



LES BAVARDAGES **DE SAINT JU**

N°6

SOMMAIRE

Editorial	page 1
Compagnons de l'hôpital de jour	page 2
La musique où le reflet d'une émotion à l'instant T	page 4
Festival « le labyrinthe de la voix » à Rochechouart	page 6
Les petites choses invisibles	page 8
Gants et cuir	page 10
Ma passion, la couture	page 12
La pétanque	page 14
Ecrire pour ne plus rien ressentir	page 16
Les animes	page 18
Le tatouage pour se réapproprier son corps	page 20
Rien n'est jamais oublié	page 22
Une petite part d'ombre	page 24
Les vacances au camping dans le Puy de Dôme	page 26
La Boulinière	page 28
Parenthèse ouverte (page 30
L'histoire de la cancoillotte	page 32
Recette : le bœuf bourguignon	page 34
La KPop	page 36
Récréation	page 38



Editorial

Nous vous présentons la 6ème édition des « Bavardages de Saint Ju ».
Ce numéro nous a pris plus de temps car le groupe a été modifié.

Départs de Catherine et Amélie.

Nous accueillons avec plaisir : Elsa, Eléona, Andrée, Cécile, Philippe,
Stéphane, Julia et MayLine.

Découvrez nos passions et nos ressentis !

📖 Bonne lecture ! 📖



Compagnons de l'hôpital de jour

Compagnons de l'hôpital de jour
Je vous souhaite un bon rétablissement
Et je vous rejoins
La séance a été bonne
C'est grâce à nous toutes / tous
Et les soignantes
On s'en va, on rentre chez nous
Dans un meilleur état
Et on va écouter de la musique à la maison
Compagnons de l'hôpital de jour
Pensez à moi quelques fois
Plus tard, quand vous serez réveillés
Penser à celui qui joue au scrabble seul
Et fait des mots croisés
Dans son appartement
L'hôpital de jour, l'hôpital de jour,
L'hôpital de jour
Compagnons de l'hôpital de jour
Je vous souhaite un bon rétablissement
Et je vous rejoins
La séance a été bonne
Quand on est ensemble on passe des bons moments
Alors je reste avec vous

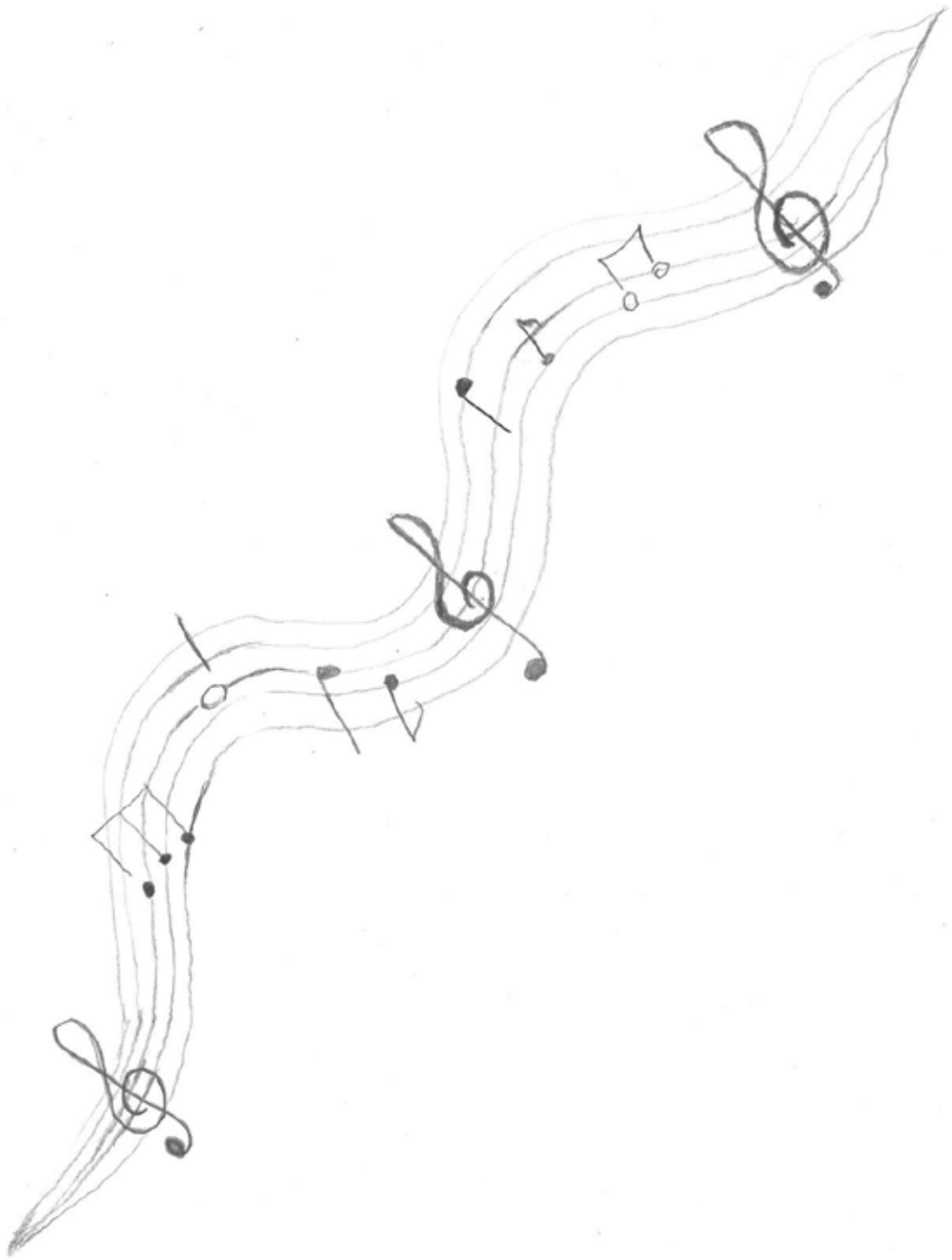


On vient à l'hôpital de jour pour
Ecouter les autres et partager ses pensées
Et cette chanson de l'hôpital de jour
Nous fait du bien
Compagnons de l'hôpital de jour
Je vous souhaite un bon rétablissement
Dormez, rêvez, moi je prends mon stylo et j'écris ce qui se passe dans
ma tête
Et je reste avec vous
Compagnons de l'hôpital de jour
Pensez à moi quelque fois
Plus tard, quand vous serez réveillés
Pensez à celui qui joue au scrabble seul
Et fait des mots croisés
Dans son appartement
L'hôpital de jour, l'hôpital de jour,
L'hôpital de jour
Compagnons de l'hôpital de jour
Je vous souhaite un bon rétablissement
(À répéter)

D'après « Compagnons de Feu » Chatterton

Dora





Cecile



La musique où le reflet d'une émotion à l'instant T.

Qu'elle soit douce au réveil, brutale en journée ou apaisante au coucher, la musique m'accompagne dans chacune de mes pensées, chacun de mes gestes.

Elle sublime la beauté d'un paysage rural ou résonne à travers les murs d'une pièce sombre.

L'émotion qu'elle transmet dépend de chacun mais se rattache à chacune des miennes.

Elle oblitère la tristesse lorsqu'elle n'a pas sa place et alourdit l'amour d'un sourire partagé.

Elle est internationale et rassemble les peuples depuis la nuit des temps. Elle partage, elle offre, elle reçoit.

Elle harmonise certaines situations et rend précieux chaque souvenir. Elle fait travailler la mémoire aussi puisqu'associée à certains moments, elle nous les remet en tête dès les premières notes.

Quel que soit son style, son rythme et son volume, elle accorde à chacun le droit de s'y laisser couler le temps d'un instant.

Julia



Labyrinthe de la Voix

Rochechouart - 15

30 juillet
+ 2 août
2022



HK · Mouss & Hakim de Zebda
Kutu · Marianne Aya Omac
Simon · Cacao Mental · La Gango Calé · ...



Festival « Le Labyrinthe de la voix » à Rochechouart

En 2022, je suis allée voir un groupe de musique que j'aime tout particulièrement, « la Rue Kétanou », dans un festival nommé « Le Labyrinthe de la voix » situé à Rochechouart.

Ce festival est né en 2002 et s'est installé dans la cour du château offrant une acoustique et une ambiance uniques. Il a lieu chaque année, fin juillet. On y découvre des artistes venus d'ici et d'ailleurs en donnant au public une véritable immersion dans des cultures et styles musicaux variés. L'emblème de ce festival est une chouette. Dans les allées du château, dans les arbres se trouvent de nombreux oiseaux nocturnes dont les chouettes chevêches.

En 2024, plusieurs propositions musicales sont à découvrir avec de nouveaux lieux emblématiques comme par ex : les matins en forêt se déroulant au pied du chêne de Bramefan.

J'ai découvert ce festival suite à une affiche publicitaire où était inscrit « en concert la Rue Kétanou » groupe de chanson française et musique de rue avec un mélange de son Tzigane, folk, reggae, pop.

J'ai réservé les billets et j'y suis allée avec la fille de mon compagnon et ma meilleure amie qui vit à la Réunion.

Le jour J, c'est avec une humeur festive que nous y allons. Bien que nous étions en pleine période Covid, l'ambiance était accueillante et familiale. Des chaises étaient installées tout autour de la cour. Un espace était dédié pour les personnes voulant danser ou rester debout. Des Food Trucks et buvettes sont mises à disposition sur le site.

A l'ouverture, il y avait un groupe « les fils du facteur » que nous avons trouvé très sympathique et entraînant.

A l'arrivée sur scène de mon groupe préféré, j'ai senti des palpitations de joie m'envahir et je n'ai pas pu m'empêcher de chanter et danser. De fortes émotions m'ont submergé. J'étais tellement heureuse de partager ce moment avec ma bellefille et mon amie. C'était tellement convivial, joyeux et le cadre était magnifique.

Une belle découverte !!!

Amélie



Les petites choses invisibles

Un patient est parti aux toilettes, et une patiente qui avait déjà rangé son verre, prend le sien aussi, sans le dire.

Une autre attend toujours la fin, jusqu'à ce que tout le monde parte, car chaque seconde ensemble, même seulement 5, c'est un peu de vie qu'on rattrape.

Le sourire caché derrière un +2 au Uno, le café servi à un autre, une bouteille d'eau, tendue sans un mot. Quelqu'un qui se lève pour céder sa chaise, et qu'on lui rende un autre jour la pareille.

Des silences lourds, mais remplis d'une complicité douce. Des remerciements murmurés pour un sucre, et si on racontait ça, qui d'autre l'aurait cru ?

Des rires, des pleurs, des peurs, mais sans filtre.

Quelqu'un qui attend l'autre pour aller fumer, comme pour dire « je ne te laisse pas seul avec le ciel »

« J'ai réussi à sortir hier ... juste 10 minutes », dit timidement. Et nous, on célèbre avec un sourire glissé.

Quelqu'un qui s'installe près de toi, simplement pour être là.

Les sourires qui comprennent tout. Les « à la semaine prochaine », qui veulent dire : on tiendra encore, tous.

Une chaise remise doucement sous la table. Un patient qui s'excuse d'avoir trop parlé, alors que tout le monde buvait ses mots.

Une soignante qui dit : « je n'ai pas tout bien compris ». Et laisse une deuxième chance aux phrases.

Quelqu'un qui n'a presque rien dit, mais souffle à la fin : « Merci »

Alors, merci d'avoir été là. Merci d'avoir lu ce texte. Merci d'avoir pris le temps. Peut-être que prendre son temps, est étrangement agréable.

Un silence qui dure, mais que personne ne brise, par respect. Car parfois, écouter est tout.

Et peut-être que je repartirai sans rien. Rien de matériel. Mais une chose est sûre : Mon cœur, lui, sera toujours rempli.

Par les autres, et pour les autres.

Axel



Gants et cuir

Le savoirfaire élégant au début du XX siècle, le gant fait désormais partie des habitudes vestimentaires. Petite cité des confins du Limousin, Saint Junien appartenait au cercle restreint des villes spécialisées en cuir depuis des siècles.

Cette communauté professionnelle se double d'une confrérie religieuse dédiée à Sainte Catherine, patronne des gantiers, à St Junien. La préparation des peaux à la mégisserie se pratique en bord de rivière car elle nécessite beaucoup d'eau.

Au XXI siècle, Saint Junien compte plus de trois ganteries coopératives. Ces dernières sont reprises par Hermès et les maisons d'Agnelle qui proposent à ce jour du prêt à porter. Elles équipent les forces armées, la police, le GIGN, les pompiers, les douanes, et les services de sécurité privée.

La marque de luxe Hermès fabrique uniquement des gants haut de gamme. Depuis 2017, Hermès a investi à St Junien.

Il y a très longtemps dans la Haute Vienne il y avait de nombreuses usines de cuir comme à Cognac la forêt où se fabriquaient vestes et blouson.

La caserne Marceau faisait des bottes et des sièges auto.

Tulle, eux faisaient des équipements de gendarmerie.

Saint Just le Martel : des équipements pour les pompiers.

Montdidier dans la Somme : des valises.

A Paris moto cuir : des combinaisons de moto réservées aux chanteurs et artistes.



Petit à petit les usines ont fermé. Actuellement, la cité du cuir de St Junien va revivre. Agnelle réalisera plusieurs étapes ; choix des peaux, colorations, coupe puis assemblage.

Les produits seront des robes, de la maroquinerie et des gants. Il y a une boutique qui se visite. Dernièrement, nous avons eu la réouverture d'un restaurant proche de la cité du cuir

Marie Odile





Ma passion, la couture

Je vais vous parler de ma passion pour la couture.

Je répare et modifie des modèles faits avec mes patrons

Je m'installe dans ma pièce que mes enfants ont aménagée. Je peux y passer des heures. Pour moi c'est un refuge.

Tous les jeudis, je me rends à la Parenthèse de Bellevue, nous réparons des vêtements et fabriquons des modèles qui nous ont été demandés par l'Ehpad et la Roulotte. A midi, nous déjeunons tous ensemble avec les intervenants. Cela est très enrichissant et me fait beaucoup de bien. Parfois, je manque de motivation, mais il y a toujours des personnes qui me motivent et viennent me chercher pour éviter que je reste à la maison.

Je peux parfois me replier sur moi-même, mais, grâce à la couture, je vois les autres et je communique avec eux.

MarieOdile





La pétanque

Ce dont les gens ne se doutent pas ; la pétanque est un sport. Il faut un minimum de condition pour la pratiquer à un certain niveau. Entre rester debout pendant des heures, jouer accroupi, lancer les boules qui font un poids entre 660gr à 800 grammes, faire des allers et retours pour observer (les pentes, les cailloux, les trous, les bosses) qui sont sur le terrain. Ce sport consiste à envoyer les boules d'un cercle, au plus près du cochonnet. La pétanque se pratique en tête à tête c'est à dire 1 contre 1

En doublette 2 contre 2

En triplette 3 contre 3

Les règles sont assez simples :

Ce sport se pratique entre 6 et 10 mètres. Une fois le cochonnet jeté à bonne distance, une équipe pointe (pour se rapprocher le plus du cochonnet) et l'autre équipe prend la décision soit de pointer soit de tirer selon le cas qui se présente.

Pointer veut dire : lancer la boule le plus près du cochonnet

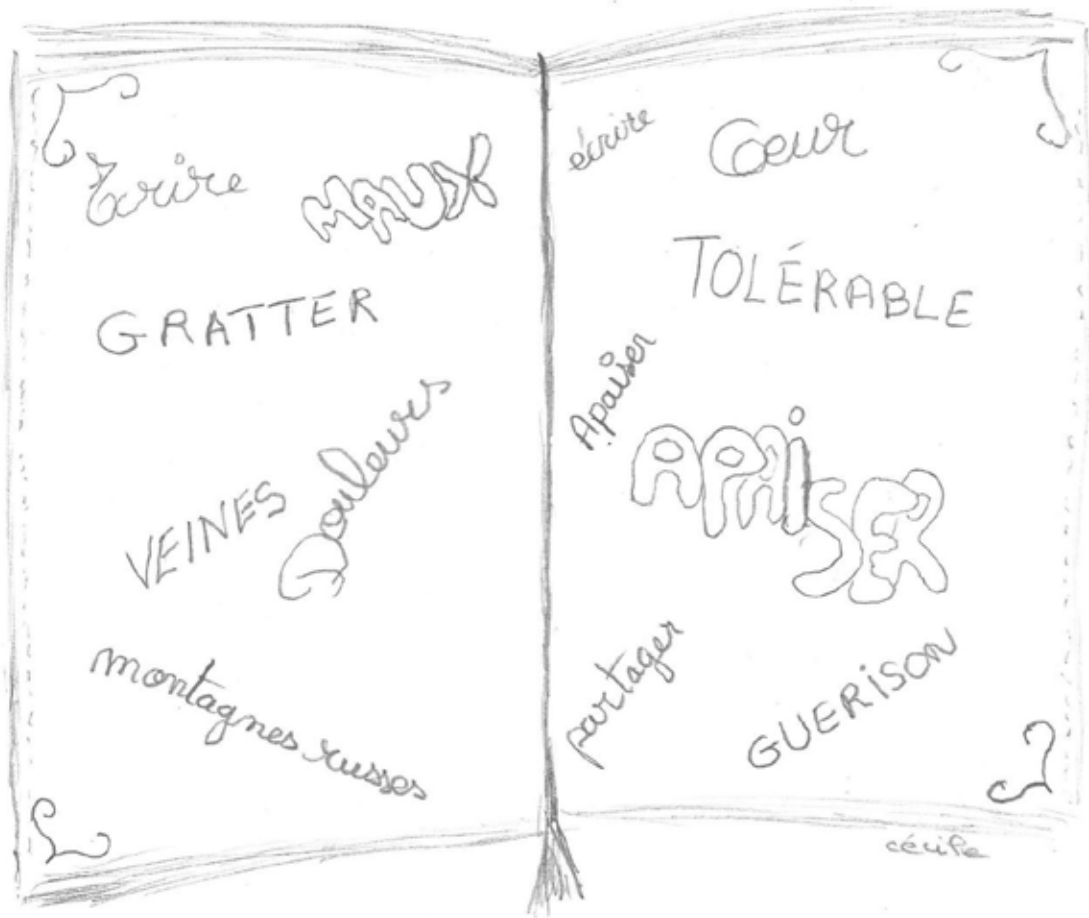
Tirer veut dire : envoyer une boule contre une autre pour prendre sa place

Les parties ne se déroulent en 13 points, le premier qui atteint le score de 13 a gagné.

Ce sport a beaucoup évolué ces dernières années.

Stéphane





Ecrire pour ne plus rien ressentir

Ecrire plutôt que de pleurer.

Ecrire plutôt que de crier.

Mettre des mots sur les maux et faire sortir la plus aigüe des douleurs.

Aplanir les montagnes russes d'une sensibilité différente et la rendre tolérable.

Ecrire c'est concrétiser, c'est admettre la réalité d'une émotion parfois douloureuse et lui donner le droit d'être guérie.

Ecrire c'est partager, apaiser, déposer les maux pour alléger sa peine.

La rendre portable car supportable, tolérable car partagée.

C'est le premier pas vers la résolution d'une problématique qui n'en avait peut-être pas avant.

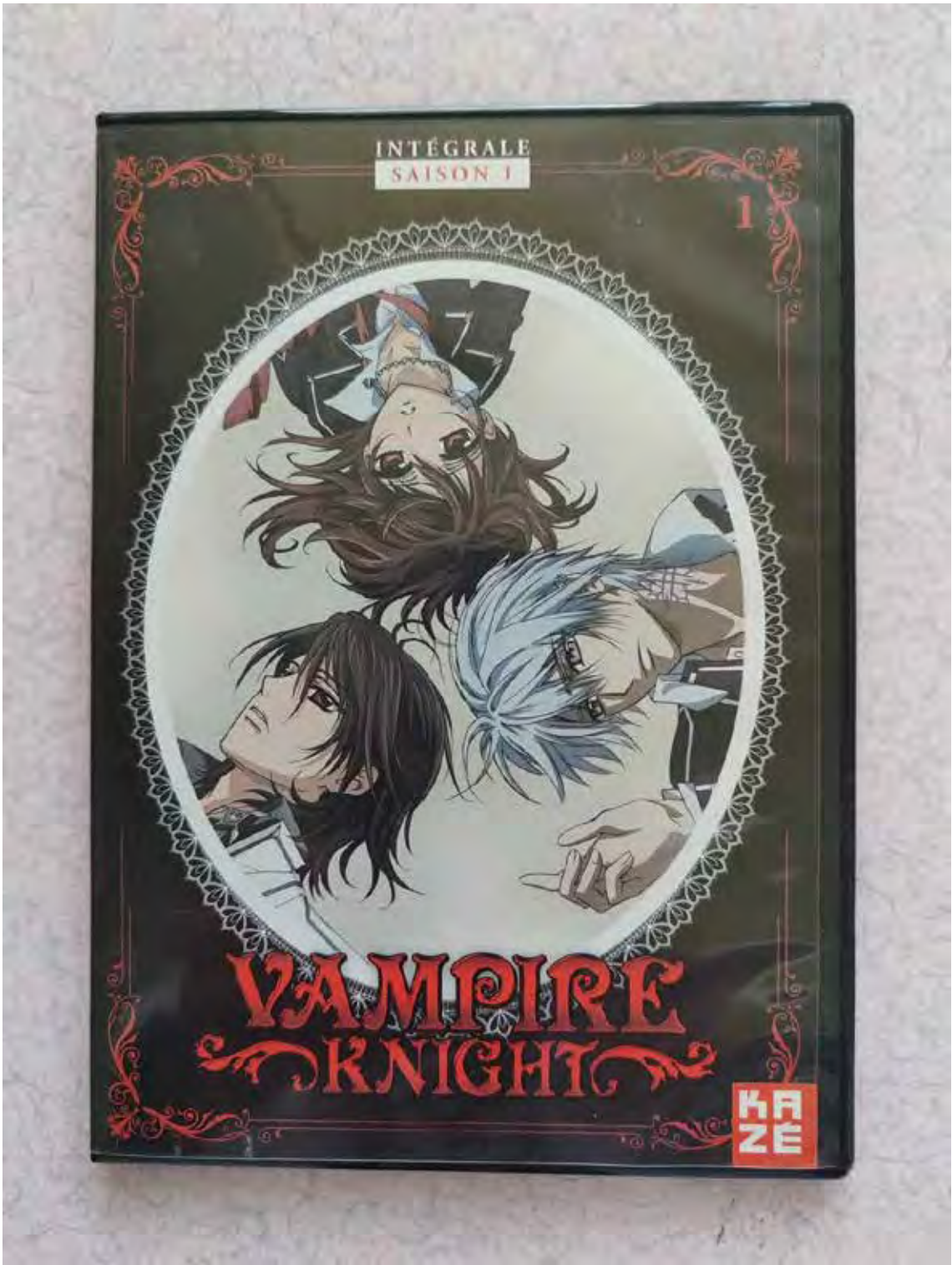
Gratter le papier plutôt que les veines

Froisser les feuilles plutôt que le cœur.

Mettre la boule de ressentis dans le panier de la guérison.

Julia





Les animes

Ce sont les animes qui m'ont donné envie de lire des mangas. Ce sont des séries d'animations japonaises inspirées du manga.

J'ai découvert leur existence en regardant une vidéo sur Youtube qui présentait plusieurs types d'animes.

Curieuse, j'ai choisi de regarder Vampire Knight en premier. L'histoire se déroule dans une académie avec des humains et des vampires séparés en deux classes : le jour et la nuit. Etant passionnée par les créatures surnaturelles, j'ai toute de suite adhéré et c'est devenu mon premier gros coup de cœur.

Depuis j'en regarde sur différentes plateformes en sous-titres français. J'aime entendre la voix japonaise et je trouve que de le regarder dans sa version originale apporte plus d'émotions à l'anime.

Quand je suis fatiguée ou que je n'ai pas envie de lire les sous-titres, je regarde en français. C'est un plaisir que je savoure à chaque instant.

Elsa



Le tatouage pour se réapproprier son corps

Le corps n'est que l'enveloppe de l'âme qu'il emprisonne avec plus ou moins de tendresse.

Il est le reflet des épreuves que l'on traverse, parfois blessé par des cicatrices qui pourront disparaître ou resteront là, figées dans le temps, indélébiles.

Après l'avoir vu évoluer, grandir, changer, que ce soit pour porter la vie ou pour porter la charge d'une vie que l'on n'a pas choisi, après l'avoir aimé, détesté, parfois rejeté, j'ai décidé de me le réapproprier.

Il y a de longues années de ça déjà, j'avais cette impression de ne plus être maître de ce corps qui pourtant était le mien. Souillé par ce que les autres en avaient fait. Abimé par ce que la vie m'a fait lui faire ou alors juste fatigué de cette histoire qu'est la nôtre.

Alors que je rentrais doucement dans l'âge adulte, j'ai rapidement compris qu'il ne tenait qu'à moi de récupérer ce qui m'avait été pris jusqu'ici.

Du jour où j'ai décidé de faire de mon corps ce que moi je voulais, je l'ai vu autrement.

Non il ne sera plus la honte d'une société qui ne lui ressemble pas. Il ne sera plus non plus honteux à mes yeux, matrixés par les autres, ceux qui ne savent pas.

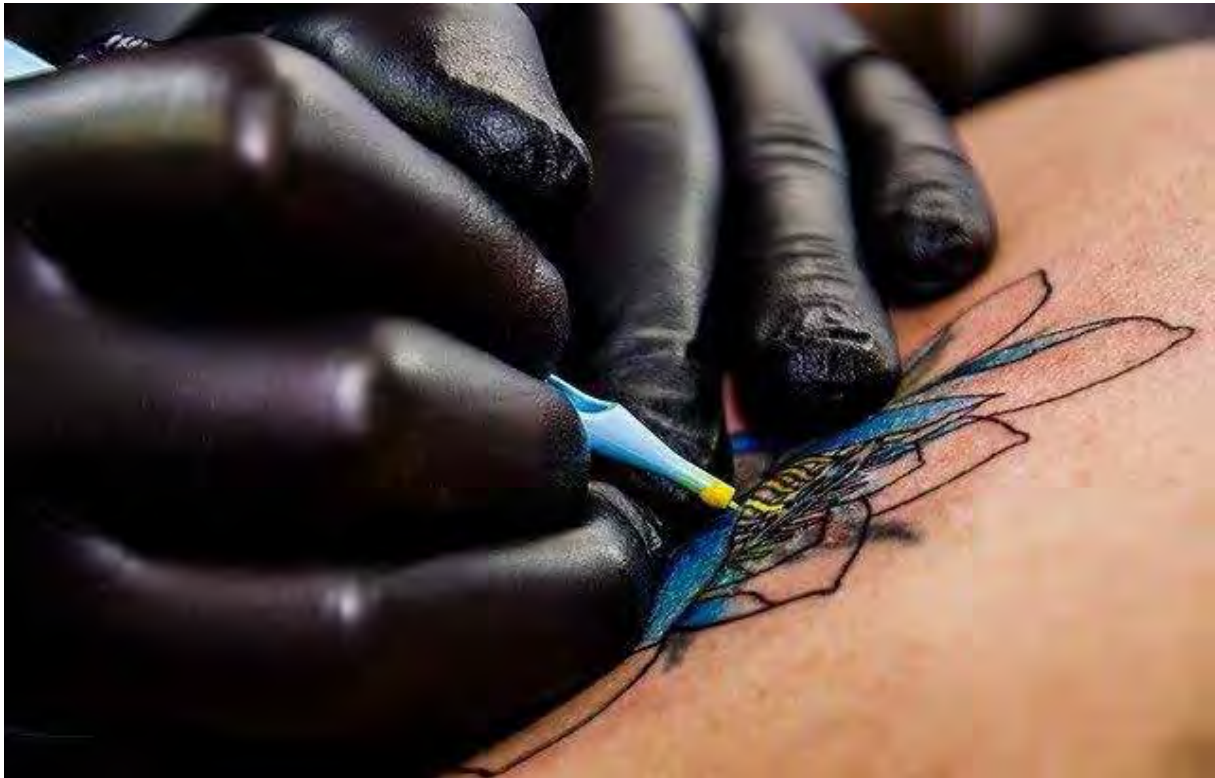
Il sera le reflet de mon histoire, de notre histoire. Et la preuve que oui, j'ai pu tomber parfois, peut-être même souvent, mais je me suis toujours relevée. Parce que l'on ne juge pas un homme au nombre de chute mais au nombre de fois où il s'est relevé. Parfois affaibli, parfois meurtri.

Certains considèreront que ce n'est qu'esthétique mais pour moi c'est thérapeutique. C'est un moyen de faire en sorte que lui et moi soyons, enfin, raccords.



Cela fait maintenant une quinzaine d'années que j'ai entrepris cette démarche et force est d'admettre qu'elle me réussit. Plusieurs centaines d'heures passées sous les aiguilles et plusieurs centaines d'euros aussi mais pour qu'enfin, lui et moi soyons d'accord sur ce qu'on raconte. On a survécu.

Julia



Rien n'est jamais oublié

« Si nous sommes trop petit pour influencer le monde, alors créons le nôtre ! »

Dans la masse de vidéos disponibles sur Internet, il est parfois difficile de trouver quoi regarder, comme un paradoxe. Pourtant, à travers ce panoramique, peu de créateurs de contenus décollent. Feldup, lui, est un astronaute confirmé, il est le symbole de toute une génération, de la mienne.

Très jeune, et déjà créateur de multiples projets, comme des chansons, des musiques ambiantes, il est le pionnier de la nouveauté. C'est également un créateur d'ARG (Alternate Reality Game ou Jeu en réalité alternée), c'est-à-dire une expérience interactive mêlant fiction et réalité, qui se déroule à travers plusieurs médias (vidéos, sites web, réseaux sociaux) durant laquelle les utilisateurs doivent enquêter, résoudre des énigmes, et interagir avec des éléments fictifs présentés comme réels. Tout est conçu pour brouiller les frontières entre le jeu et la vie réelle. Enfin et surtout, Feldup est un vidéaste.

Résumé de ses vidéos

Passant par des jeux vidéo cachant une sombre histoire, à des musiques créées par l'un des martyrs de la maladie mentale, de la dépression à la schizophrénie, du projet étrange jusqu'aux histoires d'horreur et bouleversantes, Feldup explore les marges du réel et les failles de l'âme humaine.

D'habitude, je suis très peu influençable, mais Feldup prend le contrôle de mon cerveau à n'importe quel moment, parfois, je suis en transe devant ses vidéos. Il m'inspire aussi à créer plus et toujours plus varié.



L'une de ses dernières vidéos, sur l'œuvre de Kanoguti, regroupant des jeux vidéo en mêlant le thème du virus informatique m'a mis profondément mal à l'aise, Feldup retranscrit parfaitement les émotions des créations qu'il narre. Je peux ressentir la peur et l'horreur, de la tristesse, de la bienveillance mais également de la joie, celle de la connexion humaine et de la sincérité. Parfois, quand je crée, dans cette multitude d'œuvres, on a l'impression que personne ne regardera ou écouterà ce que l'on a fait. Pourtant, avec Feldup, j'ai appris que toute création à son public, que ça soit des chansons ou des jeux vidéo abandonnés,

Rien n'est jamais oublié.

Axel





Une petite part d'ombre

Dans la lumière, se cache aussi une petite part d'ombre Et derrière chaque humain aussi, celle d'un artiste celle de la Joconde. ... et de la mienne donc.

Shadow est toujours là, derrière les coulisses de la création. Il est ma raison, sur mon lit, sa vision ... sur mon ordi.

Il voit mon monde, ses saisons, l'hiver qui gronde.

A l'intérieur de moi. Il ferme ses yeux et sais que je suis là.

Ou peut-être làbas. Quelques caresses me font revenir au moment présent, là, maintenant. Mais dans peu, je serai bientôt reparti.

Reparti pour explorer les contrées pour rencontrer,

Apprendre à recompter le temps qui est passé

Redorer le blason de la liberté ... mais n'oublions pas ...

De revenir pour revoir le chat.

On lui fera ... une statue... comme le sphinx, je le promets.

Car il est mon compas, mon futur, c'est un lynx, je vous le promets.

Il a changé ma vie à jamais, j'entends battre son cœur, ce dernier se prélasser

Il calme mes céphalées et je me laisse aller.

Il a battu ma pression et a su me faire apprécier ...

Les petits moments, même les parts d'ombre, et comme le titre l'esquisser ... on retombe sur nos pattes.

Axel





Les vacances en camping dans le Puy de Dôme

Mon compagnon, sa fille, notre fils et moi, sommes partis en vacances dans le camping « la Chauderie » à la Tour d'Auvergne. Nous avons pris soin d'emmener nos deux chiens avec nous. Nous avons dormi dans notre tente et mis 1h30 à tout installer. La première nuit a été difficile pour moi à cause de la température, j'ai eu froid (7°).

A quelques kilomètres nous avons visité le Mont Dore. Les enfants ont fait des activités (tyrolienne, trottinette tout terrain, descente en tubing/bouée).

Nous sommes également allés à Super Besse. Ma bellefille a fait une tyrolienne de 1km600 à 120km/h. Quel courage ! J'aurais aimé la faire aussi, mais je me suis privée de beaucoup de choses car le passage sur la balance était obligatoire, et étant complexée, il m'était impossible de passer par cette étape.

Du coup je me suis dirigée vers un jeu interactif en forêt « l'explor' game ». Equipé d'une tablette, il fallait s'orienter, se questionner, réfléchir, chercher, écouter, marcher, travailler en équipe, coopérer, c'était génial. En immersion totale, j'ai adoré être dans la peau d'une aventurière.

Lors d'une balade nous avons vu des tourbières.

Dans le camping, nous avons une plage privée avec une belle cascade et un coin cosy. J'en ai profité pour tremper mes pieds dans l'eau très fraîche et écouter l'eau ruisseler. C'était mon moment à moi, où j'ai pu me ressourcer. Le dernier jour nous avons eu droit à un superbe feu d'artifice. Quel émerveillement ! Le lendemain nous appréhendions le démontage de la tente, qui est souvent source de tensions, mais là cela s'est très bien déroulé, nous avons fait un super travail d'équipe !

J'ai vraiment apprécié nos vacances, chacun à participé aux tâches quotidiennes sans pression, pour une fois je me suis laissée porter par ma famille en suivant le mouvement.

Amélie





La Boulinière

Quand j'étais petite, je suis partie en vacance avec ma mère et ma sœur à la Boulinière un gîte situé dans les DeuxSèvres.

Lors des premiers jours, nous avons commencé par visiter les ruines d'une ancienne cité romaine. Etant passionnées d'histoire, nous étions ravies.

Néanmoins, on a dû faire la visite en deux jours car la cité était très grande. Nous avons pris pleins de photos.

Ensuite, avec les autres personnes du gîte, nous avons fait une promenade avec les ânes qui vivaient dans une ferme à côté.

Au début, j'ai eu peur des ânes, mais après, je me suis détendue et ça s'est bien passé.

Nous avons également été voir les autres animaux de la ferme.

Le soir, nous avons tous ensemble regardé un film en plein air. Je me rappelle plus trop du film mais nous avons passé un bon moment. A la fin de notre séjour, nous avons « brunché » ensemble.

C'étaient nos meilleures vacances. Nous étions tristes de repartir.

Elsa



Parenthèse ouverte (

Ma vie était une ligne,

Linéaire

Puis j'ai découvert Lil Peep

C'est devenu progressivement un espace de plus en plus grand et funéraire

Comme un entonnoir qui ne cesse de croître.

Puis la création en a découlé,

Tout s'est petit à petit rempli de couleurs,

C'était mon monde.

Après c'est devenu une sorte de jeu vidéo.

Alors cet espace qui grandit de plus en plus devient plein de textures, en 3 dimensions s'il vous plaît.

Puis je cherche encore plus grand.

J'ai réalisé que j'avais besoin d'une personne qui s'y plonge vraiment,

Quelqu'un qui porte aussi son propre monde, ses formes, ses couleurs, ses silences,

Et on nommerait ça « la grande collision de deux mondes » fièrement ...

Mais avant de rencontrer des gens, il faut déjà sortir de chez soi.

Et aujourd'hui, je suis sorti pour aller manger avec Elsa.

Au début je me sentais nul, ne pas savoir quoi dire, alors que le plus important, je l'ai toujours écrit, c'est d'écouter,

Écouter le silence, écouter les moteurs, écouter les oiseaux.

Je faisais croire que je savais mais je ne savais rien, car personne ne saura jamais non plus.

Je quitte ma chambre 1 fois par semestre, donc, la ville, je la connais peu,
On a même écouté une de mes chansons.
Pourtant j'avais peur, mais ensemble, rassuré aussi.

On a découvert un visage familier, comme quoi je connais un peu.
Ce que je connais de mieux, en revanche, c'est le prix d'un sourire.
Le bonheur faut l'payer, pas en euros mais avec des larmes, ouais.
Et mes blagues faut les voir un peu comme une sorte de promotion,
aujourd'hui c'est gratuit ...

Demain tout sera peut-être payant, et aprèsdemain, on sera peut-être plus là
.... Mais

C'est là où j'en suis ...

Là où je vais qui compte ...

Peut-être que la plupart des gens m'auraient trouvé nul alors pourquoi les
humains s'aiment ? Hein ?

Et puis je me rappelle qu'après tout, l'amour n'a pas de raison, ni de
jugement.

Et je me suis senti bien, peut-être un peu aimé.

Et c'est tout ça qui compte.

Rendre fière maman, se battre, aller de l'avant ...

Tout ça, pour un jour, tirer un dernier trait, une dernière parenthèse, puis un
point. C'est l'histoire de nos vies.

Pour ça que j'aimerais que cette parenthèse reste à jamais ouverte (

Axe



L'histoire de la cancoillote

La cancoillote serait née, il y a plus de 2000 ans, alors que la FrancheComté s'appelait la Séquanie, à l'époque des GalloRomains.

En 1880, les HautsSaônois, expatriés au Mexique, suite à une maladie qui a détruit leur vignoble, fabriquaient la cancoillote avec du lait de zébu. C'était fort, mais c'était bon...

La cancoillote ou concoillote est une spécialité fromagère originaire de FrancheComté.

Elle est fabriquée avec le caillé du lait après son écrémage pour la production de crème fraîche et de beurre. Le caillé est récupéré dans de grande toile de tissu et est égoutté et pressé. Ensuite il est chauffé ce qui le rend sec et granuleux et devient ce que l'on appelle le metton. C'est à partir de ce metton qu'est fabriquée la cancoillote. Il faut égrener les blocs de metton afin d'obtenir ce qui ressemble à un crumble grossier puis le délayer dans de l'eau ou du lait tout en chauffant et remuant jusqu'à obtenir la consistance souhaitée puis on ajoute selon le goût de chacun, du beurre ou de la crème ou les deux mais dans ce cas la cancoillote (qui est un fromage très peu calorique) perd de cette qualité mais gagne en onctuosité et l'on peut y inclure des aromates (ail, ail des ours, cumin) ou du vin, jaune de préférence ou d'Arbois comme à l'origine.

Un pot de cancoillote industrielle contient environ 107 calories pour 100 grammes, 0% de glucide (sucre), 2% de chlorure de sodium (sel), 0,01% de cholestérol, 18,3 de protéines et 3,8% de matière grasse. La cancoillote se consomme sur des tartines de pain, chaude ou froide, ou en accompagnement de pommes de terre chaudes servies souvent avec de la saucisse de Morteau ou de Montbéliard pour former ce que l'on appelle une assiette comtoise garnie de salade verte.



Recette pour 4 personnes:

800 g de pommes de terre,

50 g de beurre,

250 g de cancoillotte,

Du sel.

Cuire les pommes de terre avec la peau dans de l'eau salée. Les peler, chauffer à part la cancoillotte avec le beurre et la verser brûlante sur les pommes de terre.

Andrée





Recette du bœuf bourguignon

Ingrédients :

- 1 kg de gîte à la noix, tendre de tranche
- 150 g de dés de bacon fumé
- 2 oignons
- ½ litre de vin rouge
- 2 cuillères à soupe de farine

- 2 cuillère à soupe d'huile
- 1 bouquet garni
- 1 boîte de champignons en lamelles

Recette :

Dans la cocotte mettre de l'huile et faites revenir les oignons émincés et le bœuf coupé en morceaux.

Une fois le tout revenu, saupoudrez de farine, laissez là brunir tout en remuant, puis mouillez avec un verre d'eau. Incorporez les carottes coupées en rondelles. Laissez chauffer et arrosez avec le vin.

Salez et poivrez, et mettre le bouquet garni, couvrez et laissez mijoter 3 heures.

Il est possible de remplacer le vin par du bouillon (soit un cube pour un litre d'eau).

Accompagner le plat de pommes de terre cuites à la vapeur ou à l'eau.

Bon appétit

Cécile



La kpop

La kpop vient de la Corée du Sud. Connue en 1992 avec le groupe « Seo Taiji and Boys », la kpop est un genre musical qui retranscrit notamment le style musical le plus connu de la Corée du Sud : la pop SudCoréenne mais aussi le rap (Krap), ou le rock (Krock). Si je peux conseiller quelques groupes, je conseillerais « BTS », « Black Pink », « Stray Kids » et « Babymonster ».

Pour ma part, mon groupe favori est Stray Kids car leurs musiques sont souvent des sujets profonds tels que « I wanna be myself » (ou en français « je veux être moi-même », paroles de « Levanter ») ou les relations toxiques (« Red Lights » de Hyunjin et Bang Chan de Stray Kids). Mais le groupe est à la base composé de 9 membres : Woojin Kim, Bang Chan (de son vrai nom : Christopher Bahng), Lee Know (de son vrai nom : Lee Minho), Changbin Seo, Hyunjin Hwang, Han Jisung, Felix (de son vrai nom Lee Youngbok), Seungmin Kim et I.N (de son vrai nom Jeongin Yang). Le groupe est basé sur un « Survival Show » ou « émission de survie » en français créée en 2017 par JYP Entertainment et Mnet.

« La Big Three » est composée de « JYP Entertainment », « YG Entertainment » et de « SM Entertainment ». Les groupes les plus connus de ces 3 agences sont TWICE (JYP Entertainment), Black Pink (YG Entertainment) et NCT (SM Entertainment).

Maintenant, revenons à Stray Kids. Le groupe perdra un membre en 2019. Ce dernier se prénomme Kim Woojin et finira soliste à partir de son départ de JYP Entertainment et signera sa nouvelle carrière à « 10x Entertainment ».





Le groupe sortira son premier album depuis le départ de Woojin qui s'intitulera « Levanter » et qui sera composé de :

- Levanter
- Booster
- STOP
- Double Knot
- Astronaut
- Sunshine

Cet album est très conseillé par moi-même car leurs anciennes chansons (de 2017 à 2019) sont très bien et très profondes.

Stray Kids connaîtra un franc succès dès 2024 avec leur titre « Chk Chk Boom » sortie à la sortie du film « Deadpool et Wolverine ».

Stray Kids feront un concert à Paris, puis participeront au « Gala des pièces jaunes » aussi à Paris.

Le fandom (le groupement des fans) se nomme « STAY » qui veut dire « Rester » en anglais. Parmi les membres du groupe vous devez sûrement connaître Felix car il a déjà été ambassadeur de « Louis Vuitton ». Parmi les autres membres du groupe je me souviens qu'il y a aussi Lee Know qui a été ambassadeur de « Gucci », Hyunjin qui a déjà été ambassadeur de « Versace » et Bang Chan qui a déjà été ambassadeur de « Fendi ».



J'aime écouter ce groupe, je me sens comme à la maison. Pour moi écouter Stray Kids, entrer dans le fandom ; signifie « rester fidèle à mon groupe favori ». Alors j'ai signé en tant que STAY, pour la vie entière.

Et vous, aimezvous Stray Kids ?

MayLine



Stray Kids





Stray Kids THE 4TH ALBUM



Récréation

Solution cachecache numéro 5 :



Enigmes
Réponses page

1) Les œufs

Un homme mange un œuf chaque jour pour son petit déjeuner. Il n'a aucune poule chez lui. Il n'achète jamais d'œufs. Il n'emprunte jamais d'œufs. Il ne vole jamais d'œufs. Il n'en reçoit pas en cadeau. Comment fait-il pour manger un œuf par jour ?

2) Les 2 frères

Ce sont 2 frères qui sont nés le même jour de la même année, qui ont le même père et la même mère et pourtant ils ne sont pas jumeaux. Pourquoi?

3) Drôle d'aliment

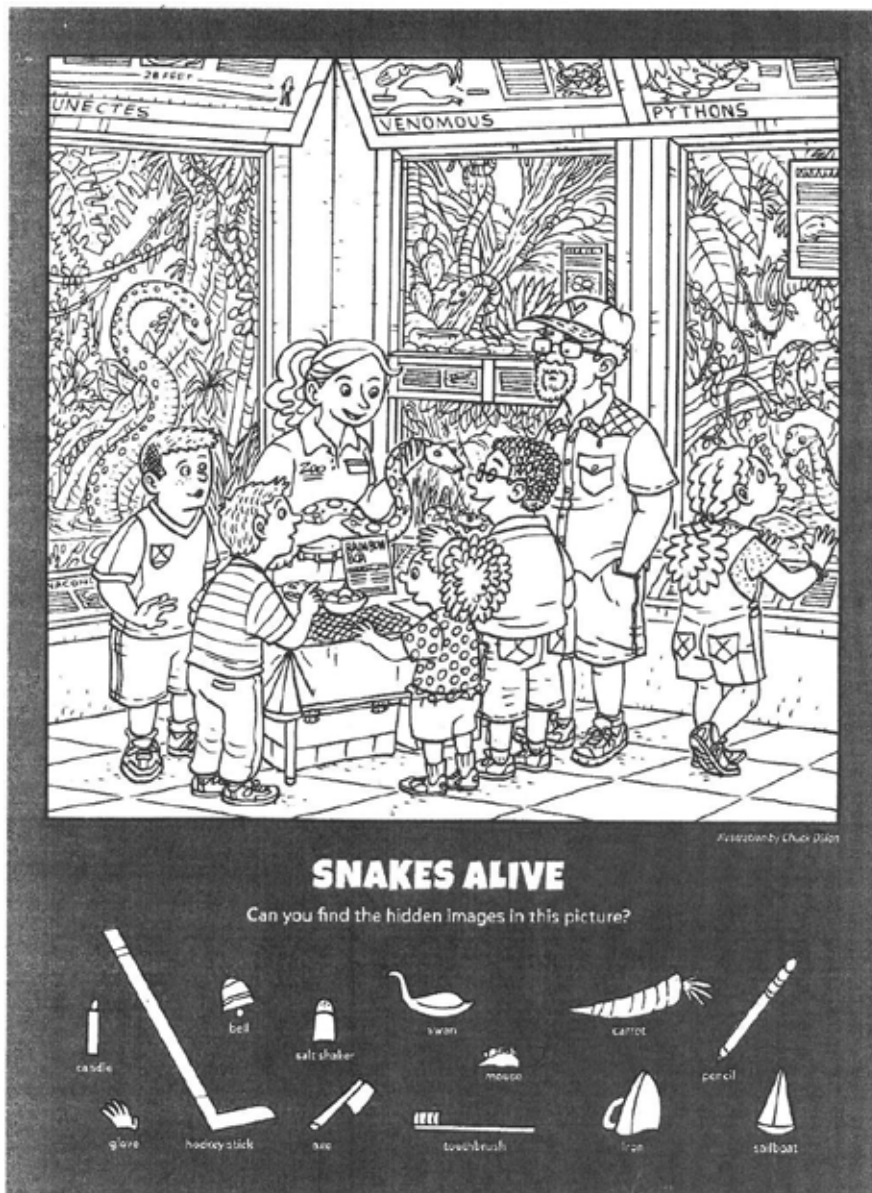
Pour me manger on doit m'enlever l'extérieur, cuire mon intérieur, manger mon extérieur et jeter mon intérieur. Qui suis-je?

4) Toujours chaud

Je suis une nourriture toujours chaude, même un long moment au réfrigérateur ne peut me rendre froide, qui suis-je?



CacheCache



Réponses aux énigmes :

- 1) Il mange des œufs de cane
- 2) Ce sont deux frères qui font partie de triplés, voire quadruplés...
Une autre solution marrante consistait à dire que c'était des frères chat d'une même portée.
- 3) Un épi de maïs
- 4) Le piment



A BIENTÔT !





Le rondpoint de la Libellule

