

# « L'Echo »



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

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

*La mer, le vent, le sable et les galets  
Tout est si beau quand revient l'été  
Nous partons ainsi pour de grandes vacances  
Et pensons à tout cela avec nonchalance.*

*Parcourir ainsi tous les beaux coins de France  
On se dit merci mon dieu, quelle chance...  
Pensons un peu aussi à ceux qui n'ont pas pu partir  
Et voyons dans le ciel, pour eux, un meilleur avenir.*

*Que c'est resplendissant un coucher de soleil  
Rien que d'y penser mes yeux s'émerveillent  
Les vagues, les flots bleus et le vent  
Que dire, pour moi, c'est tellement émouvant.*

*J'aime voir jouer les enfants sur la plage  
Pourtant nombre d'entre eux ne sont pas si sages  
Ils font de beaux châteaux, des pâtés, des maisons  
Et s'amuse parfois plus que de raison.*

*Les mouettes, les goélands et les cigales  
Nous enchantent par leurs cris, quel régal !  
Les flamants roses dans l'eau salée  
Nous ravivent le cœur par leur beauté.*

*Ce petit poème, je l'ai composé  
Il nous rappelle de jolies choses de l'été  
Avec famille, enfants et beaucoup d'amis  
A l'année prochaine, où l'été nous sourit.*

**Marie-Jeanne Fonfrède**



## Sagesse amérindienne

« Quand le dernier arbre aura été abattu, la dernière rivière empoisonnée, le dernier poisson capturé, alors on s'apercevra que l'argent ne se mange pas. »

*Proposé par Marilou*

## La rue est à nous...

### ...ou presque !



Dans le cadre du projet Blagnac Centre 2020, de nombreux aménagements de la voirie ont été réalisés dans le centre-ville et notamment aux abords de l'Espace Seniors.

Certains parmi vous se demandent à quoi sert et à quelles règles de circulation est soumis le **plateau surélevé** qui a été créé devant l'Espace Seniors à l'intersection de l'avenue du Docteur Guimbaud et des rues de La Croix Blanche et Prosper Ferradou.

Ce type de ralentisseur est installé aux intersections nécessitant plus de sécurisation où la densité piétonne est forte. Il s'agit de surélever l'ensemble de l'intersection en faveur des personnes à mobilité réduite et des piétons de manière générale, ainsi que des vélos, en leur attribuant davantage d'espaces publics.

Pour les conducteurs et les cyclistes, le plateau surélevé est soumis aux conditions classiques de circulation : vitesse limitée à 50 km/h et priorité à droite pour ceux qui arrivent de la rue de la Croix Blanche

Un plateau surélevé indique un espace partagé piétons/véhicules, sa traversée par les piétons peut donc se faire n'importe où, ce qui ne vous empêche pas de rester prudents !

*Chantal*

## Trucs et astuces



- ❖ Stoppez le sang d'une coupure qui saigne abondamment en la couvrant d'une bonne dose de poivre.
- ❖ Calmez la toux avec 2 cuillères à soupe de miel et 1 cuillère à café de poivre noir.
- ❖ Vos chemises de couleurs vives ternissent au lavage? La prochaine fois, saupoudrez 1 c. à café de poivre noir sur vos vêtements dans la machine à laver avant de commencer le cycle. Le poivre gardera l'éclat de vos couleurs et les empêchera de déteindre sur les autres vêtements.

*Proposé par Christiane A.*

## Rentrons en Résistance...

Les noms des salles de l'Espace Seniors rendent hommage à deux résistants blagnacais : **Germaine Ricard et Robert Rabary**.

Robert naît à Blagnac, rue Fonsorbes, le 7 mars 1925.

Père briquetier, mère blanchisseuse, la famille Rabary est fière d'avoir fourni les briques pour la construction de la Banque de France et de la Bibliothèque municipale de Toulouse. Cette « usine », victime de la mécanisation, ferme ses portes en 1936/1937.

Robert se distingue des autres écoliers par sa grande intelligence. Il rêve de devenir pilote. Ses capacités intellectuelles lui permettaient d'y arriver, mais un accident va anéantir cette aspiration : à 12 ans, lors du jeu du « Miroir aux alouettes », un de ses camarades tire avec maladresse et le blesse. Robert perd un œil.

Ne pouvant plus devenir pilote, Robert se tourne vers l'enseignement. Il sort de l'École Normale en 1944.

Robert rentre en Résistance à l'âge de 17 ans. Fin 1942, il cache des armes chez lui dans le four de la briqueterie.

Il fut un des meilleurs éléments de la section de Blagnac où son intelligence, son courage et son dévouement pour la défense du pays furent en tout point irréprochables.

Il est chargé de nombreuses missions et activités qui lui valurent de nombreuses citations et reconnaissances. Son appartenance aux « Jeunes Socialistes » le porte vers des responsabilités politiques. Il fut conseiller municipal à Blagnac de 1945 à 2001.

D'instituteur, il devient rapidement Professeur de Collège. En 1958, il fonde le collège d'Aucamville à la demande de l'Inspecteur de l'Académie. Il se marie en 1959.

Dès 1992, il est atteint du cancer. Pendant 7 ans, il lutte avec courage contre cette terrible maladie, fort soutenu par l'affection de tous les siens. Il s'éteint le 7 septembre 2001. Suivant sa volonté, il est inhumé civilement sans fleurs ni couronne, au cimetière du centre de Blagnac.

En donnant son nom à une salle, l'Espace Seniors rend ainsi hommage au résistant, mais au-delà, à l'homme de caractère que l'adversité n'a pas épargné et qui nous donne à tous une leçon de droiture et de courage.

Dans le prochain numéro de « l'Echo des Seniors » je vous parlerai de **Germaine Ricard**.

**Monique**

## Bon appétit ! La quiche forestière

**Pour 6 personnes** : les restes d'un poulet rôti, 1 rouleau de pâte brisée, 500g de champignons, 3 œufs, 1 gousse d'ail, du persil, 20 cl de crème fraîche liquide (ou de crème de soja), sel, poivre.



- ❖ Dans un moule à tarte, étalez la pâte brisée, piquez-la et faites cuire à blanc environ 15 minutes.
- ❖ Nettoyez les champignons et coupez-les en morceaux.
- ❖ Coupez les restes de poulet en morceaux.
- ❖ Hachez l'ail et le persil.
- ❖ Dans un saladier, battez les œufs entiers avec la crème fraîche, ajoutez le poulet, les champignons, l'ail et le persil. Salez, poivrez.
- ❖ Versez la préparation dans le fond de tarte.
- ❖ Enfourez 35 minutes à 180°C (th 6).

*Recette proposée par Nadine*

### Humour grinçant !

Je me suis réveillée ce matin  
J'ai levé les bras et CRAC  
J'ai plié les genoux et CRAC  
J'ai tourné le cou et CRAC  
Alors j'en suis venue à la  
conclusion suivante : **CRAC**  
Nous ne sommes pas vieux  
Nous sommes craquants  
Et ça me fait plaisir !

*Proposé par Marie-Jeanne*

### Soyons philosophes...



Un touareg a dit :  
« Le temps est comme une rivière,  
Vous ne pouvez pas toucher deux fois la même eau  
Parce-que l'eau est passée et ne repassera plus.  
Profitez de chaque moment de cette vie,  
Trouvez le temps de vivre.  
Si vous vivez en racontant que vous êtes occupés,  
Alors vous ne serez jamais libres.  
Si vous dites tout le temps que vous n'avez pas le temps,  
Vous ne l'aurez jamais.  
Si vous laissez des choses pour demain,  
Sachez que demain peut faire faux bond...

*Proposé par Jacqueline*

### Bêtisier de nos vacances

A quelle heure décollent les flamants roses ? (Aigues Mortes)

Pouvez-vous m'indiquer le boulevard du Jus de Pomme ? (Montpellier – Boulevard du Jeu de Paume)



*Ils avaient peut-être soif !!!*

*Proposé par Christiane A.*

### Dicton



En septembre figes et raisins pendent.

### La chance des plus de 50 ans

Argent dans les cheveux  
Or dans les dents  
Cailloux dans les reins  
Sucre dans le sang  
Source inépuisable de gaz naturel  
Fer dans les articulations  
Plomb dans les pieds  
Vous ne pensiez pas accumuler tant de richesses !



*Proposé par Marie-Jeanne*

## Nouveauté

Cet été un nouvel atelier « Tarot » a été initié à l'Espace Seniors. Joueurs de tous niveaux, vous pouvez venir, en équipes de 3, 4, 5 personnes et plus, jouer du lundi au vendredi à l'Espace Seniors.

## Appels à bénévoles

- L'Espace Seniors recherche des personnes intéressées pour participer à la **décoration des thés dansants**. Un atelier est mis en place à cet effet tous les mois.
- Nous recherchons des seniors bénévoles pour assurer **l'aide aux devoirs** à l'école Jean Moulin tous les lundis et jeudis de 16h45 à 18h (hors vacances scolaires). Les bénévoles sont encadrés par les animateurs de l'ALAE.

Les personnes intéressées peuvent se signaler à l'accueil de l'Espace Seniors.



## Amusons nous...

Solutions des jeux dans le prochain numéro



## Mots Mêlés

Après avoir barré tous les mots de la liste, il vous restera à former un mot mystère avec les lettres restantes dans la grille.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| D | A | J | T | T | R | O | N | C | H | L | S |
| E | P | L | O | M | B | O | U | R | S | E | U |
| V | E | E | A | U | B | E | R | G | E | E | R |
| O | N | A | Q | N | R | A | E | N | L | C | I |
| I | I | L | O | U | E | N | D | B | O | A | M |
| R | B | B | T | E | I | O | A | G | V | N | I |
| I | M | U | T | R | L | P | C | L | E | A | C |
| E | O | M | A | O | E | G | E | H | N | R | H |
| B | C | M | R | E | T | S | U | G | E | D | E |
| O | O | I | F | L | A | M | M | E | B | R | M |
| R | E | S | S | A | R | C | I | N | V | O | I |
| T | I | M | B | R | E | F | U | S | E | A | N |

Un petit garçon arrive en courant et dit à sa mère : « Maman, J'ai vu le coq s'accoupler 10 fois ce matin ! »

Sa mère lui répond : « Va donc dire ça à ton père, il va comprendre... »

Le jeune va voir son père et lui dit : « Papa, Maman m'a dit de te dire que j'ai vu le coq s'accoupler 10 fois ce matin ! »

Son père lui demande : « Est-ce que les 10 fois c'était avec la même poule ? » « Non ! » « Alors va le dire à ta mère, elle va comprendre. »

- |          |          |         |
|----------|----------|---------|
| ALBUM    | CANARD   | JOURNAL |
| ATELIER  | CHEMIN   | OBEIR   |
| AUBERGE  | CHERI    | OVNI    |
| AVEUGLE  | COMBINE  | PLOMB   |
| BADGE    | CRASSE   | REFUS   |
| BENEVOLE | DEGUSTER | ROMARIN |
| BLEU     | DEVOIR   | SURIMI  |
| BONBON   | ENDOLORI | TIMBRE  |
| BOURSE   | EQUIPE   | TRONC   |
| BOUTURE  | FLAMME   |         |

### Solutions des jeux du numéro de juillet-août

#### Mots croisés :

|      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| I    | R | O | U | L | E | M | E | N | T |
| II   | E | R | R | A | T | U | M |   | R |
| III  | V | I | E | T | N | A | M |   | O |
| IV   | A | G |   | R | A | I | E | N | T |
| V    | N | I | A | I |   | S | N |   | T |
| VI   | C | N |   | N | O |   | A | M | I |
| VII  | H | A | L | E | T | A |   | O | N |
| VIII | E | L | A | S | T | I | Q | U | E |
| IX   | S | E | C |   | O | S | I | E | R |

#### Les lettres manquantes : Le temps du MUGUET

Il est revenu le **TEMPS** du **MUGUET** comme un vieil **AMI** retrouvé. Il est **REVENU** flâner le long des quais jusqu'au banc où je t'**ATTENDAIS**. Et j'ai vu reflourir l'éclat de ton **SOURIRE**, aujourd'hui plus **BEAU** que **JAMAIS**. Le **TEMPS** du **MUGUET** de dure **JAMAIS** plus **LONGTEMPS** que le mois de **MAI**.

#### Enigmes :

Dingbat : Couvert en argent  
Florence Foresti

Ce numéro a été réalisé par Christiane A, Christiane B, Nadine, Marie-Jeanne, Jacqueline, Monique, Marilou et Chantal.