède un DVD qui a été réalisé pour le 50<sup>ème</sup> anniversaire de la seconde guerre mondiale.

Ce film tourné le 17 septembre 1994 à Blagnac, est un témoignage direct d'anciens résistants de Blagnac et de la région. Au travers d'interviews, ils racontent leur vécu pendant cette période exceptionnelle de notre histoire. Leur récit émouvant et parfois amusant est plein d'anecdotes. Plusieurs associations blagnacaises, existant déjà à cette période, sont également présentes dans le film. On y voit aussi sur la place de la Mairie une exposition de motos et de voitures anciennes de cette époque...

Vous l'aurez donc compris, je vous propose d'organiser dans le cadre des activités de Blagnac Histoire et Mémoire en partenariat avec l'Espace Seniors, une projection de ce DVD, après les fêtes de fin d'année, dans le courant du 1<sup>er</sup> trimestre 2017.

Faites nous savoir si cette projection vous intéresse.

Que cette fin d'année vous permette de passer d'excellentes et heureuses fêtes !

*Monique*

## Bon appétit !

## Gâteau renversé poires et chocolat

Ingrédients : 4 poires, 200g de chocolat noir ou au lait, 200 g + 10 g de Farine, ½ sachet de levure chimique, 3 œufs, 160 g de sucre, 10 cl de crème fraîche épaisse, 30 g + 10 g de beurre, 1 c à soupe de cassonade, le jus d'un ½ citron.



- ❖ Faire un caramel doré avec 80 g de sucre.
- ❖ Le verser dans un moule à manqué de façon à en recouvrir le fond.
- ❖ Peler et épépiner les poires ; en couper 2 en quartiers et les autres en dés. Les citronner.
- ❖ Faire dorer les quartiers dans une poêle avec le beurre.
- ❖ Saupoudrer de cassonade et laisser caraméliser 1 minute. Les disposer dans le moule.
- ❖ Faire fondre le chocolat au bain-marie, ajouter la crème fraîche et mélanger.
- ❖ Fouetter les œufs avec le restant de sucre.
- ❖ Incorporer le chocolat, la farine, la levure et les dés de poire en mélangeant bien après chaque ajout.
- ❖ Enfourner 35 minutes environ à 210°C.
- ❖ Sortir le gâteau, le retourner sur un plat de service. Servir froid.

*Recette proposée par Christiane B.*

## Une journée à Albi

Dès notre arrivée, nous nous sommes dirigés, un peu surpris, vers l'hôpital et son vieux cimetière où les tombes de célèbres personnalités albigeoises étaient pour la plupart à l'abandon. Dans le froid automnal, cette visite nous a laissés un peu perplexes...

Pour nous réchauffer, nos animateurs ont pensé qu'il était temps de se restaurer. Et ce fut un très bon choix car un excellent repas fait maison et un service rapide et attentionné nous ont régales.

Le groupe s'est ensuite divisé pour une visite de la cathédrale Sainte Cécile, toujours aussi majestueuse. A l'intérieur, nous avons admiré les peintures et les sculptures en « dentelles » du jubé ainsi que les magnifiques orgues.

S'en est suivi une visite dans un lieu magique et enchanteur, dans un ancien couvent des Annonciades, où nous attendait le conservateur du Musée de la Mode. Pendant plus d'une heure, nous avons « bu » les paroles de ce collectionneur passionné. Son récit, illustré de nombreuses anecdotes, nous a tout appris du paraître au 18<sup>ème</sup> siècle, de l'histoire des mannequins « cabine », des milliers d'heures de travail qu'a nécessité la confection d'une robe en dentelle de 1953.

Le fil conducteur de l'exposition était les fleurs peintes, brodées ou tissées, mais nous avons aussi pu admirer des dentelles, quelques charmants « bibis », des accessoires divers et même des chaussures brodées.

A la sortie du Musée de la Mode, nous avons eu du temps libre qui nous a permis de déambuler dans les rues du vieil Albi. Puis nous avons quitté la ville sous un soleil couchant qui incendiait les briques roses de la cité épiscopale classée au patrimoine mondial de l'UNESCO.



*Christiane A.*

On ne meurt pas d'un trou à son pantalon sauf si c'est un scaphandrier !

*Henri de Toulouse Lautrec*

## A Marcelle

Marcelle, Marcelle, petite Marcelle,  
Avec le chant, avec nous, tu excelles.  
Toutes nos voix se noient à l'unisson,  
Il faut te dire aussi, que nous adorons tes chansons.

L'Espace Seniors t'accueille les bras ouverts,  
Il est vrai, tu fais partie de notre univers.  
Tous les quinze jours, aimons te rencontrer,  
Car avec toi, ce ne sont que beauté et bonté.

Merci Marcelle, notre prof, tant aimée,  
Reste longtemps avec nous, on saura te garder,  
Tu nous donnes beaucoup de bonheur, de générosité,  
Tes élèves t'admirent pour ta disponibilité.



Marie-Jeanne

## Poème du Viêt-Nam

Demain du fond du cœur,  
à la paume de tes mains, tu  
embaumeras telle l'étamine du  
jasmin, pure telle la source à  
l'aube au cœur des forêts.  
Demain le vent nouveau se  
lèvera, des mille horizons il  
t'emportera vers un jardin plein  
de printemps.  
Demain sera cristal immaculé.  
Ouvre ton cœur demain pour  
accueillir la beauté du matin.

Proposé par Annick

## A vos agendas !

Certains d'entre nous participent à des projets de partage entre les générations, venez les soutenir !  
**Samedi 3 décembre à 14h**, la chorale « Les Seniors Enchantés » vous donne rendez-vous sur le marché de Noël pour un récital de ses plus beaux chants de Noël.

**Mercredi 7 décembre à 16h** à l'Espace Seniors, vernissage de l'exposition « Noëls d'hier et d'aujourd'hui » réalisée avec les enfants des ALSH Barricou et Les Prés.

**Mercredi 14 décembre à 14h** à la Résidence Emeraude, spectacle « les Comédies Musicales » produit et réalisé par les retraités de la résidence Emeraude et de l'Espace Seniors  
... et retrouvez de nombreuses autres animations dans le programme bimensuel de l'Espace Seniors : loto, sortie cinéma, diaporama,...

## Chat...alors !



*Un mari qui hait le chat de sa femme décide de l'emmener en voiture à 20 km de là. Il l'abandonne et retourne à la maison. A son arrivée, le chat l'attend sur le pas de la porte. Nerveux, il reprend le chat et l'emmène à 40 km de là, puis l'abandonne à nouveau. A son arrivée à la maison, le chat l'attend sur le pas de la porte. Furieux, il reprend le chat et fait 10 km par la droite, puis 25km par la gauche, 30 km vers le Nord et 25 km vers le Sud. Il abandonne le chat puis repart. Au bout d'un moment, il appelle sa femme depuis son portable :  
-Chérie, jute une question. Le chat est-il là ?  
-Oui, il vient d'arriver, pourquoi ?  
-Passe-moi ce connard au téléphone, je suis perdu...*

Proposée par Marie-Jeanne



Les animaux ne sont pas des jouets, apprenons à mieux les connaître pour mieux les respecter.

Marilou



## Astuces beauté au naturel

**Cheveux abimés** : mélangez 1 c à café de vinaigre de cidre avec 2 c à soupe d'huile d'olive et 3 blancs d'œufs. Appliquez sur la chevelure et recouvrez d'une serviette chaude. Laissez poser ½ h. Rincez et faites votre shampoing habituel.

**Ongles cassants, fragiles ou fins** : 1 fois par jour, diluez 1 c à café de vinaigre de cidre, ou de riz, dans un verre d'eau à boire avant le repas.

Proposé par Christiane B.

## Toto et les notes

Proposée par Gabrielle



Le père en colère : « Non mais, tu as vu tes notes Toto ? C'est lamentable. Je voudrais bien savoir si ton copain Ernest rentre chez lui avec des 0/20 et des 5/20 sur son carnet... »

Toto : « Non, mais lui c'est différent, ses parents sont intelligents... »



## Casse tête *Proposé par Nadine*

Complétez les cases ci-dessous afin que la somme de chacune des lignes verticales, horizontales et diagonales soit égale à :

15

4		2
8		6

34

			1
	7	6	
5		10	
16		3	13

50

			15
12		14	
		5	9
8		19	20

## Tous comptes faits...

*Proposé par Christiane B.*

Complétez ces opérations (même couleur = même chiffre) :

 +  +  +  = 6

 x  x  x  = 6

### Solutions des jeux du numéro d'octobre

#### Remettre les mots dans l'ordre :

PLOMBIER - GARAGISTE - MEDECIN - POMPIER - INFIRMIER - BOULANGER - AMBULANCIER - MECANICIENNE - PATISSIER - SECRETAIRE - COIFFEUR - DENTISTE - ROUTIER - PROFESSEUR - CHANTEUR - COMEDIEN

#### Sudoku :

7	4	3	5	8	9	1	2	6
6	5	2	4	3	1	7	8	9
1	9	8	6	7	2	5	4	3
4	1	9	8	2	7	3	6	5
5	8	6	9	4	3	2	1	7
3	2	7	1	6	5	4	9	8
9	6	1	7	5	4	8	3	2
8	3	5	2	1	6	9	7	4
2	7	4	3	9	8	6	5	1



#### Escamots :

RE - ERE - RENE - VERNE - VERONE - NORVEGE

## Mots Croisés

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I										
II										
III										
IV										
V										
VI										
VII										
VIII										
IX										
X										

### HORIZONTALEMENT

I. Jeux de société. II. Un livre qu'on parcourt de A à Z. III. Impériale récompense. Premier ministre israélien. IV. Vieille armée. Obscurcir. V. Tubes de salle de bain. Accompagne le diplôme. VI. Dégaza. Futur réserviste. VII. Erbium. Légume qui pousse dans la terre et qu'on récolte parfois sous la glace. VIII. Chose peu commune. Rengaine. IX. Immérité. Tous à Rome. X. Perdues. Terminaison.

### VERTICALEMENT

1. Gros œuvre...ou grand œuvre, c'est selon. 2. Surchargé. La troupe des sans grade. 3. Héros avisé de la guerre de Troie. Défunte Allemagne. 4. Les orgues de Staline, en abrégé. Bambocheur. 5. Monte en l'air (et y reste). 6. Devant la Vierge. Os de vertébré. 7. Pied de vers. Coutumes. 8. Bourgeoisie révolutionnaire. 9. Grand lac. Maladie de l'oreille. 10. Activité où excellait Louis XVI.