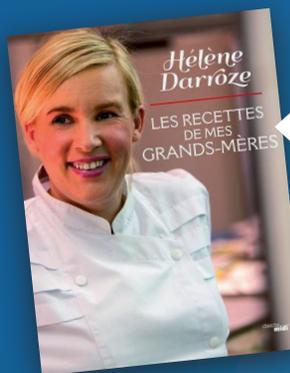


## Coin lecture



### La cuisine de mes grands-mères

Hélène Darroze. *Les recettes de mes grands-mères*, éd. du Cherche midi, 232 p., 29 €.

« Je suis née de deux familles où bien manger et partager autour d'un plat étaient art de vivre, et cuisiner et pâtisser étaient passions et religions. Et, que l'on ait été cuisinier et cuisinière de métier, charcutier, charpentier, épicier ou institutrice, il était de son devoir et de son vouloir de transmettre : transmettre des valeurs, une histoire, un savoir, un savoir-faire, une technique et,

bien sûr, des recettes. » H. D.

À son tour, Hélène Darroze transmet ici des recettes traditionnelles et nous fait partager ses « madeleines de Proust », des moments de bonheur liés à son enfance et aux femmes qui l'ont entourée. En reliant chaque recette à un souvenir émouvant, nostalgique ou joyeux, elle rend hommage à toutes ces femmes qui ont influencé sa cuisine, mais aussi sa vie.

Plus de 50 recettes incontournables revisitées par Hélène Darroze, faciles à réaliser, comme

les œufs mimosa, les pommes cuites et le riz au lait, le chou farci, le lapin en civet, le soufflé au fromage, le pain perdu, la salade landaise, les beignets aux pommes, le poulet à l'oignon, les blettes à la béchamel, le gâteau des fées, etc.

Sensible et inspiré, illustré par des photographies tirées de son album personnel, cet ouvrage est un magnifique voyage au pays de la gastronomie et de l'émotion.

## Projection sur

### LA SEMAINE BLEUE 2014...

« Si Gonesse m'était conté... »

Comme chaque année, la ville de Gonesse et le CCAS ont organisé la Semaine Bleue qui s'est déroulée à la Maison Intergénérationnelle Daniel Dabit du 13 au 18 octobre dernier. Cette 8<sup>ème</sup> édition nationale a permis à différents services de la ville de créer un projet en transversalité et intergénérationnel valorisant le patrimoine de la ville, la citoyenneté (parce que connaître sa ville, c'est être citoyen) tout en permettant à chacun d'exprimer sa créativité.

On ne peut que saluer l'implication des participants suivants : Services

Techniques, Espaces verts, Médiathèque, École de musique, cinéma, DAC, centre de loisirs Les Gavroches, Communication, Instances Démocratiques : Conseil des Sages, Conseil Municipal Jeunes, Service Civique Jeunes Municipal, des partenaires extérieurs comme les jardins familiaux, Cœur Musical, le centre ARIMC Madeleine Fockenber, la cuisine centrale Elior, une classe de l'école de la Madeleine ;

En effet, cet événement a rassemblé plus de 500 personnes lors de diverses activités :

- Projection d'un film intergénérationnel « le promeneur d'oiseau »,
- Création de panneaux végétaux représentant des éléments du patri-

moine de la ville : le blason, l'église, le pigeonnier et l'hôpital,

- des ateliers de création de cartes, de canotiers, de lampions
- un atelier de cuisine de légumes d'antan,
- l'élection de la meilleure tarte,
- des balades contées à travers Gonesse créées par des témoignages et anecdotes de gonessiens.

Pour clôturer cette semaine favorisant le mieux vivre ensemble, la solidarité, le rapprochement intergénérationnel faits de souvenirs, de créativité et d'émotions, un bal parquet animé par des bénévoles a été organisé à la maison intergénérationnelle Daniel Dabit.



### ZOO DE VINCENNES ET CHÂTEAU DE VINCENNES

Cette sortie a permis de réunir une quinzaine de seniors et une vingtaine d'enfants du centre de loisirs les Gavroches. Le matin, ils ont pu visi-

ter le château de Vincennes ; après un déjeuner intergénérationnel, le groupe a pu découvrir le nouveau zoo de Vincennes, partagé en cinq zones géographiques ou « biozones » (Sahel-Soudan, Patagonie, Europe, Amazonie-Guyane et Madagascar). Les animaux peuvent évoluer dans

de vastes enclos dont les paysages évoquent leurs milieux naturels d'origine. Cette journée a été riche en échanges, et des liens se sont créés.



# Le journal de **Silas Fichette**

N° 46 - janvier - février - mars 2015



## Édito

Pour cette nouvelle année 2015, le Conseil d'Administration et l'équipe du CCAS ont le plaisir de vous présenter leurs meilleurs vœux de bonheur, de joie et de santé.

Malgré les temps difficiles, nous avons souhaité maintenir votre colis de fin d'année ; nous espérons que vous l'avez apprécié.

Au cours de l'année 2014, le CCAS a célébré les « Mariés de longue date ».

- M. et Mme BORG mariés depuis le 15 février 1964 ont célébré leurs noces d'or (50 ans de mariage) le 31 mai 2014.

- M. et Mme BRZOZOWSKI mariés depuis le 18 septembre 1954 ont célébré leurs noces de diamant (60 ans de mariage) le 20 septembre 2014.

- M. et Mme SPORTOUCH mariés depuis le 10 septembre 1964 ont célébré leurs noces d'or le 28 septembre 2014.

Si vous êtes un couple de Gonessiens mariés depuis 50 ans ou plus, n'hésitez pas à contacter le CCAS au 01 30 11 55 20.

Cette année encore, l'équipe du CCAS vous a proposé des animations variées avec des temps forts

comme la visite de l'Assemblée Nationale, la Fête de l'Amitié, une journée à St Denis, un séjour à Port-Barcarès ou la Semaine Bleue... sans oublier toutes les activités de la Maison Intergénérationnelle Daniel DABIT.

Nous vous remercions pour votre participation et vous assurons pour 2015 une programmation aussi riche et de qualité.

Nous vous rappelons que le CCAS a aussi d'autres missions : les prestations d'aide à domicile, le portage de repas, le transport, les aides financières en cas de difficultés momentanées (sous réserve de l'instruction d'un dossier et d'une étude en commission permanente).

**Nous vous souhaitons de bonnes fêtes de fin d'année.**

**Jean-Pierre Blazy**, Député-Maire et Président du CCAS

**Marc Anicet**, Maire Adjoint délégué à l'Action Sociale et à la Solidarité Intergénérationnelle, Vice-Président du CCAS

**Marie-Thérèse Léveillée**, Conseillère Municipale déléguée aux Personnes Âgées

# Programmation

Pour toutes les manifestations, l'inscription et le paiement se font au Centre Communal d'Action Sociale, 1 rue Pierre Salvi, ouvert tous les jours du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30 sauf le mardi matin. Tél.: 01 30 11 55 20 • **Attention: seules les personnes ayant réglé seront inscrites, les autres seront sur liste d'attente.**

## Janvier 2015

*Judi 08 janvier*

### **THÉ DANSANT, GALETTE DES ROIS**

**Avec orchestre**

Ne manquez pas la traditionnelle Galette des Rois à la Maison Intergénérationnelle Daniel DABIT. Cette année encore, une ambiance festive et animation musicale pour couronner le roi ou la reine 2015 !

**Maison Intergénérationnelle  
Daniel Dabit • 14h • 10€**

*Judi 15 janvier*

### **APRÈS-MIDI FESTIVE**

Autour d'un loto

**Maison Intergénérationnelle  
Daniel DABIT • 14h30 •  
5€ pour le goûter**

*Vendredi 23 janvier*

### **RENDEZ-VOUS AVEC LES STARS**

Grand Show par P. SABATIER avec de nombreux artistes des années 70 à aujourd'hui

**Départ à 12h • 60€ • Paris -  
Palais des Congrès**



*Dimanche 25 janvier*

### **CONCERT DU NOUVEL AN «BEETHOVEN»**

Renseignement, paiement et inscription à la DAC au 01 34 45 97 60

**Salle Jacques Brel • 16h • 7€**



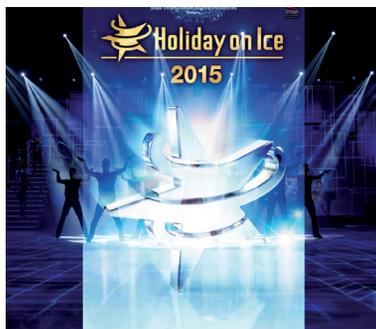
## février 2015

*Mercredi 4 février*

### **THÉ DANSANT CHANDELEUR**

Venez déguster des crêpes avec vos petits enfants lors d'une animation dansante.

**Maison Intergénérationnelle  
Daniel DABIT • 14h30 • 5€**



*Vendredi 27 février*

### **HOLIDAY ON ICE**

Toujours du rêve, de la magie et l'assurance d'un spectacle de patinage grandiose. Talents et performances exceptionnelles. Holiday on Ice 2015 sera un spectacle multicolore pour toute la famille.

**Zénith de Paris • 12h30 •  
48,5€**

Du 23 février au 9 mars 2015, à l'occasion de la semaine de la Femme, nous vous proposons à la Maison Intergénérationnelle Daniel Dabit, une exposition sur les métiers de la Femme.

## mars 2015

Mardi 3 mars

### **BOBBY FISCHER VIT À PASADENA**

Par son nombre restreint de personnages, son intrigue resserrée, ses unités de temps et d'espace, ce huis clos intimiste pourrait bien ressembler à une pièce classique... Pourtant ce texte écrit en 2001 nous parle sans nul doute de notre monde contemporain.

Renseignement, paiement et inscription à la DAC au  
01 34 45 97 60

**Cergy Pontoise • 20h30 •  
Départ à 19h00, transport  
gratuit • 13€**

Lundi 23 mars

### **THÉ DANSANT, FÊTE DU PRINTEMPS**

Venez fêter avec nous l'arrivée du printemps autour d'un thé dansant animé dans la bonne humeur et la convivialité

**Maison Intergénérationnelle  
Daniel Dabit • 14h30 • 10€**



Samedi 28 mars

### **FESTIVAL NATIONAL DE L'ACCORDÉON**

Le Zenith accueille les plus grands accordéonistes d'aujourd'hui et de demain. Venez rendre hommage à cet instrument en assistant à l'assaut de virtuosité entre les nouvelles vedettes et les glorieux aînés. Ambiance musette assurée!

**Au Zénith de Paris • 61,5€ •  
Départ à 12h30 de l'Hôtel  
de ville**



## SEMAINE DE ♀ LA FEMME

Mercredi 4 mars

Après midi sur le thème « Les femmes pendant la guerre »

**Maison Intergénérationnelle  
Daniel Dabit • 14h30**

Jeudi 5 mars

Après midi « Bien-être pour vous Mesdames » (sur inscription)

**Maison Intergénérationnelle  
Daniel Dabit • 14h30**

## 🔧 Coin astuces

### **Rendre son aspirateur moins odorant**

La première technique consiste à aspirer un papier enduit d'essence de lavande (ou autre parfum). Le parfum sera diffusé de façon homogène via la soufflerie de l'aspirateur. Efficace et écologique, que demander de plus ?

### **Avoir une belle housse de couette**

Afin de conserver un bel aspect à la couette d'un lit, il faut éviter qu'elle ne glisse dans la housse. Pour cela,

coudre quatre rubans à l'intérieur de la housse à chaque coin et faire de même à la couette. Nouer les rubans entre eux et votre housse de couette sera toujours impeccable.

### **Ôter les taches de café**

Voici 4 moyens d'ôter les taches de café d'un tissu ou d'un tapis :

**N°1** - Tremper un linge blanc dans un jaune d'œuf battu et frotter les taches de café. Rincer ensuite à l'eau claire.

**N°2** - Frotter la tache de café avec de l'alcool à brûler et rincer à l'eau ou

**N°3** - Appliquer un papier absorbant sur la tache de café. Puis tamponner avec un mélange à parts égales d'eau froide et de vinaigre blanc. Rincer ensuite à l'eau froide.

**N°4** - Quand on a fait une tache de café quelque part, on peut la faire partir avec un mélange simple. Il suffit de mettre un peu de vinaigre avec du sel et du bicarbonate de soude. Bien mélanger et frotter l'endroit de la tache. Ce procédé donne des résultats épatants sur l'aluminium, la porcelaine et le verre.

Dans tous les cas, agir vite !

### **Pour les sorties à Paris,**

le CCAS pourrait intervenir pour une prise en charge partielle du transport après connaissance du budget 2015