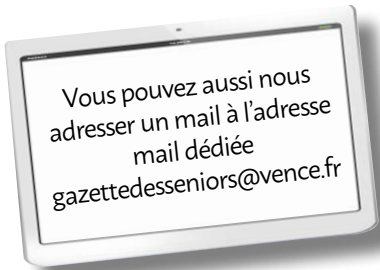


la Gazette des seniors

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

Élaborons ensemble
notre journal !

Notre permanence téléphonique est assurée par Mireille au 06 42 07 78 73 / 06 13 60 16 22 du lundi au vendredi de 9h30 à 16h30, pour poser vos questions ou donner vos idées.



SUPPLÉMENT DU JOURNAL MUNICIPAL VENCE & VOUS - MARS 2024 - N°29

Un dynamisme nouveau avec les seniors

Chers Seniors Vençois,

L'équipe de rédacteurs bénévoles de la Gazette des Seniors vous souhaite une bonne année 2024, une bonne santé, et beaucoup de joies et de douceur avec ce début de printemps.

Nous sommes heureux de vous retrouver pour échanger, partager recettes, as-

tuces, loisirs et sorties mais aussi mieux connaître Vence au travers des souvenirs de ses anciens.

N'hésitez pas à vous joindre à nous pour participer à cette belle aventure et élaborer de nouveaux articles.

Bonne lecture et beau printemps.

AGENDA

LES LOISIRS DU PRINTEMPS

La Villa des Seniors 24, rue Henri Isnard – 04 89 15 85 26
Mail : villadesseniors@ccas-vence.fr
Le programme complet des sorties et des ateliers est disponible au CCAS ou à la Villa des Seniors ; pour les inscriptions aux ateliers, activités et sorties, s'adresser à la Villa des Seniors.

LES ATELIERS DE LA VILLA DES SENIORS

5 € par semaine par participant pour toutes les activités de la Villa.

- **Atelier mosaïque** : le lundi et le vendredi de 9h à 12h.

- **Jeux de société** : le mardi et le jeudi de 13h30 à 17h30.

- **Atelier création & couture** le lundi et mercredi de 13h30 à 17h30.

- **Prochainement** : ateliers sophrologie, tennis santé, informatique, marche active, MPVB (motricité par la voix et le bien-être).

LES SORTIES DU CCAS

- **Mardi 19 mars** : Cannes, matinée et déjeuner libre en minibus et covoiturage, visite de Cannes en petit train.

- **Jeudi 18 avril** : Palais Nikaia « Lac des Cygnes », spectacle à 20h (tarif : 35 € + 5 €).

- **Mardi 7 mai** : Art au pays de Fayence, à Tourrettes dans le Var, déjeuner au restaurant, balade artistique matin et après-midi (45€), inscriptions le 8 avril.

- **Mercredi 5 juin** : Impéria et Alassio en bus (45 €, repas compris), inscriptions le 6 mai.

- **Jeudi 25 juillet** : Train à vapeur, départ en bus jusqu'à la gare de Nice pour voyager à bord du train vapeur jusqu'à Annot. (45 € repas compris), inscriptions le 3 juin.

Renseignements et pré-inscriptions auprès de la Villa des Seniors.

> La Vie de nos aînés

INTERVIEW DE MONSIEUR JEAN-MARIE RAMI

Pour ce nouveau volet de la vie d'un Vençois, Monsieur Jean-Marie RAMI, né le 27 juillet 1938 à Vence a eu la gentillesse de nous raconter son enfance à Vence pendant la guerre, ses souvenirs de la Libération, puis son adolescence et sa vie d'adulte dont 28 mois pendant la guerre d'Algérie.

Jean-Marie est allé à l'école à St Michel pour les années primaires et au collège, il a eu Monsieur Fernand Moutet comme instituteur (celui-ci fut par la suite professeur d'anglais), puis a fait un doctorat sur Louis Funel et sur l'Occitanie à la Faculté des lettres, sur les conseils de la fille de l'académicien André SIEGFRIED.

Il a pratiqué le foot, le basket avec Monsieur Jean Dandreis et la natation dans le Malvan et dans la Cagne. Lorsqu'il avait 6 ou 7 ans, il se souvient avoir vu son oncle, très malade et recherché par la Gestapo, sortir habillé en femme accompagné de sa mère et de sa sœur pour pouvoir prendre l'air avant de disparaître pour rejoindre le maquis d'Entrevaux.

Il habitait en face du Henry's bar que les résistants ont fait sauter et il a reçu des débris de verre sur son lit qui était juste devant la fenêtre sans même recevoir une égratignure.

Il raconte :

« Un autre souvenir qui m'a beaucoup marqué ; un jour, peu de temps avant la Libération, je jouais avec mon copain Jeannot Audibert, nous sommes allés chez lui rue des Arcs, il n'y avait personne et Jeannot me dit : «viens on va s'amuser dans le grenier» (ce grenier servait à l'époque pour y mettre le foin (ferniero)).

Nous sommes montés par l'échelle, nous avons soulevé la trappe et poussé un cri de terreur. Il y avait deux soldats allemands allongés dans le foin : ils ont certainement eu aussi peur que nous.

Nous sommes bien vite redescendus mais au bas de l'échelle se tenait le père de Jeannot. Il nous a pris tous les deux par le bras et en nous secouant il a dit à son fils «Toi si tu parles, tu ne nous revois plus, et toi petit Rami tu as intérêt à te taire, tu as compris ? Tu n'as rien vu » et j'ai promis « non, non



Monsieur Audibert je n'ai rien vu».

Le fin mot de l'histoire, je ne l'ai appris que bien des années plus tard quand j'ai rencontré le beau-frère de Monsieur Audibert, Léon Raybaud «Tu as une mémoire sensationnelle me dit-il, c'est exact : c'était des déserteurs de l'armée allemande, l'un était polonais et l'autre roumain. C'est un peu après votre découverte que je les ai amenés jusqu'à Cannes par les bois de la Sine pour éviter les patrouilles».

Il se souvient du jour de la Libération de Vence, le 27 août 1944 lorsque les Canadiens (que tous avaient pris pour des Américains) se sont arrêtés devant l'hôtel Falcoz place du Grand Jardin, prenant celui-ci pour la Mairie car le drapeau français flottait devant l'hôtel. Ils se sont vu offrir à boire par Madame Falcoz et ont été fêtés comme il se doit, étant les premiers à entrer dans Vence. Tous les enfants avaient de petits drapeaux en papier et Monsieur Audibert, résistant et papa de son copain Jeannot, portait mitraillette et grenade à la ceinture.

Quelque temps après la Libération, Jean-Marie est allé avec son copain Roger Letailleur dans le jardin que ses parents cultivaient rue Clos de Laure. Au fond du jardin il y avait un petit cabanon qu'ils se sont empressés d'explorer : sous un tas de vieilleseries ils ont découvert une valise en fer qui contenait des grenades à manche allemandes ; ils se sont amusés à se les envoyer... complètement inconscients du danger !

Le père de Jean-Marie avait une entreprise de taxis et connaissait beaucoup d'artistes, ce qui a amené Jean-Marie à côtoyer Marc Chagall avec lequel son père discutait au café de la Victoire, et Henri Matisse, Gordon Craig, Witold Gombrowicz, Jean Carzou (que Jean-Marie a conduit à Evian lorsqu'il a commencé à travailler avec son père), l'artiste peintre Mademoiselle Isabeau, Simone Signoret, Fernand Sardou...

En emmenant une dame âgée chercher sa petite-fille à la gare de Nice en provenance de Verdun, il a fait la connaissance de celle-ci, Marie-France, qui deviendra sa femme... ils se sont plu et se sont mariés en septembre 1965 à la cathédrale de Vence.

Jean-Marie a monté le Théâtre Provençal avec Lou Cepoun (dont il a été président pendant 39 ans), a écrit et joué trente-trois pièces en provençal et des nouvelles.

Il a été à l'origine de l'association l'UNC AFN avec Jean Ghiglione et Alphonse Linarès et il est très fier d'avoir fait ériger une stèle au cimetière de Vence pour les cinq vençois morts à la guerre d'Algérie avec l'aide de l'élus Jean Dandreis et de l'architecte Desprès.

Jean-Marie se souvient de toutes les fêtes à Vence, et en particulier au mois de mai les fêtes qu'on appelait les «mais» et qui avaient lieu dans les quartiers de la Basse Fontaine, place du Frêne et quelquefois dans l'avenue Marcellin Maurel. Il se souvient aussi des séances de cinéma à l'Alhambra et du dancing la Cocarde.

Il habitait avec sa femme une bastide provençale chemin des Cambreniers, où Jean Carmet a goûté le vin de leurs vignes, il l'avait tellement apprécié qu'il a dit en repartant qu'il avait le c.. lourd !

Monsieur Rami est titulaire de l'Ordre National du Mérite, de la Croix du Combattant, du titre de Reconnaissance de la Nation et de la médaille d'Algérie.

Un grand merci de nous avoir reçus si gentiment, Monsieur Rami, et d'avoir partagé avec nous vos souvenirs de Vence autrefois.

Si vous désirez plus de détails et des photos, un fascicule sur les souvenirs d'enfance de Jean-Marie Rami pendant la guerre 39-45 est disponible au local du Souvenir Français sous la Mairie de Vence.

> Frédéric Mistral

Frédéric Mistral (1830-1914)

Le souvenir de Frédéric Mistral est entretenu à Vence par le nom donné au petit square inauguré en 1930, année du centenaire de la naissance du grand félibre (1830-1914) près de la chapelle des Pénitents Blancs, avec une inscription extraite du chant X de « Mireille » :



«Desempier Arlo jusqu'a Venço

Escoutas me, gent de Prouvenço »

Deux vers qui relient notre cité millénaire à la Provence de Mistral, dont elle devient symboliquement la « limite » orientale et qui la situent géographiquement.

Le médaillon de bronze avec le portrait de Frédéric Mistral est de Victor Tuby. Celui-ci, félibre et sculpteur, qui créa l'Académie Provençale de Cannes dans les années 20, troupe folklorique qui venait à Vence, pour les fêtes de Pâques notamment pour la danse de la souche ; le relais a ensuite été pris par « La Brissaudo » après sa création en 1971 par les époux Baldelli et qui se poursuit depuis pour le plus grand



plaisir des amoureux des traditions provençales.

Le banc de pierre provient du jardin de l'ancien Grand Séminaire de l'avenue Toreille, un don de M. Bono propriétaire à l'époque de «Vence Sports». Rappelons que durant quelques années au milieu du XX^e siècle l'une des devises de la ville fut : «Venço, toujours Prouvenço». 110 ans après le décès de Mistral, ce petit clin d'œil est une belle occasion de saluer sa mémoire.



> Les Recettes de la Commission

RECETTES DE PRINTEMPS Omelette aux pommes

INGRÉDIENTS / INSTRUMENTS :
2 poêles - un plat long pour présenter
1 pomme Chanteclerc ou Golden/pers
2 œufs/personne - Sel, poivre
Huile d'olive ou de colza

PRÉPARATION :

- Peler les pommes, les découper en lamelles comme pour une tarte.
- Les faire fondre et dorer à feu doux dans une poêle (environ 10/15mn)
- Pendant ce temps, battre les œufs (on peut y ajouter un peu de lait ou de

la crème)... saler, poivrer
Maintenir au chaud.

- Cuire l'omelette dans la seconde poêle en la gardant un peu baveuse (selon vos goûts).
- Sans casser l'omelette, glisser la moitié sur le plat long.
- Incorporer les pommes chaudes, replier l'autre moitié comme un chausson - Servir aussitôt.

NB - Cette préparation peut être un entremets, on la sale et la poivre alors, ou peut être servie en dessert, saupoudrée de sucre et même flambée.

- Personnellement, je cuis l'omelette juste quelques minutes avant la fin de cuisson des pommes et, pour moi seule, je jette les œufs directement sur les pommes en ajoutant un morceau de beurre pour le goût (l'huile empêche le beurre de brûler).

- C'était le déjeuner du jeudi chez ma grand'mère, un délice.

Claude A.



CONFÉRENCES : L'UNIVERSITÉ DANS LA VIE DU PAYS VENÇOIS

> Informations diverses

Université dans la Vie du Pays Vençois, cycle de conférence 2023/2024 association culturelle à but non lucratif.

Adhésion Individuelle annuelle 30 €, couple 50 €, membre bienfaiteur 40 €

Présidente Mme Françoise Messineo : 06 28 18 53 70

mail : francoise.messineo@gmail.com

Les conférences ont lieu les vendredis à 15h dans la salle de la Médiathèque Municipale.

Le programme est affiché à la Médiathèque, à l'Office de Tourisme; il est diffusé dans Nice-Matin, dans l'agenda du site Internet de la Ville de Vence et Vence info mag.

> Lecture du printemps

Annie Ernaux

Prix Nobel de littérature

Les années

« Les années » d'Annie Ernaux :

Sur cette photo ancienne, qui sait si la petite fille en maillot de bain foncé qui pose sur une plage de galets n'est pas l'une d'entre nous ? Avec son épaisse natte brune sur la poitrine et l'autre dans le dos ? Oui, je l'ai rencontrée, cette petite fille. Elle allait avoir neuf ans, adorait les jeux interdits, sauter sur les lits et faire de la balançoire la tête en bas !

Comme toutes les petites filles ! Elle lisait la Bibliothèque Verte et découvrait avec sa maman les inventions

qui devaient simplifier la vie ou changer les habitudes : le stylo Bic, servir des poires au sirop plutôt que des fruits frais... Disait " vachement " dans toutes les phrases, appelait les parents " les croulants"...

Annie Ernaux, prix Nobel de littérature, fait un tableau touchant des souvenirs d'une enfance provinciale remplie d'espoir, de ses années d'étudiante et de professeur jusqu'à aujourd'hui.

Josette G.



LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (C.C.A.S.)

Le CCAS anime l'action sociale sur le territoire en informant les habitants sur leurs droits. Recevoir, écouter, informer, orienter et accompagner, telles sont les principales missions. Une veille sociale est assurée afin de contacter téléphoniquement toutes les personnes qui le souhaitent et qui sont inscrites sur le registre tenu par le CCAS. 67, avenue Emile Hugues – 04 93 24 08 90

> Trucs et astuces de Mireille

Ça sent bon ici ! Le saviez-vous ?

Pour gommer l'odeur de brûlé dans le micro-ondes, faites bouillir de l'eau citronnée pendant 2 mn.

Attendez au moins 20 mn avant d'ouvrir la porte, puis nettoyez les parois avec une éponge.

Pour un four traditionnel, faites cuire des branches de thym sur la plaque.

Haro sur le frigo

Pour éviter les mauvaises odeurs mélangées dans le frigo, placez un petit bol rempli de marc de café dans un coin de votre réfrigérateur.

Même principe avec le bicarbonate de soude.

Le saviez-vous ?

Pour gommer les odeurs d'humidité dans votre sac de sport ou vos tennis, utilisez le bicarbonate de soude. Saupoudrez-en l'intérieur et laissez agir toute la nuit avant de bien secouer, bonus : cela évite aussi les champignons.

Pour démêler facilement une chaîne emmêlée, saupoudrez-la de talc. Vous aurez plus de facilité à "défaire" les nœuds. Et la prochaine fois, pensez à fermer la chaîne pour éviter tout imbroglio !

Mireille V.

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 en

nous précisant si vous désirez :

1. recevoir notre gazette par mail
2. y participer
3. envoyer des idées d'articles
4. participer au Repair Café

Nom :

Téléphone :

Adresse :

Mail :