

EDITO

Dans ce numéro :

Edito	1
Sorties 2023	2
Spectacle/Projets	3/4/5/6
Infos diverses	6/7/8
Lecture	9
Histoire	10
Prestataires	11
Recette	12



Bonjour,

2023 se termine. Cette année fut très riche en promenades, visites et sorties diverses, en passant par notre voyage annuel en Andalousie, notre séjour à Lisbonne et de nombreuses découvertes de nos régions de France, présentés au fil de ce journal.

Par ailleurs la progression de notre section a été remarquable, en effet 30 nouveaux retraités nous ont rejoints.

Nous avons également eu notre Assemblée Générale le 16 novembre. Elle s'est déroulée au Centre Hospitalier Sud Francilien. Monsieur Djedai (Directeur Adjoint) nous a accueilli. Monsieur Toullalan ainsi que Françoise Llense étaient présents et ont pu rencontrer les 62 adhérents de notre section qui étaient présents.

Nous avons terminé l'année avec notre repas de fête offert à nos adhérents par notre section.

Le bureau se joint à moi pour vous souhaiter de très belles fêtes de fin d'année. Profitez bien de vos proches et nous vous donnons rendez-vous l'année prochaine pour continuer cette belle aventure



Amitiés
Florence



NOS SORTIES 2023

CHATEAU DE ROSA BONHEUR A THOMERY LE 24 MARS 2023



Le château de Rosa Bonheur, labellisé *Maison des Illustres*, nous a proposé, de par son authenticité et son offre culturelle, une expérience inédite. La forme métissée : (demeure, atelier, musée, art et jardin), permet une immersion totale dans la vie et l'œuvre de Rosa Bonheur. Nous avons été invités à pénétrer dans l'atelier de l'artiste comme si elle y vivait toujours, sans barrière, sans mise en scène ni dispositif de muséographie. Tout est authentique, rien n'a été refait. Nous avons terminé la visite par un thé/café gourmand.



CITE UNIVERSITAIRE A PARIS LE 30 MARS 2023

Visite guidée de la Cité Universitaire et des salons exotiques de ses pavillons (partie est). Présentation de la Cité et de son histoire devant une maquette grandiose. Un tour du monde architectural dans un parc où se côtoient des pavillons de style national et de style moderne. A l'origine, une utopie née dans des milieux alsaciens pour permettre à l'élite de la jeunesse du monde entier de fraterniser et éviter un nouveau conflit mondial.

BAIE DE SOMME LE 18 AVRIL 2023



Nous avons découvert le Parc de Marquenterre situé au cœur de la Réserve Naturelle de la Baie de Somme. Nombre d'oiseaux migrateurs et cigognes étaient présents. Puis balade à bord du chemin de fer pour musarder du Crotoy jusqu'à Saint Valery. Toujours dans la joie de partager cette journée de sortie collective et conviviale autour de la Baie de Somme.



LISBONNE DU 08 AU 10 MAI 2023



La visite d'une capitale Européenne nous a conduit cette année à Lisbonne.

Séjour libre où nous avons eu l'occasion de visiter le centre-ville de Lisbonne : les vieux quartiers de l'Alfama et du Chiado. Nous avons également sillonné les rues étroites et escarpées de la ville à bord du fameux tram jaune 28, visiter la célèbre tour de Belém, le Monastère des Hiéronymites et bien évidemment avec

arrêt dégustation des si renommés « Pasteis de Nata de Belém ». Les 31 adhérents ANHR ont apprécié cette escapade de 3 jours.



DEJEUNER AU RESTAURANT LE HOGGAR LE 09/06/2023

Un moment convivial autour de mets d'orient savoureux !



MILLY L'ATELIER DES FLEURS LE 17/06/2023

Une belle journée au milieu des plantes

RANDONNEE ET PIQUE NIQUE EN FORET DE SENART LE 10/08/2023

Après l'effort, le réconfort !



RANDONNEE EN FORET DE BARBIZON LE 17 NOVEMBRE 2023



VOYAGE EN ANDALOUSIE DU 13 AU 20 SEPTEMBRE 2023



Les rois et la reine de la trottinette

Notre voyage annuel 2023 s'est déroulé au Kappa Club située à PUNTA UMBRIA, près de HUELVA, Andalousie. Visite de Séville traversée par le Guadalquivir. Les quartiers anciens du moyen âge, la Cathédrale Notre Dame bâtie sur l'emplacement de l'ancienne mosquée et dont l'ancien minaret du 12^{ème} siècle, la Giralda, a été transformé en clocher. La place



d'Espagne construite en style Renaissance pour l'exposition de 1929. Le lendemain excursion dans la province de l'Algarve, au Portugal. Nombreuses soirées conviviales et joyeuses : Soirée Blanche, Karaoké. Ainsi que des activités diverses : pétanque, trottinette. Sans oublier les retrouvailles de tous chaque soir autour de l'apéro.



SENAT PALAIS DU LUXEMBOURG 29 SEPTEMBRE 2023

Ce superbe bâtiment fait partie du Patrimoine Français. Nous y avons reçu un très bon accueil et nous renouvelons nos remerciements à Ismael (Attaché Parlementaire) qui nous a permis de passer une magnifique journée.



HEMICYCLE

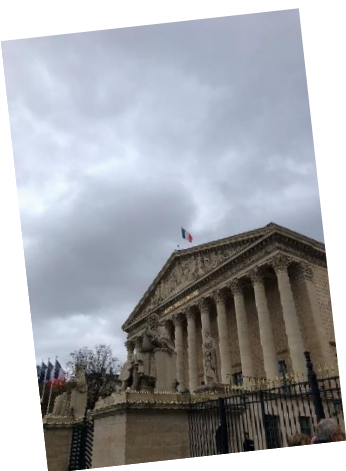
DOUAI & LEWARDE LE 06 OCTOBRE 2023

Après une visite guidée de Douai, à l'ancienne cité minière « La Clochette » classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, et sur le terril de l'Escarpelle, le plus haut du département du Nord, nous nous sommes rendus au Centre historique minier de LEWARDE. Après un déjeuner sur le site de la fosse Delloye au restaurant « Le Briquet », l'après-midi a été consacrée à la visite des galeries minières. On y découvre avec émotion le quotidien du mineur et de sa famille ainsi que l'histoire de 270 ans d'exploitation du charbon.

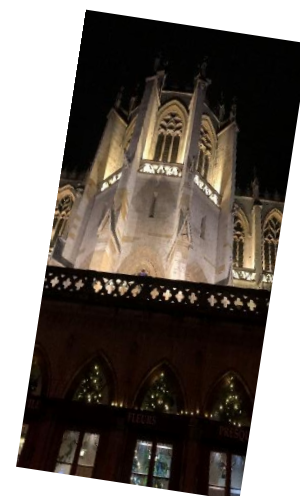


ASSEMBLEE NATIONALE PALAIS BOURBON LE 24 NOVEMBRE 2023

Après le Sénat, une visite également bien appréciée de l'Assemblée Nationale.



LES HOSPICES DE BEAUNE ET LA FETE DES LUMIERES A LYON LES 07 ET 08 DECEMBRE 2023



Après un déjeuner à Beaune et une visite guidée de l'Hôtel Dieu où nous avons pu admirer ses somptueuses toitures décoratives en tuiles vernissées, son incomparable architecture et ses enchères de vin des Hospices mondialement connues. Puis nous avons mis le cap sur Lyon pour profiter de la Fête des Lumières où la magie se renouvelle chaque année et où la ville se pare de ses plus belles couleurs.

Le lendemain, la visite guidée du vieux Lyon nous a fait découvrir la Primatiale Saint-Jean (1180-1480), les ruelles étroites et les places bordées par la maison du Chamarié, l'Hôtel du Gouvernement, l'Hôtel de Gadagne et la Loge du Change, les escaliers à vis, les cours intérieures, les galeries à l'italienne et enfin les fameuses traboules. Après un déjeuner dans un bouchon lyonnais et un peu de shopping, nous avons repris le chemin du retour. La joie et la bonne humeur ont régné dans le groupe durant ces deux journées !

REPAS DE FIN D ANNEE LE 14/12-/2023

Repas très convivial dans une ambiance joyeuse et animée. Cette année la Section ANHR a souhaité inviter et réunir tous les adhérents pour ce repas de fête. 60 personnes étaient présentes.



VISITE DU CHATEAU DE VAUX LE VICOMTE LE 15/12/2023

Après la visite des équipages du parc décoré pour l'occasion avec de multiples créations et automates, nous avons pu apprécier un goûter au restaurant l'Ecureuil. Nous avons continué la visite par l'intérieur du château : les décors somptueux jalonnent le parcours. Les salons d'apparat sont tous mis en scène sous le crépitement des feux de cheminée

« *Le roi arrive demain* » 1000m2 de façade magnifiée par une projection monumentale un spectacle incontournable une multitude de tableaux plus somptueux les uns que les autres s'enchaînent pour faire vivre un moment historique du château



SPECTACLES MUSICAUX

Le nouveau spectacle des ZICOS est programmé du 23 au 28/02/2024



Le nouveau spectacle de l'équipe Zicorama arrive ! Il aura lieu à St Geneviève des Bois en Essonne. 31 chanteurs, 13 musiciens, de la danse, des vidéos, des mises en scène, des costumes, des décors... et des tubes, de toutes les époques et tous les styles



Pour réserver vos places :

Sur le site : <http://www.zicosite.fr>

En ligne <https://billetterie.festik.net/les-zicos/tab/spectacles/>

À Auchan / Villebon

Au service culturel de Ste Geneviève des Bois / 01 69 51 51 31 Au 06 26 05 38 28

- 7 représentations du 23 au 28/02/24 dans la salle Gérard Philippe de Ste Geneviève des bois
 - Vendredi 23 Février 2024 / 20h30 - Samedi 24 Février 2024 / 15h30 et 20h30
 - Dimanche 25 Février 2024 / 15h30 - Lundi 26 Février 2024 / 20h30
 - Mardi 27 Février 2024 / 20h30 - Mercredi 28 Février 2024 / 20h30

Prochains spectacles de la troupe Pep'Harmony :

Le 30 mars 2024 à Egly : séances à 14h et 20h

Le 04 mai 2024 à Lisses : séances à 20h



PREVISIONS POUR 2024

- Séjour à VIENNE du 23 au 25 mai 2024
- Voyage au MONTENEGRO du 22 au 29/09/2024
- Cité Internationale de la langue française au château de Villers Cotterêts *Date à déterminer*
- Le MANS et son circuit mythique *Date à déterminer*
- Le PUY DU FOU *Date à déterminer*
- Les Floralies Internationales mai 2024 *Date à déterminer*
- Noel en FLANDRE : LILLE et BRUGES décembre 2024
- Sorties/visites à PARIS
- Randonnées diverses



L'ANHR c'est également le partage de nombreuses autres activités :

Le mardi pour les jeux de carte (Tarot)

Le jeudi : Cours d'Anglais, atelier chant, danse, sophrologie, travaux de couture et tricot font toujours autant d'adeptes ainsi que les balades à la découverte de notre patrimoine, ou tout simplement le plaisir d'échanger autour d'un café ou d'un thé et quelques pâtisseries



C'est aussi s'associer avec le personnel de l'EHPAD pour aider l'animatrice dans des moments de partage avec les résidents (loto, anniversaires, etc..) ainsi que la participation à la remise en état des vêtements des résidents (petits travaux de couture). Création de cartes de Noel pour les résidents, et après-midi crêpes.

Le 24 Juin 2023 Fête de l'été avec les résidents de l'EHPAD animée par la troupe Peps Harmony sous le soleil. Un moment de partage très agréable.



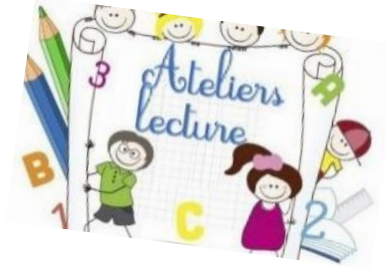
SPECTACLE DE NOEL 21/12/2023

Danses et chants de Noel par les adhérents de l'ANNHR pour les résidents de l'EHPAD. Très belle après-midi appréciée de tous.



Rejoignez-nous également sur notre Site internet : <https://www.anhr9177.fr/>
Et notre page Facebook : ANHR SECTION 91/77

NOTRE PAGE LECTURE



Les dominos de la vie est un livre de Laure Manel de 384 pages. Amélie vient de remporter une épreuve médicale. La vie est belle et elle le sait plus que les autres. Mais, suite à ce bouleversement, elle porte un autre regard sur sa routine. Ce n'est pas un livre triste mais au contraire, il donne envie d'aller plus loin dans son quotidien.

Nicole



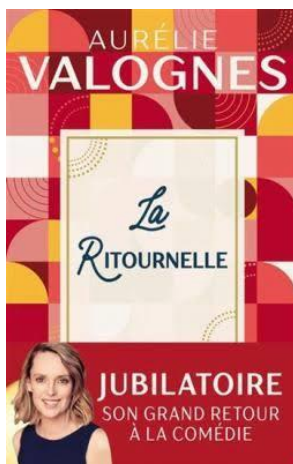
Le tourbillon de la vie.

Des êtres brisés par leur histoire personnelle se retrouvent accueillis dans un refuge par un couple qui ont eux aussi un parcours de vie difficile. Ils arrivent tous ensemble à se reconstruire grâce aux bienfaits de la nature. Le temps d'un été, Arthur et son petit-fils rattrapent les années perdues. Plus de 60 ans les séparent, mais ensemble ils vont partager les souvenirs de l'un et les rêves de l'autre. Le bonheur serait total si Arthur ne portait pas un lourd secret.

Un roman sur le temps qui passe, la transmission et les plaisirs simples qui font le sel de la vie...

Entre émotions, rire et nostalgie, Aurélie Valognes nous touche en plein cœur

Nicole



La Ritournelle d'Aurélie Valognes :

Livre à lire en ce moment des fêtes de fin d'année ! Oui les fêtes à préparer sont parfois des moments de tensions et au moment du repas, les conflits familiaux ressortent. Evidement Aurélie Valognes nous écrit tout ça avec de l'humour. Un plaisir à lire...

Nicole

PAGE D'HISTOIRE

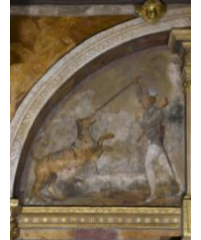
La bête du gâtinais

Jusqu'au début du siècle dernier l'invasion des loups est un fléau en France. Bien que sa principale cible reste le gibier ou le bétail, il peut s'attaquer aux humains affaiblis en périodes de disette.



Lors des travaux de déforestation entrepris dans le Haut Moyen-Age, il se rapproche des habitats. Pour protéger la population, en 813, Charlemagne nomme des louvetiers : officiers chargés des équipages et de l'organisation de la chasse au loup. Des battues sont organisées et des primes octroyées à celui qui en tuait ou en piégeait un, et ce jusqu'au début du XX^{ème} siècle.

Dans la monographie de Courances : « Le 6 janvier 1885, un loup est tué dans les bois de Thurelles. Le héros de cet exploit, l'ayant conduit à la préfecture, reçoit la prime de 100 F allouée pour cette action d'éclat... ».



Anecdote légendaire survenue en 1548 à Milly la forêt où un gentilhomme, Sébastien de Rabutin tua un fameux « loup-cervier » qui désolait la région.

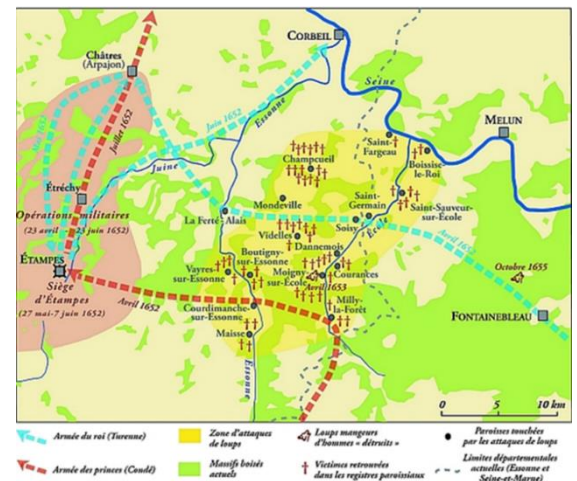
Fresque représente l'exploit du gentilhomme
(Château de Fontainebleau)

En 1652, l'Île de France est en proie aux ravages de la Fronde des Princes. Les troupes royales ont assiégé Etampes, ville occupée par l'armée des Princes : la cité est dévastée, en ruines, dans les rues gisent de nombreux cadavres laissés sans sépulture. Il en est de même pour les terres alentours. Attirés par l'odeur du sang, les loups dévorent les morts mais s'attaquent aussi aux vivants affaiblis par le manque de nourriture et les maladies, sur un territoire de chasse qui s'étend dans une partie du Gâtinais. Chassés, les monstres vont être abattus petit à petit, mais le péril durera près de 5 ans. La région bénéficiera de l'aide de Vincent de Paul qui va organiser l'ensevelissement des corps et créer des hospices et hôpitaux pour les pauvres et les malades.

A cette époque naît la légende de la « **Bête du Gâtinais** ».

Le 17 août 1652, une 1^{ère} victime « mangée et dévorée par la bête ravageant tout le pays », est mentionnée à Champcueil (14 vont suivre), puis d'autres dans les paroisses voisines.

Le curé de Videlles a jugé bon d'ajouter à la suite d'un acte de décès du 16 août 1654 : « Il est ici nécessaire de laisser par écrit, s'il était possible de le faire, le nombre des enfants, petits et grands, femmes même fortes et grandes, que deux bêtes farouches, loups ou louves, qui avaient mangé des corps morts au siège de la ville d'Étampes l'année 1652, [dévorèrent à] Videlles, Mondeville, Moigny, Courances, Dannemois, Soisy, Boutigny, La Ferté-Alais, Saint-Germain, Courdimanche et jusque près de Milly et quantité d'autres paroisses que je ne nomme pas. Il y eut bien trois ou quatre cent personnes mangées, dévorées, mises en pièces. Cela dura trois ou quatre années. »



Le 18 avril 1653, près de Moigny, est abattue une des bêtes monstrueuses faisant des ravages dans la région que de nombreux témoins affirment avoir vue.

Les attaques de loups ressurgirent en Essonne de 1692 à 1693, notamment à Marcoussis et St Jean de Beauregard. Les faits parviennent à la cour de Versailles, où Charles Perrault en aurait eu vent et s'en serait inspiré pour moderniser une légende déjà connue dans la tradition orale des pays européens et écrire le célèbre conte « Le Petit Chaperon rouge ». (Article du Parisien du 3 mars 2017).

Les loups finirent par disparaître du territoire au début du XX^{ème} siècle. En 1906, à Dannemois, le loup apparaissait toujours sur la liste des animaux à détruire, ce qui laisse supposer qu'il était encore présent. Un article de l'Abeille d'Étampes relate la destruction d'un loup à Milly la Forêt en novembre 1917.

En mémoire d'une présence de l'animal, des rues de la fosse au loup à Bondoufle ou Chailly en Bière, la Louvetière à Dannemois, le Saut du loup dans le parc de Villeroy à Mennecy ou le domaine de St Jean de Beauregard, le rocher du saut du loup à Nainville les Roches, rue du saut du loup à Tigery, Courances, Gif sur Yvette, Morêt sur Loing, la mare au loup à Soisy sur Seine ou St Fargeau Ponthierry, les gorges aux loups en forêt de Fontainebleau, etc....

Venu d'Italie, depuis 1992 le loup est à nouveau présent en France. Progressant vers le Nord, il s'est désormais établi dans quelques forêts d'Île de France.

Sources : Histoire de loups d'Étampes à Fontainebleau Dannemois se Raconte 2019

Claudine

INFORMATIONS DE NOS PRESTATAIRES

MNH

Contact :
Séverine DESMOTTES : Mutuelle & Prévoyance



Tél : 07 87 23 81 27

Mail : severine.desmottes@mnh.fr

CGOS



Depuis le 01 janvier 2023 tous les retraités bénéficient des mêmes avantages que les actifs :

Aides exceptionnelles remboursable ou non, logement. Billetterie, avantages conso, Chèques vacances, chèques culture, sport loisirs culture, prestations vacances, renseignements juridiques...

Vous pouvez dès à présent réactualiser votre dossier CGOS 2024



SEJOURS VACANCES MONDIAPIC



C'est parti pour la prochaine saison ! En octobre 2023, 40 séjours en mobil home ont été achetés auprès de l'organisme MONDIAPIC par les adhérents au tarif de 158€ la semaine (valables pour les années 2024/2025). Cela concerne 21 personnes car certain(es) réservent 2 voire 3 semaines. 4 séjours peuvent encore être achetés. Il y a environ 50 destinations.

Le catalogue **Mosaïque-Rêvétapes** est consultable sur le site de **MONDIAPIC (LOISIRS VACANCES PASSION)** : www.mondiapic.com lien : <https://www.mondiapic.com/download/2023-Brochure-ete.pdf>

Pour toute demande d'informations complémentaires, contacter Patricia.

RECETTE DES SABLES DE NOEL (en français et en anglais)



LES SABLES DE NOEL

Ingrédients :

1 jaune d'œuf
100 g de sucre
300 g de farine
100g de poudre d'amandes
225 g de beurre ramolli
1 paquet de sucre vanillé
une pincée de sel

Mélanger tous les ingrédients dans un saladier

Pétrir la pâte et la mettre 3 heures au réfrigérateur

Ensuite rouler la pâte avec un rouleau à pâtisserie

Découper des formes représentatives de Noël
(Sapins, étoiles, bonhommes de pain d'épice...)

Mettre du papier cuisson au fond d'un plat à four

Disposer les formes sur le plat et mettre au four

Laisser cuire environ 10 minutes th 7 (210°)

Les gâteaux doivent être dorés

Décorer à votre convenance et déguster !

Françoise

THE CHRISTMAS CAKES

Ingredients :

1 egg yolk
100 g sugar
300 g flour
100 g almond powder
225 g softened butter
1 packet of vanilla sugar
a pinch of salt

Mix all the ingredients in a bowl

Knead the dough and put it 3 hours in the fridge

Then, roll the dough with a rolling pin

Cut some shapes representative of Christmas
(Christmas trees, stars, gingerbreadmans...)

Put somme bakin paper on a cooking dish

Dispose the shapes on the dish and put in the oven

Cook for about ten minutes th 7 (210°)

The cakes must be golden

Décorate to your liking and enjoy your cakes !