



Gazette LISA

Edition n°34 – Novembre 2023

« *Au vingt et un novembre brumeux, hiver rigoureux.* »

Certains connaîtront peut-être ce vieux dicton. Mais en attendant le 21 Novembre et l'hiver (rigoureux ou non), nous vous proposons, comme chaque mois, un peu de distraction grâce à notre Gazette.

Bonne lecture !

LELIEVRE Pauline, Animatrice-Coordnatrice LISA

ANECDOTE DU MOIS

Le Beaujolais Nouveau



Le 8 septembre 1951, un arrêté paru au Journal officiel dispose que les vins d'appellation d'origine ne peuvent être vendus qu'à partir du 15 décembre. Cependant, à la suite des réclamations des syndicats viticoles, une note du 13 novembre 1951 précise « dans quelles conditions certains vins peuvent être commercialisés dès maintenant sans attendre le déblocage du 15 décembre ». C'est cette note qui de fait a créé l'appellation « beaujolais nouveau ».



Pendant les quinze années suivantes, la date fut variable, et ce n'est qu'à partir de 1967 qu'elle fut fixée au 15 novembre jusqu'en 1985, année lors de laquelle elle fut fixée au troisième jeudi de novembre, d'une part pour des raisons de calendrier, car il tombait trop près du jour férié du 11 novembre (anniversaire de l'armistice de 1918), d'autre part pour des raisons pratiques, car il arrivait que cela tombe un week-end.



pour tous, toute la vie, partout

Fédération ADMR
d'Eure-et-Loir
Service LISA

2 rue Louis Pasteur
28 630 LE COUDRAY

02.37.35.17.14
06.81.96.24.88

@ lisa@fed28.admr.org

lisa-admr.fr



“Le réseau social”
DE L'ADMR

QUAND LA MUSIQUE EST BONNE...

San Francisco – Maxime Le Forestier

San Francisco est une chanson de Maxime Le Forestier publiée en 1972 sur l'album *Mon frère*.

En 1971, Catherine Le Forestier, accompagnée de son frère Maxime à la guitare, remporte le premier prix du festival de Spa. Avec l'argent ainsi gagné, ils décident de partir tous les deux pour San Francisco. Ils y restent plusieurs semaines, au milieu d'une communauté hippie baptisée « Hunga Dunga ».

De retour en France, Maxime reçoit une lettre accompagnée de dessins que lui ont envoyés les habitants de la maison bleue. Ne parlant que très peu l'anglais et pour les remercier de leur accueil, il décide de leur envoyer une chanson plutôt qu'un courrier et c'est ainsi qu'il écrit et compose rapidement **San Francisco**. Titre joué à la guitare, il évoque cette maison habitée par les hippies.





C'est un grand plaisir pour nous de vous informer de l'arrivée d'un nouvel animateur LISA :

Romain FRANCIN



Romain aura la joie de rencontrer les participants LISA lors des prochaines séances sur les différentes communes. Ce recrutement permettra au service LISA de se développer en proposant des activités sur de nouvelles communes. Prochainement, nous devrions donc avoir pleins d'actualités à vous partager.

Nous en profitons pour vous remercier, car ce développement est possible grâce aux différents partenaires qui nous accompagnent, notamment grâce au financement de la conférence des financeurs d'Eure-et-Loir et du Conseil Départemental, et grâce à vous, participants LISA qui ont fait la réussite de ce projet. Alors MERCI à tous !

ACTIVITES PARTENAIRES OU LOCALES

Ateliers Bien chez Soi par SOLIHA à Fains-la-Folie

SOLIHA
SOLIDAIRES POUR L'HABITAT

SOLIHA vous propose un atelier gratuit en 4 séances abordant les bons gestes et postures, les accessoires innovants, l'aménagement du logement et l'habitat durable. Toutes les clés pour bien vivre chez soi ! Ces séances seront animées par un ergothérapeute et un conseiller technique. Votre présence aux 4 séances sera souhaitée.

Informations pratiques : les **jeudis 9, 16, 23 et 30 novembre** – de 14h à 17h
8 rue du moulin, 28 150 Fains-la-Folie
SOLIHA – 02.37.20.08.58 – contact28@solihha.fr

Salon Habitat de Dreux

La huitième édition du salon Habitat de Dreux ouvrira ses portes du **10 au 12 novembre 2023** au Parc des Expositions. Cet événement, se déroulant sur trois jours, présentera 100 exposants spécialistes de la construction, de la rénovation et de l'aménagement intérieur et extérieur.

Les visiteurs auront le plaisir de découvrir les nouvelles tendances et d'obtenir des conseils personnalisés pour tous leurs projets !

Informations pratiques : **vendredi 10, samedi 11, dimanche 12 novembre 2023** – De 10h à 19h
Parc des Expositions – 1 Impasse de la Commune, 28100 DREUX
Restauration et bar sur place

Concours de Belote à Hanches



Le club des aînés de Hanches organise un concours de belote le mardi 21 novembre à 14h00 à la salle polyvalente de Hanches.

Informations pratiques : Tarif : 12 €
Inscription au 06.81.48.76.28 ou 06.38.42.78.20 ou sur place à partir de 13h30.

L'Abbaye de Nottonville

Dans la magnifique vallée de la Conie, isolée au milieu des champs de blé s'élève la belle abbaye bénédictine fortifiée de Nottonville. Abrisée derrière son haut mur d'enceinte, l'abbaye de Nottonville est un ancien prieuré de Marmoutiers (Tours) qui protégeait les moines bénédictins. On y pénètre par un imposant portail fortifié. Sa grange aux moines est particulièrement impressionnante avec ses toitures qui culminent à une hauteur de 16 mètres. C'est ici que les moines géraient leurs propriétés et leurs moulins situés sur la Conie.

Le portail fortifié, la grange aux moines, le logis des moines, le colombier et les celliers souterrains sont des incontournables à ne pas manquer.

En plus du patrimoine qu'elle représente, aujourd'hui, l'abbaye abrite une chèvrerie et une fromagerie. L'éleveuse, Marie-Thérèse POUSSE, possède un cheptel d'environ 75 chèvres, qui vivent à l'abbaye. Mme POUSSE transforme la totalité de la production laitière en fromage de chèvre. Crottins, petit perche, rond, pyramide, cœur, buche, brique, tomme, faisselles,... Tous les fromages sont moulés à la louche au lait cru afin d'assurer une pâte fine et agréable en bouche.

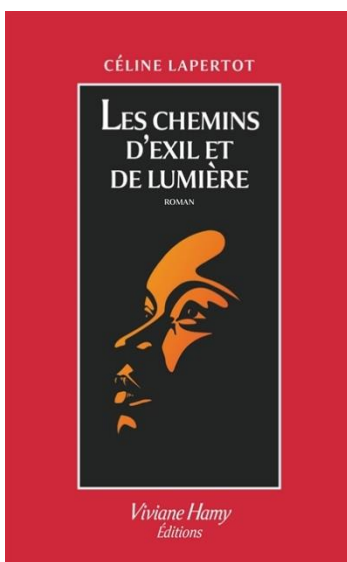
En plus de cette production artisanale, Mme POUSSE propose des visites de la ferme. Des expositions diverses y sont régulièrement présentées. L'abbaye peut également être réservée pour des mariages ou autres événements.

Une belle manière de maintenir ce patrimoine vivant !

Informations pratiques : L'Abbaye de Nottonville, Le Bois, 28 140 Nottonville
☎ 02.37.96.91.50 ou pousse.chevre@orange.fr



CONSEILS DE LECTURE

Les chemins d'exil et de lumière - Céline Lapertot

Née à Kinshasa, Karelle Dia a 8 ans lorsque la guerre éclate. Avec sa mère, elle trouve asile en France dans des hôtels insalubres. Sous la menace constante d'une expulsion, la fillette saisit sa chance d'être scolarisée et se fait un devoir d'exceller. Aidée par une professeure, elle participe à un concours d'éloquence qui lui ouvre les portes de la réussite jusqu'à la Comédie-Française.

Nous vous rappelons que nous proposons la livraison de livres en partenariat avec les médiathèques pour les participants des communes d'Orgères-en-Beauce, de Voves, de Nogent-le-Rotrou, de Courville-sur-Eure et de Brezolles. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à contacter l'animatrice LISA, Pauline (06.81.96.24.88)

LA MAIN VERTE

La Sansevière

Voilà une langue de belle mère qui vous réussit ! La sansevière est une plante que l'on ne peut pas tuer, même en faisant des efforts. Elle doit son surnom de "langue de belle-mère" à la texture coriace de ses grandes feuilles élancées, un surnom qu'elle partage avec d'autres plantes d'intérieur comme l'aspidistra. Panachée, verte sombre ou encore mouchetée, la sansevière se décline en plusieurs formes bien adaptées à nos intérieurs modernes, pourvu qu'ils soient lumineux. Alors si vous n'arrivez jamais à garder la moindre plante d'intérieur, commencez par celle-là.

La sansevière a besoin de lumière vive sans soleil direct. Elle a aussi besoin d'un arrosage pas trop régulier. Une fois par semaine lui suffit. Laissez sécher la terre entre deux arrosages. Réduisez drastiquement les arrosages en hiver (une fois par mois, ou moins si la température est fraîche).

Concernant l'entretien, rien de compliqué. Tous les mois, voire un peu plus souvent, passez une éponge propre et humide sur les feuilles pour les débarrasser de la poussière. Ne les passez jamais au lait, comme on le voit souvent conseillé, vous ne feriez qu'ajouter une pellicule grasse sur le feuillage. N'utilisez pas de produit lustrant non plus, trop polluant.

La plante n'a pas besoin de rempotages trop fréquents. Tous les 4 ou 5 ans, quand vous voyez qu'elle commence à être vraiment à l'étroit dans son pot, donnez-lui un nouveau contenant, d'un diamètre et d'une profondeur supérieurs de 3 à 5 cm, pas plus. L'important est que le pot assure une bonne stabilité à la plante.

Remarques : ne coupez jamais le bout des feuilles, même si vous le trouvez un peu piquant. C'est là qu'est le point de croissance. Si vous le supprimez, le développement de la plante s'en trouverait arrêté.



JEUX

Sudoku

Le but du jeu est de remplir cette grille de sudoku avec des chiffres de 1 à 9 : chaque chiffre ne doit apparaître qu'une fois dans chaque ligne, chaque colonne et chaque bloc.

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

Facile

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

Moyen



Gâteau aux bananes

Recette d'Emmanuelle G. – participante aux activités de Courville-sur-Eure et Nogent-le-Rotrou

Réalisée avec les élèves du lycée Nermont de Nogent-le-Rotrou le 10/10/2023

INGREDIENTS

- | | | |
|-------------------|----------------------|-----------------------------|
| - 100 g de beurre | - 3 bananes écrasées | - 1 petite pincée de sel |
| - 200 g de sucre | - 200 g de farine | - 1 pincée de sucre vanillé |
| - 2 œufs | - 1 cuillère à café | - 100 g de poudre d'amandes |

LA PREPARATION

1. Préchauffer le four Thermostat 5.
2. Dans un saladier, battre le beurre coupé en morceaux et le sucre, pour obtenir un mélange crémeux.
3. Ajouter les œufs battus en omelette et les bananes écrasées.
4. Ajouter la farine, le sel, la levure, le sucre vanillé et la poudre d'amandes.
5. Chemiser un moule à cake et y verser la pâte.
6. Faire cuire pendant 30 minutes. Vérifier la cuisson avec la pointe d'un couteau.
7. Démouler à chaud.

CONSEILS

Certains participants ont ajouté des pépites de chocolat. D'autres ont remplacé la poudre d'amandes par de la noix de coco râpée, voire même ajouté une pincée de cannelle. Dans tous les cas, c'était un délice !

Bonne dégustation !



L'EXERCICE DU MOIS
par Anaïs de l'UFOLEP

Les genoux

Consigne :

Tenez-vous droit, pliez et dépliez légèrement vos genoux

Combien de fois ?

7

Adaptation :

Se tenir à une chaise



Ecole maternelle Eugène Delacroix
10b, rue de la Croix
28 630 Morancez
02 37 34 75 89
ec-mat-morancez-28@ac-orleans-tours.fr

Morancez, le 06 Avril 2023



Chèr(e) Mamie ou cher Papy,

J'ai dessiné la muraille de Chine. La muraille de Chine, c'est en Chine et la Chine, c'est en Asie.

J'aime bien la muraille de Chine parce que c'est un gros mur et qu'on peut se promener dessus pour faire de belles promenades. Ca doit être joli, j'aimerais bien y aller mais c'est très loin, il faut prendre l'avion.



Eliott , 4 ans et 10 mois