

« L'Echo »



Dynamiques
Etonnants
Simples

Sympathiques
Enjoués
Novateurs
Inités
Ouverts
Rassemblés
Stimulés

La supplique du vieux jardinier

*Combien me reste-t-il de printemps à semer
Quand le soleil levant dissipe la grisaille ?
Perce-neige et crocus, plantés dans la rocaille,
Seront les tout premiers pour venir nous charmer.
L'odorant seringa, le muguet, la jonquille,
Les arbres du verger tout habillés de blanc,
Ecoutant, stupéfaits, la grive qui babille
Et les éclats de voix d'un merle conquérant.*

*Combien me reste-t-il d'étés à contempler
Quand la lune est propice au lever des semailles ?
Les près sont tout remplis de champêtres sonnailles.
Les taillis, les buissons de nids vont se peupler.
Le moineau pillera la fraise et la framboise.
Le discret chèvrefeuille embaume les matins,
La frêle campanule a des airs de bourgeoise,
Le rosier souverain exhale ses parfums.*

Jacques-Maurice Sutherland

Proposé par Marie-Jeanne



« Cultive ta mémoire, c'est le champ où
l'expérience dépose les germes de la sagesse. »

Proverbe grec antique

Bon appétit ! Gâteau aux noix

Ingrédients pour 6 personnes :

Gâteau : 140g de beurre, 140g de sucre en poudre, 150g de noix moulues + quelques cerneaux, 70 g de farine, 3 blancs d'œuf, 1 pincée de sel.

Glaçage : 3 jaunes d'œufs, 140g de sucre glace, 1 paquet de sucre vanillé.

- ❖ Préchauffez le four à 180°C.
- ❖ Beurrez et farinez un moule rond de 26cm de diamètre.
- ❖ Travaillez ensemble le beurre et le sucre.
- ❖ Dans un saladier mélangez la farine et les noix moulues, puis incorporez le mélange beurre/sucre.
- ❖ Montez les blancs en neige avec la pincée de sel, puis incorporez-les au mélange précédent en faisant le ruban.
- ❖ Versez dans le moule et cuire 35 minutes.



5 minutes avant la fin de la cuisson, préparez le glaçage.

- ❖ Mélangez les jaunes d'œuf, le sucre glace et le sucre vanillé.
- ❖ Versez sur le gâteau dès la sortie du four et décorez avec les cerneaux de noix.
- ❖ Laissez reposer 2 heures dans le moule et hors du réfrigérateur.

Pour être encore plus gourmand, ce gâteau peut se servir avec une boule de glace à la vanille !

Proposé par Simone

Rencontre avec les Chants-Sonnets

Ce fût une après-midi d'échanges avec des personnes fort sympathiques, à lire des poèmes, chanter, raconter, admirer des tableaux et dessins faits par des amateurs inspirés, de tous genres et de tous styles...

La bonne humeur était au rendez-vous. Dommage qu'il n'y ait pas eu plus de monde (malgré des affiches pas toujours regardées à l'entrée de l'Espace Seniors !). Nous aurions pu être plus nombreux...

Sachez que les Chants-Sonnets se retrouvent pour une scène ouverte le 1^{er} vendredi de chaque mois de 20h30 à 23h00 à l'Espace Seniors. Vous y serez les bienvenus pour exercer vos talents et écouter ceux des autres.

Les membres de l'association préparent également un spectacle annuel, présenté au petit théâtre Saint Exupère. Cette année la représentation de « Viens dans ma rue » c'est déroulée le 11 mai devant un public conquis.

Proposé par Christiane A.



Le saviez-vous ?



Artichauts et épinards cuits :

Ils sont à consommer dans les 24 heures car au-delà, leurs nitrates se transforment en nitrites toxiques (mais heureusement pas mortels...).

Chapelure croustillante :

Prendre les restes de pâtes à gâteaux ou à tartes. Les cuire telles quelles. Les réduire en chapelure en les écrasant avec un rouleau à pâtisserie. A utiliser comme une chapelure classique.

Proposé par Simone

Langage des fleurs : la marguerite

C'est quoi l'amour ? Chaque pétale : un peu, beaucoup, passionnément, à la folie, pas du tout.

Un peu :

*Ça rend les gens heureux, ou malheureux.
C'est fabuleux ou douloureux.
On est soucieux ou anxieux...*

Beaucoup :

Ça change tout ! On devient fou.

Passionnément :

*On est tremblant ou haletant.
On est confiant, c'est important !!!*

A la folie :

On se réjouit, on s'étourdit, s'enhardit, on s'éblouit.

Pas du tout :

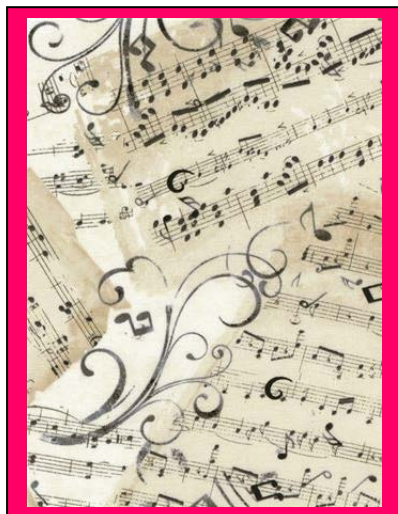
Ça change tout ! On devient fou.



Janine

Alors...c'est ça l'amour ???

La musique, une passion qui se partage !



Connaissez-vous Margot ? Un jeudi par mois cette ancienne organiste professionnelle, vient bénévolement à l'Espace Seniors et nous propose un instant magique.

Elle nous explique l'histoire de la musique classique et nous donne toutes les clés pour comprendre : qu'est-ce qu'un concerto ? Une symphonie ? Une fugue ? Qu'est-ce que la musique baroque ?...

Avec naturel et simplicité, Margot décrypte la "Grande" Musique, pour la rendre accessible à chacun de nous, tout en nous faisant écouter de nombreux morceaux choisis pour illustrer son propos.

Que vous aimiez déjà la musique classique ou si comme moi vous n'y connaissiez rien, laissez-vous tenter par l'une de ses causeries musicales et vous serez sans aucun doute séduit !

Prochains rendez-vous : jeudi 16 mai et jeudi 13 juin à 14h30.

Chantal

Tu es responsable pour toujours de ce que tu as apprivoisé.

*Qu'est-ce que signifie « apprivoiser » ?
C'est une chose trop oubliée, dit le renard.
Ça signifie « créer des liens... ».*

*Antoine de Saint Exupéry
Extraits du roman Le Petit Prince*



A chacun sa chanson

Associez chacune de ces chansons d'amour à son interprète.

Exemple : 4 = A

1		Michel Sardou	A	Savoir aimer
2		Johnny Halliday	B	Sauver l'amour
3		France Gall	C	La maladie d'amour
4	A	Florent Pagny	D	Vertige de l'amour
5		Marc Lavoine	E	Tu verras
6		Daniel Balavoine	F	Morgane de toi
7		Christophe	G	Les mots bleus
8		Claude Nougaro	H	Que je t'aime
9		Alain Bashung	I	Toi mon amour
10		Renaud	J	La déclaration d'amour



Solutions des jeux du numéro d'avril

Enigme mathématique : 78

Petit fléché :

	A		O		D	
A	D	A	P	T	E	E
	M		P	O	R	T
B	I	S	O	U		E
	R	O	S	S	A	
S	A	L	E		B	A
	B		S	M	O	G
B	L	E		A	R	E
	E	N	C	O	R	E

Histoires drôles proposées par Marie-Jeanne



Comment voulez-vous que nos enfants nous écoutent ? Tarzan vit à moitié à poil, Cendrillon rentre à minuit, Pinocchio passe son temps à mentir, Aladin est le roi des voleurs, Batman conduit à 320 Km/heure, la Belle au bois dormant est une flemmarde, Blanche-Neige vit avec 7 mecs, le Chaperon Rouge n'écoute pas sa mère ! Sans oublier Astérix qui se dope à la potion magique fournie par un dealer qui n'est autre que le curé du village !



Hier j'ai dit à mon mari : « Est-ce que ça te tente de jouer au docteur ? ». Il a répondu, tout excité : « Ben oui ! ». Je l'ai fait attendre une heure au salon, ensuite, je lui ai donné un rendez-vous dans trois mois !



« Docteur, mon mari peut-il encore faire l'amour maintenant qu'il a fait un infarctus ? ». « Certainement Madame, répond le médecin, mais uniquement avec vous, Car il ne faut absolument plus qu'il s'excite ».



Ce numéro a été réalisé par Marie-Jeanne, Janine, Simone, Christiane A. et Chantal.