

Feuille de chou

Chapitre 61 - Septembre 2022

ÉDITO

Après un été ensoleillé, qui j'espère vous aura été agréable et source de plaisirs, La Feuille de Chou fait sa rentrée ! Septembre... ce mois si particulier. Il fait généralement encore doux, comme si le soleil de juillet et d'août jouaient les prolongations, et puis c'est le retour du chemin à l'école pour la jeunesse et des activités sportives et culturelles. Transition toute trouvée car ce numéro vous invite à découvrir la Semaine Bleue, un rendez-vous pour vous, chers aînés. Il se déroulera pour la première fois dans notre ville, en octobre prochain et vous réserve de nombreuses animations !



La Semaine Bleue s'invite au Perreux !

Mais c'est quoi, au juste, la Semaine Bleue ? C'est une semaine qui se déroule chaque année au mois d'octobre. Partout en France, des événements ont lieu afin de mettre en lumière les retraités et les personnes âgées qui, loin de ce que peuvent laisser imaginer les clichés, contribuent au dynamisme de la vie économique, sociale et culturelle. Cette semaine est aussi l'occasion d'évoquer les préoccupations et les difficultés rencontrées par nos seniors. Mais tout d'abord, un peu d'histoire s'impose.

Lancée en 1951, la « Journée des Vieillards », comme elle fut d'abord baptisée, a été créée par arrêté du ministère de la Santé publique et de la Population. Un comité national d'entente, composé de grandes associations, d'institutions de bienfaisance et de groupements représentant les personnes âgées, avait reçu pour mission d'organiser une quête nationale. L'objectif était de récolter des fonds pour secourir les plus « nécessiteux », six ans après la fin de

la Seconde Guerre mondiale.

Puis la sémantique évolua. De la « Journée des Vieillards », on passa à la « Semaine Nationale des Vieillards » puis à la « Semaine Nationale des Retraités et des Personnes Agées et de leurs Associations ». Le terme péjoratif de « vieillard » avait enfin disparu, mais le titre était à rallonge. Il faudra alors attendre le début des années 90 pour que l'événement trouve enfin une appellation faisant consensus : la « Semaine Bleue ». Chaque édition s'accompagne d'un thème. Cette année, ce sera : « *Changeons notre regard sur les aînés, brisons les idées reçues* ».

à noter

À cette occasion et pour la première fois, la Ville va organiser du 3 au 7 octobre de nombreuses animations conviviales et intergénérationnelles !

Au programme :

cinéma, yoga, promenade commentée sur les bords de Marne pour aller à la découverte des charmes historiques de notre commune, conférence sur Pablo Picasso et même, pour les plus sportifs d'entre vous, une randonnée !

On vous attend nombreux !

L'INSTANT CUISINE

Longtemps utilisé à des fins vinicoles chez les Grecs, les Romains, puis les Gaulois, le raisin ne passe à table qu'au seizième siècle, grâce à François 1^{er} qui fit planter des vignes à Fontainebleau.



Amateurs de poire et de raisin ? Nous vous proposons de mettre à l'honneur ces deux fruits de saison à travers une recette gourmande : la tarte aux poires, raisins et miel. Pour cela, il vous faut : 4 poires, 1 pâte feuilletée prête à l'emploi, 4 œufs, 10 cl de lait, 50 g d'amandes effilées, 6 c. à soupe de miel et 4 c. à soupe de raisins secs

1. Préchauffez le four à thermostat 6 (180 °C).
2. Foncez le moule de pâte feuilletée et piquez-la à la fourchette. Pelez les poires, ôtez le cœur et les pépins et coupez-les en morceaux. Disposez-les sur la pâte et ajoutez les raisins secs.
3. Battez les œufs avec le lait et le miel et ajoutez la moitié des amandes. Mélangez. Versez la préparation sur les fruits et parsemez du reste d'amandes.
4. Enfourez pour 25 minutes. Servez la tarte tiède ou froide.

Et pourquoi pas accompagner la dégustation d'un petit verre de Grappa !



Le Perreux
sur-Marne
Ville d'expressions



En sortant de l'école

En cette période de rentrée, on se devait bien de vous faire partager un poème qui vous plongera à nouveau dans vos tendres souvenirs d'écoliers. Jacques Prévert signe ici un classique de la poésie française, qui sera notamment chanté par Yves Montand.



En sortant de l'école
nous avons rencontré
un grand chemin de fer
qui nous a emmenés
tout autour de la terre
dans un wagon doré

Tout autour de la terre
nous avons rencontré
la mer qui se promenait
avec tous ses coquillages
ses îles parfumées
et puis ses beaux naufrages
et ses saumons fumés

Au-dessus de la mer
nous avons rencontré
la lune et les étoiles
sur un bateau à voiles
partant pour le Japon
et les trois mousquetaires
des cinq doigts de la main
tournant ma manivelle
d'un petit sous-marin
plongeant au fond des mers
pour chercher des oursins

Revenant sur la terre
nous avons rencontré
sur la voie de chemin de fer



une maison qui fuyait
fuyait tout autour de la Terre
fuyait tout autour de la mer
fuyait devant l'hiver
qui voulait l'attraper

Mais nous sur notre chemin de fer
on s'est mis à rouler
rouler derrière l'hiver
et on l'a écrasé
et la maison s'est arrêtée
et le printemps nous a salués

C'était lui le garde-barrière
et il nous a bien remerciés
et toutes les fleurs de toute la terre
soudain se sont mises à pousser
pousser à tort et à travers
sur la voie du chemin de fer

qui ne voulait plus avancer
de peur de les abîmer

Alors on est revenu à pied
à pied tout autour de la terre
à pied tout autour de la mer
tout autour du soleil
de la lune et des étoiles
À pied à cheval en voiture
et en bateau à voiles.



Pour se creuser les méninges

Le Sudoku, vous connaissez ? Derrière ce nom qui pourrait laisser penser à celui d'une prise de karaté, se cache un jeu populaire. Le but ? Remplir une grille de 9x9 cases avec des chiffres, afin que chaque ligne, chaque colonne et section de 3x3 cases contienne l'ensemble des chiffres de 1 à 9. Dis comme cela, ça a l'air compliqué, mais rassurez-vous : beaucoup y arrivent ! Ce jeu se révèle excellent pour l'entraînement cérébral !

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