

la Gazette des seniors



« La Gazette des Seniors »
est participative.
Plus de solidarité, moins
de solitude

Élaborons ensemble
notre journal !

Notre permanence téléphonique est assurée par Monique au 04 93 58 21 24 du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30, pour poser vos questions ou donner vos idées.



SUPPLÉMENT DU JOURNAL MUNICIPAL VENCE & VOUS - JUIN 2021 - N°18

Un dynamisme nouveau avec les seniors

Chers Seniors Vençois,

Ce printemps aura été comme le précédent confiné et perturbant... mais l'été arrive avec son lot de douceur, de chaleur, de soleil et d'espoir.

L'équipe de rédacteurs bénévoles de la Gazette des Seniors est heureuse de vous retrouver comme chaque trimestre pour continuer à partager avec vous, souvenirs, recettes, infor-

mations, photos et astuces, et l'histoire de Vence et des Vençois. Nous voulons cette gazette toujours plus attractive, passionnante et participative.

Rejoignez-nous pour parler de vous, de vos souvenirs, de Vence, de votre jeunesse... et dites-nous ce que vous pensez de cette Gazette et ce que vous aimeriez y trouver. Bonne lecture et bel été.

Informations diverses

Les employées du CCAS continuent à appeler au téléphone tous leurs bénéficiaires ainsi que les personnes qui en ont fait la demande pour s'assurer qu'ils vont bien et leur proposer de les inscrire pour la vaccination.

Une plateforme d'appel téléphonique pour rompre l'isolement et pour le plan canicule (en cas de fortes chaleurs) est mise en place

par le CCAS. Inscrivez-vous auprès du CCAS de Vence, un agent vous contactera pour prendre régulièrement de vos nouvelles.

Le CCAS peut également vous apporter conseils et accompagnements en répondant à toutes vos demandes et inquiétudes. N'hésitez pas à le contacter. Encore un grand merci aux agents

pour leur implication et leur dévouement.

CCAS de Vence
67 avenue Emile Hugues
Mail : accueil@ccas-vence.fr
Tél : 04.93.24.08.90
du lundi au vendredi
de 8h30 à 16h45

> La Vie de nos aînés vençois

Interview de Jeannine et Georges Cesarano

Jeannine Achar est née à Vence au-dessus du bureau de tabac avenue Marcellin Maurel en 1935 et a fait sa scolarité à Vence, à la pension Jarry puis à St Michel ; elle jouait au croquet le jeudi, le samedi après-midi et le dimanche chez les sœurs de Nevers et elle en garde un excellent souvenir. Les sœurs étaient gentilles et il y avait une bonne ambiance. Après l'école et le jeudi, elle allait aussi à l'ouvroir, elle y a appris à coudre et elle participait à des fêtes et des spectacles.

Elle se souvient avoir dû passer un examen au Collège Sasserano à Nice pour rentrer en sixième.

Elle a fait sa seconde au Cours Montaigne dont le directeur à l'époque était Monsieur Naylies puis a passé et réussi le concours des PTT et a été nommée en intérim à Vence ; elle a travaillé six ans à la Poste.

Georges Cesarano est né à Oran en 1937 et est arrivé à Vence en 1955. Quand il sortait du Cours Montaigne pour aller déjeuner, il lui arrivait de croiser Jeannine. Ensuite ils ont fait du basket ensemble puis ne se sont plus quittés...

Ils se sont mariés en 1959 et sont partis à Tlemcen en Algérie où est née leur fille. Georges a fait 30 mois d'armée et Jeannine a travaillé comme institutrice à l'alphabétisation. Ils sont revenus à Vence en 1961 après 3 ans passés à Tlemcen. Georges a commencé à travailler au Crédit Lyonnais puis à la Caisse d'Epargne où il a très vite évolué et il a été muté à Cannes comme directeur.

Ils ont vécu trois ans à Cannes en location car leur fille était au lycée Bristol puis sont revenus vivre à Vence et Georges faisait les allers-retours à Cannes chaque jour pour travailler. Les journées étaient longues et Jeannine et sa fille dormaient souvent déjà quand il rentrait tard le soir...

Les arrières grands-parents de Jeannine avaient un terrain à Vence tout près de la vieille ville et l'ont donné à la Maman de Jeannine. Les parents de Jeannine y ont édifié une maison en 1934 avec quatre copains peintres et quatre copains maçons dont un qui avait fait faillite et leur devait de l'argent... il a construit la maison «gratuitement» pour payer sa dette avant de partir aux Amériques ; personne n'a plus jamais entendu parler de lui.

Jeannine a donc hérité de cette maison où ils y vivent depuis soixante ans.

Ils ont beaucoup joué au basket tous les deux ; il y avait dix-sept équipes de filles et garçons des poussins aux seniors.

Jeannine a commencé en cadettes place du Grand-Jardin sur la terre battue ; ils traçaient le terrain au cordeau avec un clou et de la farine (ou du plâtre)... Puis elle a joué dans toutes les catégories jusqu'aux seniors ; elle a aussi entraîné les plus jeunes au basket club puis a officié comme secrétaire au sein du club.

Georges, quant à lui jouait à Montaigne et a été repéré par Jean Dandrés. Il a également joué longtemps avant d'aider le club en tant que trésorier.



Ils connaissent le centre-ville de Vence depuis toujours et ont des souvenirs plein la tête... comme le maréchal-ferrant de la place du Grand-Jardin, Monsieur Passeron, le forgeron-poète qui bricolait si bien et dépannait tout le monde ; il n'y avait alors que quatre mille habitants à Vence (contre 18 135 en 2020)...

Georges se souvient d'une conversation entendue du balcon de sa belle-mère place Antony Mars au-dessus de la librairie, entre deux personnes de l'hospice de Vence (dont un certain Clément) et un touriste anglais qui cherchait son chemin... aucun des deux n'a été capable de le renseigner et il est reparti dégoûté et convaincu que les Vençois étaient un peu bizarres !

Jeannine et Georges vivent toujours en face de la vieille ville, quelle chance de pouvoir faire ses courses en ville à pied et d'avoir une maison et un petit jardin avec une vue dégagée sur la colline de l'Ara... Ils comptent beaucoup de Vençois de longue date parmi leurs amis ; l'une d'elle habite à deux pas de chez eux et fait partie d'une famille vençoise bien connue, Nicole Falcoz-Montagné, qui fera l'objet d'un article dans la prochaine gazette.



> Au revoir Monsieur Gotta

Dans la Gazette de décembre 2019, nous avons recueilli le témoignage d'un doyen des Vençois, Jean-Baptiste Gotta, que les anciens connaissent sous le surnom de «Jojo». Né en 1923, nous avons fêté le 3 septembre 2020 avec quelques amis, dans son jardin et dans le respect des règles sanitaires, ses 97 ans ; il nous a quittés le 26 mars 2021 pour aller rejoindre sa femme Nelly et ses deux fils. Il va beaucoup nous manquer, lui qui aimait tant raconter le Vence de son enfance qu'il a dû quitter au moment de la 2^{ème} guerre mondiale pour y revenir avec bonheur à la retraite, en 1983.

Ses petits-enfants et arrières petits-enfants nous ont parlé de son courage, lui qui n'a pas eu une vie facile et s'est occupé de sa femme malade pendant 15 ans ; il ne se plaignait jamais et avait toujours le sourire, c'était un homme extraordinairement humain et agréable, avec beaucoup d'humour et de gentillesse.

Au revoir Jojo Gotta, nous penserons toujours à vous avec tendresse et nous ne vous oublierons pas.

> L'ancien Hôtel de Ville

Voici, pour les amateurs d'histoire et les amoureux de notre belle cité, pourquoi il sera important de réhabiliter l'ancien Hôtel de Ville de la Place Surian.

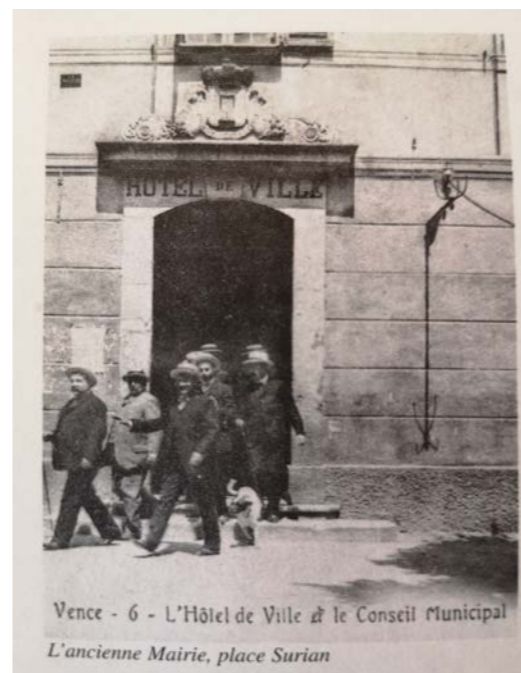
Du milieu du XVI^e siècle à 1771, les réunions des Conseils Généraux (on ne parla de Conseil Municipal qu'à partir de 1789) se déroulaient dans cette maison dite du «Saint Esprit» en référence à un retable réalisé par Jean Étienne en 1540 qui se trouvait dans une grande chapelle au rez-de-chaussée, en entrant, à droite du bâtiment (et qui fut probablement détruit sous la Terreur en 1793). À partir de 1771, l'édifice tombait en ruines et le Conseil dut se dépla-

cer ailleurs dans la cité historique. Pendant ce temps il fut question de racheter à la dernière héritière des Villeneuve, Mme de Vence, son château, sis place Clemenceau, accolé à la cathédrale. L'affaire ne put se conclure et l'on décida de «reconstruire» la maison du Saint Esprit pour en faire un véritable Hôtel de Ville.

Les travaux de réhabilitation furent réalisés entre fin 1786 et septembre 1788. La première séance du Conseil Général dans le nouvel Hôtel de Ville eut lieu le 5 octobre 1788, sous la présidence du «Juge» Charles Antoine Guérin et du maire Pierre Paul André. C'est durant cette même année 1788 que fut aménagée la place Surian, du nom d'un ancien évêque de Vence qui fut aussi académicien.

À partir de 1789, l'Hôtel de Ville a accueilli les séances du Conseil Municipal et ce, jusqu'à l'année 1911, date de l'inauguration de l'actuelle Mairie en lieu et place de l'ancien Évêché qui tombait en ruines. C'est en 1911 que l'ancien Hôtel de Ville a été vendu à la famille de Marius Issert, ancien Maire de Saint Paul de Vence (de 1945 à 1995).

Ce bâtiment vient d'être racheté par la Ville. Véritable richesse patrimoniale et historique, désormais bien endommagé hélas, il mérite toute notre considération et sa façade où sont encore visibles les armoiries de la Ville, mérite aussi d'être restaurée.



> TRUCS, ASTUCES, DÉMARCHES

Pour récupérer un pull en cachemire ou en laine qui a rétréci :

Une bassine d'eau tiède mélangée à 2 cuillères à soupe d'après-shampooing, une serviette éponge et de la patience.

Laisser tremper 2 heures votre pull dans la bassine d'eau tiède avec la dose d'après-shampooing et patientez.

Sans le rincer, sortez-le de la bassine et pressez le pull en cachemire dans la serviette pour le faire sécher à plat en l'étirant doucement au niveau des manches et du corps. Si votre pull a beaucoup rétréci, vous pouvez tirer légèrement sur la maille tout au long du séchage en vous aidant de pinces à linge que vous accrochez sur la serviette éponge.

Soit la première baignade a suffi et votre pull est sauvé, soit vous réitérez l'opération une autre fois tout en douceur pour qu'il retrouve sa taille initiale progressivement.

Les Loisirs de l'été

Le programme complet des sorties du CCAS et des activités de la Maison des Seniors est disponible au CCAS (04 93 24 08 90) ou à la Maison des Seniors (04 93 58 33 87).

● **Aquagym Seniors** tous les mercredis de 12h30 à 13h15 à la piscine de Vence 2€ (inscription obligatoire par tél au CCAS car nombre limité à chaque séance).

● 2 juillet : **Sortie à l'Abbaye du Thoronet.**

● 13 juillet : **Sortie à Aix en Provence** avec visite de la Fondation Vasarely

● 16 septembre : **Sortie aux Baux de Provence** aux Carrières de Lumières.

● Reprise des activités à la Maison des Seniors : jeux de cartes, mosaïque...

● En attendant le retour des actions en présentiel, Silver Fourchette organise **des ateliers de cuisine** en ligne, destinés aux seniors de 60 ans et plus !

Le jeudi 08 juillet, de 10h30 à 11h45 "Manger tout en s'hydratant" : Effiloché de cabillaud à l'huile d'olive et thym citronné, salade de tomates multicolores et oignon nouveau, vinaigrette acidulée au concombre et piment.

Réservation : <https://www.silver-fourchette.org/evenements/atelier-de-cuisine-en-ligne-manger-tout-en-shydratant/>

FORUM BIEN VIEILLIR

Le FORUM BIEN VIEILLIR aura lieu le samedi 16 octobre 2021

Il se déroulera sur la place du Grand Jardin et sur la place Clemenceau de 10 heures à 16 heures. Il est organisé en partenariat avec la MUTUALITE FRANCAISE et la Ville de Vence. Il y aura différents partenaires tels que CARSAT, CPAM, dépistage du diabète, dépistage visuel et audio, CCAS... démonstration de gym seniors, mémoire, activité physique adaptée, nutrition...

23 stands seront répartis sur ces 2 places ; le but de ce forum étant de rencontrer différents partenaires de santé et de faire un bilan personnalisé.

> L'été

LES MOIS DE L'ANNÉE

Juin

A l'époque antique, c'était le quatrième mois du calendrier romain. Son nom vient du latin Junius, donné selon Ovide, en l'honneur de la déesse romaine Junon. Une autre étymologie possible est Junius(mensis), le mois du Lucius Junus, Brutus, le fondateur légendaire de la République romaine. Juin compte 30 jours. On fête les pères au mois de Juin.

Conseils de jardinage : en Juin, replantez vos semis des mois précédents, par exemple les aubergines, les courgettes, les salades. Semez les carottes, chicorée, choux, laitues, haricots verts, radis.

Surveillez la bonne santé de vos arbres et plantes d'ornements, et apportez les nutriments, les traitements et l'eau nécessaires. Conservez leur beauté aux plantes en enlevant les fleurs fanées.

Juillet

Son nom vient du latin Julius en l'honneur de Jules César qui imposa en l'an 44 av. JC le calendrier julien.

Etant le cinquième mois de l'ancien calendrier romain, ce mois se nommait précédemment quintilis.

Pourquoi il y a 31 jours en juillet et août ? : pour qu'il y ait égalité entre les deux empereurs Jules (pour juillet) et Auguste (pour août) car le mois de l'empereur Auguste ne pouvait pas être plus court que celui de Jules César.

Les fêtes nationales se célèbrent en Juillet dans beaucoup de pays francophones, comme au Canada le 1^{er} juillet, en France le 14 juillet et en Belgique le 21 juillet.

Proverbes de juillet :

Juillet ensoleillé remplit cave et gre-



nier.

Si juillet est chaud, prépare tes tonneaux.

De juillet la chaleur, fait de septembre la valeur.

Juillet sans orage, famine au village.

Conseils de jardinage : taillez rosiers et arbres d'ornements dont la floraison est terminée et tuteurez vos tomates.

Août

Le mois d'août est le huitième mois de l'année, et compte 31 jours.

En l'an 8 avant J.C le mois sextilis est renommé augustus en l'honneur de l'Empereur Auguste. Il est le 2^{ème} mois des vacances scolaires dans l'hémisphère nord, avec le départ des août-tiens. La fête nationale Suisse a lieu le 1^{er} août, elle commémore le pacte fédéral de 1291 considéré comme le pacte fondateur de la Suisse.

Proverbes du mois d'août :

Ce que le mois d'août ne mûrira pas, ce n'est pas septembre qui le fera.

Quand Août n'est pas pluvieux, Septembre est souvent radieux.

Au 15 Août, gros nuages en l'air, c'est de la neige pour l'hiver.

Conseils de jardinage d'août : Binez, buttez les haricots et tous les légumes qui en ont besoin. Un bon binage vaut deux arrosages.

Si vous faites des repiquages, mettez les jeunes légumes à l'ombre si nécessaire.

Les Recettes de la Commission

TARTE À LA COURGETTE ET AU CHÈVRE



Pour 6 personnes :

3 courgettes moyennes, 1 chèvre buchette, 50 cl de crème fraîche, 3 œufs, 1 fond de tarte brisée, sel et poivre.

Préchauffer le four à 200°, laver et couper les courgettes en tronçons, les faire revenir à la poêle avec un peu d'huile d'olive et de l'échalote, du sel et du poivre.

Foncer un moule beurré avec la pâte brisée. Piquer la pâte avec une fourchette, répartir les courgettes sur la pâte, recouvrir avec le chèvre coupé en tranches.

Dans une jatte, fouetter les œufs avec la crème, saler, poivrer.

Pour finir, verser sur la tarte et enfourner 30 minutes.



GAZETTE DES SENIORS

Bulletin d'inscription à déposer au CCAS - 67 av. Emile Hugues

Tel : 04.93.24.08.90 - Faites-vous connaître et inscrivez-vous.

Nom :

Téléphone :

Adresse :

Mail :