

# Gazette LISA

Edition n°42 – Juillet 2024

## En route vers les vacances !

Ce mois-ci, notre Gazette LISA vous propose une édition spéciale sur la célèbre Nationale 7.

Si certains d'entre vous ont eu l'occasion d'arpenter cette route mythique dans sa globalité ou seulement en partie, nous espérons que ces quelques pages vous remémoreront de bons souvenirs de vacances. Et si oui, pourquoi pas nous les partager ?!

Alors, préparez vos valises et vos cartes routières. Direction le Sud... Direction les vacances... Prenons la route via la Nationale 7 !

Bonne lecture à tous.



Pauline, Romain et Sandra, animateurs LISA



### Fédération ADMR

2 rue Louis Pasteur  
28 630 LE COUDRAY

Pauline LELIEVRE  
06.81.96.24.88

Romain FRANCIN  
06.42.87.38.19

Sandra PENOT  
07.86.51.14.81

@ [lisa@fede28.admr.org](mailto:lisa@fede28.admr.org)

[lisa-admr.fr](http://lisa-admr.fr)



"Le réseau social"  
DE L'ADMR

### ANECDOTE DU MOIS

## Le jeu de Mille Bornes

Le saviez-vous ? Le nom du jeu des 1 000 Bornes vient des bornes kilométriques jalonnant le réseau routier français et de la longueur de la mythique Route Nationale 7. Il a été inventé en 1954 par Edmond Dujardin, un éditeur de matériel pour auto-école, et illustré par Joseph Le Callennec, graphiste. Sur les premières boîtes du jeu ; il était sous-titré : La canasta de la route. Le jeu s'inspire de Touring, un jeu de cartes américain créé en 1906.



### QUAND LA MUSIQUE EST BONNE...

## Nationale 7 - Charles Trenet

**Nationale 7** est une chanson de l'auteur-compositeur-interprète français, Charles Trenet, composée en 1955.

Cette chanson évoque cette route longue de 996 kilomètres qui relie Paris au sud de la France, en passant par l'ouest de la Bourgogne, le nord de l'Auvergne, la vallée du Rhône, le massif de l'Esterel. La nationale 7 a symbolisé, pendant des années, la route des grands départs en vacances vers le Sud.

Pour se rendre dans l'une ou l'autre des propriétés qu'il possédait près des « rivages du midi », Charles Trenet empruntait régulièrement la route nationale 7. C'est un matin dans les jardins de sa propriété de Juan-les-Pins que l'idée de cette chanson lui est venue.

## *Sortie du jeudi 23 mai à l'Eco-Refuge de Digny*



Les groupes de La Loupe, Senonches et Courville-sur-Eure sont allés à l'Eco Refuge de Digny pour réaliser « l'atelier soigneur ». L'objectif de celui-ci était de créer un lien fort entre les participants et les animaux du refuge. Il s'agissait là d'un temps de médiation animale privilégié.

Ils ont appris l'histoire de chaque espèce qui arrive dans le refuge. L'atelier commençait par la ferme pédagogique avec les animaux et ensuite vers le potager et la mini-forêt en construction.

Merci à Allison, Virginie et Olivier pour leur accueil et les connaissances apportées pendant cet atelier.



---

## *Balade contée par les élèves de l'école primaire d'Orgères-en-Beauce*



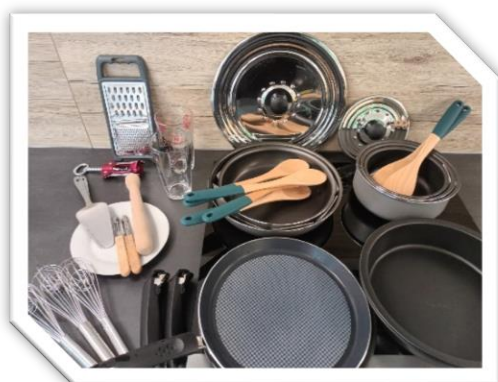
Les institutrices et les élèves de l'école primaire d'Orgères-en-Beauce ont invité les participants LISA à assister à leur balade contée, le vendredi 31 mai, à 14h. L'école a reçu trois conteuses en résidence artistique pendant une semaine. Cette balade contée était le résultat de cette semaine de travail autour des contes.

La météo capricieuse a contraint les institutrices à réaliser ce spectacle dans les locaux de l'école, afin d'être certain de rester au sec.

Cette après-midi de contes fût également l'occasion pour les participants de réviser les comptines d'enfance « Meunier tu dors,... », « l'arbre est dans ses feuilles »,... ou chanson bien connue « Si j'avais un marteau » !

---

## *Bientôt aux fourneaux avec LISA !*



L'équipe LISA a investi dans du matériel de cuisine afin d'aménager les beaux placards des locaux ADMR de Dreux et de St-Denis-Lanneray. Couteaux, fouets, poêles, saladiers, ... y ont trouvés leur place et n'attendent qu'une chose : qu'on les utilise pour préparer de bons petits plats !

Alors, chers participants de Dreux et de St-Denis-Lanneray, pourquoi ne pas nous partager vos meilleures recettes afin que nous les concoctions ensemble ?



*Le Château de Montigny-le-Gannelon*

La Nationale 7 ne sillonne pas l'Eure-et-Loir alors... Nous avons fait le choix de vous emmener tout au Sud de notre département : découvrir Cloyes-les-Trois-Rivières et plus particulièrement, le Château de Montigny-le-Gannelon.

Une vue époustouflante depuis le plan d'eau sur l'impressionnant château de Montigny-le-Gannelon qui surplombe le Loir, vous plaira sûrement. Situé aux confins de la Beauce et du Perche dans un parc de 15 hectares, le château Renaissance de Montigny-le-Gannelon déploie sa silhouette sur les hauteurs de la vallée du Loir. Château de la fin du XVe siècle, sa façade Ouest présente la période Renaissance. Elle est remaniée en 1876, par un élève de Viollet-le-Duc, éblouissante par ses tourelles et ses échauguettes. La visite vous promène au travers du salon des dames, du grand salon, de la salle de billard et de la salle à manger des rois. Un parc de 15 ha vous invite à la promenade.

**Une visite de ce château est en cours de préparation avec le groupe de Châteaudun.**



Pour faire référence au Sud et aux paroles de la chanson de Charles Trenet : « *On chante, on fête ; Les oliviers sont bleus ma p'tit' Lisette ; L'amour joyeux est là qui fait risette ; On est heureux Nationale 7.* »

Cultivé en région méditerranéenne en majorité, l'olivier s'exporte également dans les climats plus froids, pouvant supporter jusqu'à -10 degrés. Il trouve sa place sur un balcon ou dans un jardin, apprécié pour ses feuilles ornementales, vertes et argentées, longues et étroites. Persistantes, les feuilles offrent un joli décor hivernal. L'olivier présente également, d'avril à juin, de petites fleurs blanches suivies de fruits gourmands entre septembre et décembre : les olives.

L'olivier apprécie un sol profond, bien drainé voire caillouteux. De nature rustique, il aime être exposé en plein soleil et supporte bien la sécheresse. Veillez à le placer à l'abri du vent. Cultivez-le en bac, sur un balcon, vous pourrez le transporter facilement pour le mettre à l'abri dans une pièce sèche et lumineuse en hiver.

L'olivier ne supporte pas les excès d'eau, vecteur de maladie. Apportez-en modérément pendant l'année mais plus généreusement lors de la formation des fruits.

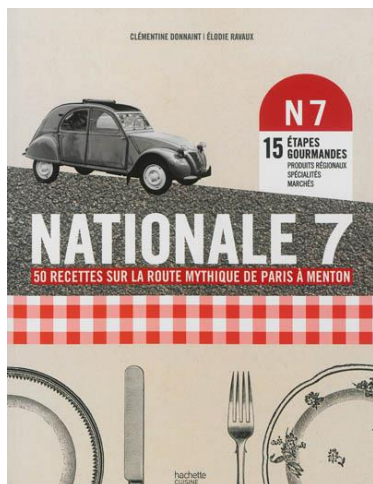
Taillez l'olivier minimum une fois par an, en dehors des risques de gel et de floraison soit en mars, avril ou mai. Sur le jeune arbre, la taille de formation permettra de renforcer le tronc. La taille d'entretien, dite de fructification, est à opérer une fois par an car elle harmonise l'arbre et augmente le rendement. Enfin, la taille de reprise, la plus sévère, ramène l'olivier vieillissant à la végétation.



## CONSEILS DE LECTURE

### Nationale 7 :

### 50 recettes sur la route mythique de Paris à Menton de Clémentine Donnaint et Elodie Ravaux

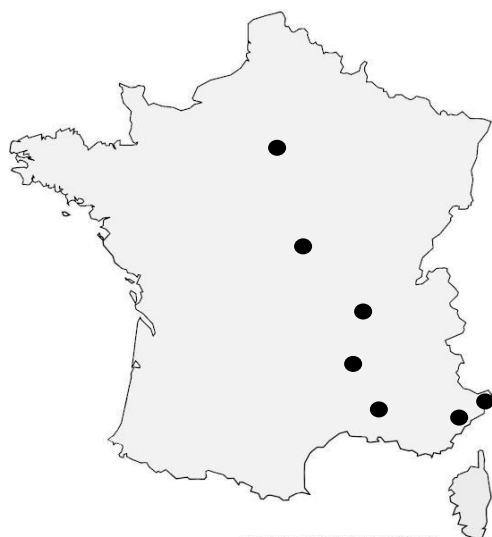


Un voyage gourmand sur la célèbre route des vacances. Les auteures ont parcouru en camping-car la nationale 7 en 15 étapes et présentent 50 recettes de voyage réalisées avec des produits choisis au fil de la route. Elles racontent aussi l'histoire de l'âge d'or de cette route emblématique, illustrée de photographies de personnes, de paysages et de sites.

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 nous contacter.

## JEUX

### Géographie autour de la Nationale 7



Le but est de replacer les villes ci-dessous, se trouvant sur le tracé de la mythique Nationale 7, sur la carte.

NICE – LYON – PARIS – MENTON - AVIGNON – NEVERS – VALENCE

- |           |           |
|-----------|-----------|
| A - ..... | E - ..... |
| B - ..... | F - ..... |
| C - ..... | G - ..... |
| D - ..... |           |

## QUIZZ

### Êtes-vous expert de la pétanque ?

1 - Quel est le poids d'une boule de pétanque ?

Entre 1,2 et 1,4 kg

Entre 650 et 800 g

Entre 500 et 580 g

2 - À la pétanque comment appelle-t-on le but vers lequel il faut envoyer ses boules ?

Le cochonnet

La patate

Le 1000

3 - En 1907, dans quelle ville a été inventée la pétanque ?

Paris

La Ciotat

Nice

4 - Quels sont les deux principaux types de joueurs de pétanque ?

Pointeur et tireur

Buteur et lanceur

Viseur et casseur

Solutions : Carte : A – Paris / B – Nevers / C – Lyon / D – Valence / E – Avignon / F – Nice / G – Menton  
QUIZZ : 1 – Le poids des boules de pétanque varie entre 650 et 800 grammes. Elles sont en acier. / 2 – C'est le cochonnet que l'on surnomme aussi le bouchon ou le petit. / 3 – À La Ciotat, la pétanque est une adaptation du traditionnel « jeu provençal ». / 4 – Le pointeur et le tireur.



## FICHE RECETTE

### *Risotto chorizo - volaille*



Lycée d'enseignement  
agricole privé  
de Nermont



#### INGREDIENTS

- ½ oignon
- 1 verre de riz
- 200 g de volaille
- 80 g de chorizo
- 250 ml d'eau
- ½ cube à bouillon

#### LA PREPARATION

1. Faire revenir les blancs de poulet dans un peu d'huile.
2. Dans la même poêle, faire revenir l'oignon dans un peu d'huile, ajouter le riz et attendre qu'il devienne translucide.
3. Ajouter le chorizo.
4. Mouiller le tout avec un peu de bouillon et laisser cuire à feu doux, à couvert, en rajoutant le bouillon petit à petit et en remuant de temps en temps.
5. Une fois le riz cuit, remettre les blancs de poulet, découvrir et laisser cuire encore quelques minutes.

*Bonne dégustation !*



#### L'EXERCICE DU MOIS

On apprend à « lever le pied » pour les vacances  
avec Anaïs de l'UFOLEP

#### *Lever de jambes*

##### Consigne :

Tendez une jambe vers l'avant reposez là et  
recommencez avec l'autre jambe

##### Combien de fois ?

5 avec la jambe droite  
5 avec la jambe gauche

**ufolep**  
TOUS LES SPORTS AUTREMENT  
EUROPE ET LOIRE

## PAROLES D'ENFANTS

par l'école maternelle Eugène Delacroix de Morancez



Changeons de continent demande Caramel et partons pour l'Asie.

Tiens, il est drôle ce grand mur.

Ca s'appelle la « **Muraille de Chine** », elle est très grande et aussi très longue. Et on peut se promener dessus.

Et est-ce qu'on pourrait s'y promener avec les petits vélos ?

Bonne idée Caramel, allez, on sort les vélos et les trottinettes, et on va se promener sur la Muraille de Chine



J'aimerais bien visiter l'**Afrique**.

Ah, l'Afrique, la savane et ses animaux mystérieux qu'on ne rencontre que dans les Zoos chez nous, à la Tanière par exemple .

Dans la savane, les zèbres, les girafes, les éléphants... sont en liberté.

