

« L'ECHO »



Dynamiques
Etonnants
Simples



Sympathiques
Enjoués
Novateurs
Inités
Ouverts
Rassemblés
Stimulés

Un couple au grand cœur...

Elle, c'est **Julienne**. Elle a des doigts d'or et réalise des merveilles à partir de trois fois rien : un bout de papier crépon, une serviette en papier et voilà qu'apparaît une fleur ou un cygne...une vraie magicienne ! Elle aime partager sa passion au sein des ateliers déco de l'Espace Seniors et donne un sérieux coup de main aux animateurs pour la mise en place et la décoration des thés dansants. Excellente cuisinière, elle réalise souvent des corbeilles d'oreillettes pour nous régaler.

Elle a même incarné la « Mère Noël » l'année dernière au restaurant offrant à chacun des friandises de sa fabrication. Lui c'est **Jean-Claude** et c'est aussi un artiste. Nous avons



pu admirer en janvier ses sculptures sur bois et ses tableaux de marqueterie réalisés avec une précision et une délicatesse dignes d'un ébéniste professionnel. Grand amoureux de la nature et des animaux, il recueille tous ceux qu'il trouve, blessés ou abandonnés pour leur offrir soins et chaleur humaine. Jean-Claude a lui aussi pendant de nombreuses années revêtu l'habit du Père Noël, arrivant en calèche tirée par sa jument, devant les petits écoliers de Blagnac et de Beauzelle, émerveillés.

Bravo à tous les deux pour vos talents et un grand merci pour votre gentillesse et votre générosité !

Chantal

Se souvenir des belles choses

Mamie est malade. Elle a cette maladie indéfinissable. Cette chose qui se métamorphose selon les jours, les heures, les minutes. Aujourd'hui, Mamie va bien. Demain, elle ira peut-être mieux. Et les jours d'après on verra bien. Mais on le sait : Mamie est joyeuse. Mamie est malade. Et nous aussi. Mamie rit. Je pleure. Mais Mamie oublie. Tout. Rien. On ne sait pas. Elle oublie partiellement. Puis définitivement. Et ça revient. Et ça repart. Lundi elle se souvient. Elle est heureuse. Mardi elle oublie. Elle est heureuse. Mercredi on verra bien. Mais on le sait : Mamie disparaît. Son esprit s'évapore. Jour après jour. Heure après heure. Minute après minute. Mais Mamie est là : vivante.

Lundi je vais voir Mamie. Mardi une Dame. Mercredi je verrais bien. Mamie a un cœur, il bat. Mamie se souvient : je suis sa petite fille. La Dame a un cœur, il bat. Mais la Dame ne se souvient pas : je n'existe pas. Et mercredi on verra bien. J'ai peur de ce jour où Mamie m'oubliera.

J'ai peu de la Dame : Al Zheimer.

A. 17 ans

Alors, en avant !!!

Aucune force au monde ne pourra arrêter celui qui rêve, celui qui construit « même sur des cendres », celui qui aime, qui espère de la vie le moment magique du bonheur, qui n'oublie pas que le temps est passé, bien sûr, mais qu'il n'a pas emporté ton cœur avec lui.

Cependant, rêve, construis, aime, espère. Et surtout, ne permets pas qu'on t'appelle "Vieux" !!!

Proposé par Christiane A.

Bon appétit ! La Galette des Rois

INGREDIENTS (6 PERSONNES) : Vanille liquide, rhum (facultatif), 2 œufs, 120g de beurre, 200g d'amande en poudre, 200g de sucre, 2 cercles de pâte feuilletée.



- ❖ Mélanger le sucre et le beurre très mou.
- ❖ Ajouter les œufs un à un, puis la vanille et le rhum.
- ❖ Terminer par la poudre d'amandes.
- ❖ Verser cette préparation sur la pâte feuilletée en réservant les bords.
- ❖ N'oubliez pas d'introduire une jolie fève !
- ❖ Recouvrir de la deuxième pâte et souder bien les bords à l'œuf.
- ❖ A l'aide d'un couteau dessiner le décor sans percer la pâte.
- ❖ Dorer à l'aide d'un jaune d'œuf mélangé à une goutte de lait.
- ❖ Faire cuire au four pendant 40 mn à 180°C.

Inter générations

L'exposition « Noëls d'hier et d'aujourd'hui » a connu un franc succès lors de son vernissage le 7 décembre 2016 à l'Espace Seniors. Parents, enfants, seniors et élues ont pu découvrir les tableaux réalisés par les enfants des ALSH avec la participation des seniors. Un film réalisé par l'association « J'ouvre l'œil » qui témoigne des moments forts de ce projet, est désormais visible sur Internet à l'adresse suivante : <https://vimeo.com/196736246>.



Un nouveau projet avec les ALSH maternels démarre en février, il s'agit cette fois de créer et de mettre en scène un spectacle de marionnettes. Si vous êtes intéressé pour partager de beaux moments avec les tous petits, inscrivez-vous auprès de Jean-Marie Prie ou à l'accueil de l'Espace Seniors.

Chantal

Trucs et astuces... avec la pomme de terre !

Enlever les traces de doigts sur les portes, les murs et les interrupteurs :

Il suffit de frotter la tâche avec une pomme de terre coupée en deux en formant des petits mouvements circulaires. Enfin essuyer avec un chiffon propre.

La texture légèrement râpeuse et l'amidon contenu dans la pomme de terre font un excellent abrasif, très léger qui décolle et dégraisse les salissures.

Nettoyer un évier en inox avec de la pomme de terre :

Couper une pomme de terre crue et frotter l'évier en inox avec.

Cela fonctionne également avec les pelures.

Laisser agir le temps que sèche le jus de pomme de terre (l'amidon).

Une fois sec, rincer à l'eau claire puis essuyer avec un chiffon microfibre.

Dessaler un plat trop salé :

Comment rattraper un plat ou une préparation trop salée avec de la pomme de terre.

Il suffit de couper une pomme de terre crue en fines lamelles.

Déposer les lamelles dans le plat ou la préparation trop salée.

Laisser agir quelques minutes afin que les fines lamelles de pomme de terre se gorgent de sel.

Enfin, enlever toutes les lamelles gorgées de sel pour déguster le plat ou la préparation dessalée.



Sagesse chinoise

智

L'argent peut acheter une maison mais pas un foyer.

Il peut acheter un lit mais pas le sommeil.

Il peut acheter une horloge mais pas le temps.

Il peut acheter un livre mais pas la connaissance.

Il peut acheter une position mais pas le respect.

Il peut payer le médecin mais pas la santé.

Il peut acheter du sang mais pas la vie.

Il peut acheter du sexe mais pas l'amour !

Proposé par Marie-Jeanne

Et si on essayait d'être heureux, juste pour donner l'exemple...

Jacques Prévert

Les mois de l'année



Janvier pour dire à l'année « bonjour »

Février pour dire à la neige « il faut fondre »

Mars pour dire à l'oiseau migrateur « reviens »

Avril pour dire à la fleur « ouvre-toi »

Mai pour dire « ouvriers nos amis »

Juin pour dire à la mer « emporte-nous très loin »

Juillet pour dire au soleil « c'est ta saison »

Août pour dire « l'homme est heureux d'être homme »

Septembre pour dire au blé « change-toi en or »

Octobre pour dire « camarades la liberté »

Novembre pour dire aux arbres « déshabillez-vous »

Décembre pour dire à l'année « adieu, bonne chance »

Et douze mois de plus par an, mon fils,

Pour te dire que je t'aime.

Alain Bousquet

Proposé par Gabrielle

Pour vos déplacements dans Blagnac

« Caouéquine », « Transport à la Demande » (TAD) ou « Minibus de l'Espace Seniors » : différentes navettes municipales gratuites sont à votre disposition pour vous déplacer dans Blagnac, mais difficile de vous y retrouver et comment fonctionnent-elles ?

Voici un tableau récapitulatif pour vous aider.



| | TAD | Minibus Espace Seniors | Caouéquine |
|-----------------------|--|---|--|
| Pour qui ? | Tous les habitants des quartiers Layrac, Savoie et Les Prés ainsi qu'à tous les blagnacais âgés de plus de 65 ans . | Les personnes fréquentant le restaurant de l'Espace Seniors. | Tous les habitants de Blagnac |
| Fonctionnement | Transport de point d'arrêt TAD à point d'arrêt TAD uniquement. | Transport du domicile de l'utilisateur au restaurant de l'Espace Seniors et retour au domicile uniquement. | Parcours en boucle entre le Centre-Ville et la résidence Émeraude. Pas d'arrêt fixe, mais à la demande. |
| Horaires | Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h30 en hiver et jusqu'à 19h en été, ainsi que le samedi matin de 8h30 à 12h30. | Du lundi au vendredi 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h. | Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 18h. |
| Réservations | Dépôt du dossier complet auprès de la Mairie ou de l'Espace Seniors. Réservation du lundi au vendredi de 8h30 à 18h et le samedi matin de 8h30 à 12h : 0 800 929 929 (numéro vert gratuit depuis un poste fixe) . La réservation doit se faire au minimum 1 heure avant le départ. | Inscriptions Espace Seniors du lundi au vendredi : 0 800 31 700 (numéro vert gratuit depuis un poste fixe) | Pas de réservation. |



Quatros

Proposé par Christiane B.

Inscrire 1, 2 ou 3 lettres au centre de chaque carré central afin de compléter les mots qui se lisent en diagonale dans le sens des flèches.

Exemple ci-dessous :

SIGLE et FUGUE

| | | |
|----|---|----|
| SI | | FU |
| | G | |
| UE | | LE |

| | | |
|----|---|----|
| PI | | ES |
| | * | |
| AI | | TE |

| | | |
|-----|----|-----|
| CRE | | CHA |
| | ** | |
| RON | | RIE |

| | | |
|----|-----|----|
| MA | | CU |
| | *** | |
| ER | | ON |

| | | |
|----|-----|----|
| GE | | DA |
| | *** | |
| NG | | VE |

Sudoku

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

niveau facile

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

niveau moyen

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

niveau difficile

La théorie du genre

Proposé par Christiane A.

Une femme demande à son mari : Tu préfères une femme drôle ou intelligente ?
- Aucune des deux voyons, tu sais bien que je n'aime que toi !

Pourquoi les hommes ont-ils la conscience tranquille ? Réponse : parce qu'ils ne l'utilisent pas !

Chasseur de mouches

Proposé par Christiane A.

Une femme arrive dans la cuisine et voit son mari avec une tapette à mouches :
« Que fais-tu ? ».

Le mari lui répond : « Je chasse les mouches... ».

« Tu en as tué ? »

« Oui, 3 mâles et 2 femelles »

Intriguée, elle lui demande : « Comment fais-tu la différence entre mâles et femelles ? »

Et le mari lui répond : « Eh bien, il y en avait 3 sur la canette de bière et 2 sur le téléphone !!! ».

Solutions des jeux du numéro de décembre

Anagrammes :

- 1 -Laurent Fabius
- 3 -Lionel Jospin
- 3 -Marine Le Pen

Enigmes :

- 1 -Ne plus avoir un radis
- 2 -La fin des haricots
- 3 -Pédaler dans la choucroute
- 4 -ramener sa fraise
- 5 -Tomber dans les pommes