

JOURNAL Fraternité N° 19



Telephone : 04 94 50 72 64 Site internet : <http://www.gem-fraternite.fr>

Page 2 : Journée de la solidarité

Page 3 à 5 : Sorties

Page 6 : Histoire
Recette

Page 7 : Nature et découverte

Page 8 : Jeu

*Journée des associations
samedi 6 septembre 2014*



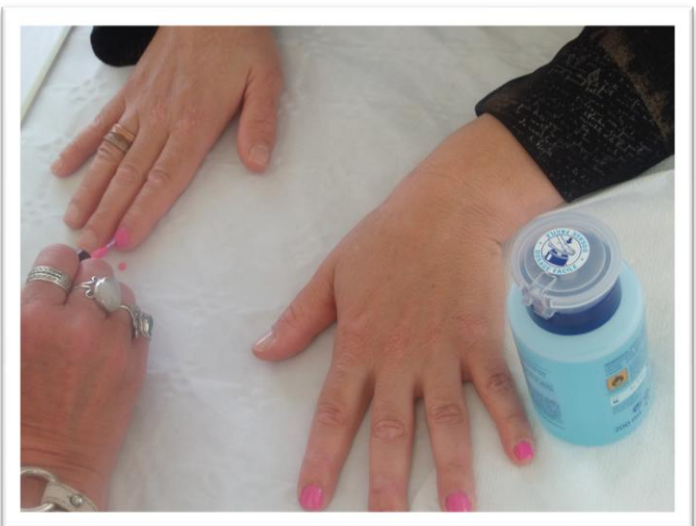
Journée de la solidarité : 10 mai 2014

MARIE-DO : J'ai posé du vernis pour les petites filles. Elles étaient très excitées d'avoir du vernis à ongles comme les grandes dames ! J'étais également à l'apéritif qui était très très bon, notamment les mignonnettes. Mon fils a dansé le hip-hop. C'était une journée sympathique, il faisait beau. Le GEM avait tout à fait sa place dans cette fête.

KAMAL : Cela a permis à beaucoup de personnes de faire connaissance avec nous. J'ai rencontré le responsable de mon ancien foyer (Font Clovis, Croix-Rouge Française). L'éducatrice animait le stand des bouchons. J'ai fait le tour des stands. Le stand des Médiévales des Arcs m'a vraiment intéressé. Il y avait un jeu pour les petits de 6 à 12 ans. Derrière notre stand il y avait du hip-hop. Je suis resté la plus grande partie de la journée au stand du GEM. Nathalie m'a posé du vernis à ongles, j'ai gagné un café !

CHRISTIANE : Les organisateurs nous ont offert des t-shirts à l'effigie de la journée. Nous avons posé du vernis à ongles aux passants (adultes et beaucoup d'enfants). Je ne suis restée que le matin.

ALAIN : J'ai vu des poules, des chèvres. Kamal s'est fait mettre du vernis à ongles. Il y avait un stand de jeux à la corde. Il y avait des jeux pour les enfants.



RENEE : C'était bien, j'ai fait le tour des stands. Il y avait du sport pour les enfants. Il y avait des brebis, des biquettes, des lapins Angora. Il y avait des jeux de mémoire à l'aide de cartes sur les saisons, les fruits et légumes.

FABRICE : Arrivé à 8h30 au GEM, j'ai chargé le camion avec Gianni et Monsieur le Président.

On a installé le stand. Nous étions beaucoup du GEM. Il y avait une fanfare qui m'a plu. J'ai fait la connaissance d'une éducatrice qui faisait du recyclage de bouchons. J'ai fait le tour des stands. Les adhérents ont tenu le stand de pose de vernis. J'ai mangé au stand. J'ai aidé à ranger. Je suis resté au concert de variété française (groupe Synthèse).

GUILAINE: Vers 13 heures, il était organisé un apéritif dinatoire avec des sandwiches, légumes crus, quiches, pizzas, et des petits gâteaux pâtisseries. J'ai posé quelques vernis à ongles à des petites filles. Il y a eu la fanfare après le buffet qui jouait de la musique militaire.

Sorties

Le Moulin de Soleils à Trigance : le 6 mai 2014.

CHRISTIANE : c'est un ancien moulin à eau qui ne fonctionne plus. La réparation coûte trop cher ! Un film nous a été présenté pour nous expliquer toutes les étapes de la fabrication du pain : du meulage à la cuisson.

ALAIN : en-dehors du moulin passe un canal sur lequel est disposée une roue qui servait à entraîner les meules. Nous avons pique-niqué au « Point Sublime » : c'est un superbe point de vue.

PHILIPPE J. : il est à remarquer que l'ancien meunier est également un écrivain, co-auteur d'une Enquête sur l'énigme de « L'Ile des Veilleurs » qui passionne depuis longtemps les adeptes du Verdon...

PHILIPPE T. : Pendant la sortie nous avons traversé le village de Rougon, qui est dans la montagne, c'est très beau : nous avons vu de très jolis panneaux. Fin.



L'ancien atelier

Les ânes des Maures à la Bastide : mardi 13 mai 2014.

PHILIPPE T. : nous avons vu le village de Bargème et son château, il y avait beaucoup de vent. Il y avait une forêt avec de très jolis sapins. A la ferme, il y avait une chèvre, des jolies vaches ; j'ai vu la montagne, ses fleurs, des champignons dans les bois. Fin.

ALAIN : dans la ferme, il y avait des vaches à lait. Cette ferme ne se situe pas dans les Maures, mais dans le Haut-Var.

FABRICE : on n'a pas vu les ânes, mais des vautours et des vaches. Il y faisait froid.

JULIEN : c'était bien tondu, par les ânes, ou bien, les vaches.

L'Abbaye de la Celle : 20 mai.

PLUSIEURS ADHERENTS : nous sommes allés visiter cette abbaye du 12^e siècle, jadis habitée par une centaine des Bénédictines. Elle est aujourd'hui inhabitée. Les nonnes vivaient selon les règles de St-Benoît : elles demeuraient cloîtrées, n'avaient ni le droit de parler ni de sourire, ne bénéficiaient pas du chauffage, à l'exception d'une seule salle pourvue d'une cheminée ; elles étaient obligées de travailler, notamment à l'élevage des vers à soie. Chaque matin, les sœurs se réunissaient dans la Salle des Chapitres, où elles devaient avouer leurs fautes, et dénoncer celles de leurs compagnes, même les nouvelles arrivantes avaient autant de droit que les autres. Aucune décoration nulle part, ni tableaux ni statues, à part, dans l'église, un sarcophage ayant peut-être servi à héberger les restes de Garsande de Sabran-Forcalquier, mère de Raymond Bérenger V Conte de Provence.

Cet édifice est d'une telle beauté qu'on y a adjoint de nos jours un hôtel 5 étoiles, tandis que la cuisine du célèbre chef Alain Ducasse est servie dans l'ancien réfectoire du monastère.



La salle du Chapitre

PHILIPPE T : Le beau village de La Celle se trouve dans le Var où il fait bon prendre l'air. J'ai visité une abbaye historique, une femme très gentille nous a servi de guide. Les abbayes du Thoronet et de La Celle ont eu les mêmes styles de constructions ; les fouilles ont révélé des colonnes et des pierres carrées ; une comtesse y aurait fini ses jours. J'ai vu un joli sarcophage. Fin.

Foyer Cap Espérance : Vendredi 6 juin

ALAIN: Le film était intéressant, une personne était en stage. Un résident racontait sa vie au foyer et l'aide à l'autonomie apportée par ce dernier, grâce aux diverses activités ou démarches administratives auprès de l'assistante sociale du foyer.

A l'apéritif il y avait du Champagne, du kir, du jus d'orange.

JULIEN : Avant le repas le grand Directeur de l'ensemble du foyer a fait un discours visant à remercier l'ensemble des partenaires aidant au bon fonctionnement du foyer. Un discours très instructif. Puis se sont succédés les représentants du conseil régional, du conseil général et de la ville de Toulon, ainsi que la toute nouvelle directrice du foyer. Il y avait beaucoup de choses à manger.

GUILAINE : Nous avons visité la cuisine pédagogique qui permet aux résidents de confectionner un repas équilibré afin d'acquérir plus d'autonomie.

Nous avons visionné un film mettant en scène deux personnages, un homme résidant déjà dans le foyer et une femme qui souhaitait y entrer. Celle-ci faisait un essai de quinze jours. Finalement, elle a été prise au bout de quelques mois d'attente.

Les résidents ont le droit de sortir en ville.

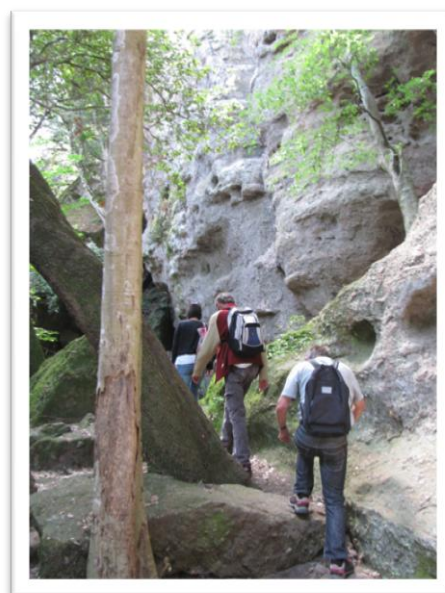
Le but du foyer est la réinsertion des résidents afin de les amener à l'autonomie. Ils résident d'abord dans le bâtiment principal, puis dans des studios aménagés, et enfin à l'extérieur.



Le bâtiment principal

Rocher de Roquebrune : Mardi 27 mai 2014

ALAIN : Nous avons commencé à emprunter le sentier pour retrouver l'ermite. Après nous nous sommes retrouvés au plus haut du rocher. Là, nous nous sommes aperçus que nous nous étions trompés de chemin, nous avons pique-niqué. Puis nous sommes redescendus. Au pied du rocher nous avons pris un café que nous avons emporté dans un thermos.



La montée du rocher

JULIEN: En haut du rocher nous avons pu admirer le panorama : vue sur Fréjus, le Haut-Var, la mer. C'était une belle journée, un peu de vent. En redescendant, vers 14 heures, le soleil cognait fort ! Le chemin que nous avons emprunté était escarpé, mais cela en valait la peine.

PHILIPPE J : Mise à part la beauté du paysage, nous avons tout de même été saisis par le courage et l'opiniâtreté de nos compagnons et compagnes de balade. En effet, plus d'un n'a pas l'habitude des marches un peu rudes.

Histoire

LA PETITE FILLE

Une fois, il y avait une petite fille qui voulait s'acheter une jupe, donc elle demanda l'argent à sa mère. Sa mère lui prêta l'argent de son fils. Et la fille fut heureuse, donc elle s'acheta la jupe qu'elle avait vue. Et en rentrant chez ses parents il y avait son frère. Son frère lui dit : « Elle est belle, je veux la voir sur toi la jupe. Après elle se l'est essayée dans l'alcôve, puis elle montra à son frère. Son frère lui dit « Il n'y a rien à dire, car tu es merveilleuse ».

Yvon

Recette du cake à l'orange (8 personnes)

Ingrédients :

- + 225 gr de farine
- + 1,5 sachet de levure
- + 165 gr de sucre
- + 1 belle orange
- + 1 cuillère à soupe de cannelle
- + 2 œufs
- + 100 gr de beurre



Préchauffer le four à 150°. Faire fondre le beurre. Mélanger sucre, farine, levure, beurre, œufs entiers. Ajouter un zeste d'orange, presser l'orange et ajouter le jus à la pâte. Ajouter la cannelle quand la pâte est lisse. Mettre dans un moule à cake, cuire 45 minutes.

Nature et découverte – LA TOMATE

Consommée depuis fort longtemps par les Aztèques, les Incas, elle n'est découverte dans le Golfe du Mexique qu'en 1519, puis importée par les conquistadors. Elles ne débarquent en Provence qu'en 1750, et à Paris en 1775. Longtemps, les Français crurent que la tomate était toxique et la considèrent comme une plante d'ornementation. Après la pomme de terre, la tomate est aujourd'hui le légume le plus cultivé en France.

Il en existe actuellement 7459 variétés de part le monde. Elles n'ont pas toutes la même forme, ni la même couleur. Il en existe des rouges, oranges, vertes, pourpres, jaunes, rose.

Aujourd'hui en Russie des paysans cultivent leurs propres tomates afin de perpétuer ce fruit sous toutes ses formes, goûts, arômes initiaux, etc.

Des musées conservent toutes ces graines pour en garder la mémoire de leurs gènes.

Pourquoi trouvons-nous si peu de variétés de tomates sur nos marchés ?

D'une part, une réglementation européenne a édité un catalogue qui réglemente la production de tomates avec des critères très exigeants.

D'autre part, depuis 1960, pour des nécessités de croissances économiques, les semenciers ont réalisé des hybridations. Or ces hybridations ne sont pas stables pour le réensemencement. Les nouvelles tomates issues de ces semences ne correspondraient plus à la réglementation européenne.

Cela oblige les agriculteurs à acheter perpétuellement aux semenciers des graines. Les semenciers ont ainsi le monopole de la production.

Tout paysan qui cultive des tomates hors normes européennes est considéré comme hors la loi !

Les tomates destinées à la consommation peuvent être rondes, à côtes, allongées ou cerises et sont soumises à des normes de qualité/fraicheur et d'aspect. La peau peut présenter des défauts, ce qui n'est pas le cas de la chair, les tomates sont calibrées en taille, la conservation du produit est aussi réglementée.

Source : http://www.dailymotion.com/video/xobid5_les-tomates-voient-rouge_tech



Jeux : trouver les 7 erreurs



Dessin d'Yvon

Journée des Associations

**Manifestation à venir
3^e trimestre 2014**

Journée des Associations : samedi 6 septembre 2014

Organisée par la municipalité de Draguignan, cette manifestation se déroulera de 9h00 à 17h30 au Parc Haussmann. Notre association tiendra un stand. Vous pourrez vous faire vernir les ongles par les adhérentes du GEM, mais aussi faire notre connaissance et découvrir toutes les activités proposées tout au long de l'année : arts Plastiques, sorties, repas, chant, journal, relaxation, poésie, lecture, etc.

Lors de cette journée vous pourrez également découvrir une grande variété d'activités au sein de diverses associations.