

LE CHEVAL BLEU



**Nouvelle
édition
Printemps
2021**



EDITO du renouveau !

DANS CE NUMÉRO :

Edito	p1
Pâtisserie : gâteau à l'ananas	p2
Mots : Histoire collective	p4
Mots : Création d'un poème	p5
Mots : Jeux de mots et autres explorations	p6
L'atelier de Xram	p8
Atelier création : petites boites de printemps	p9
Cabaret Saint Alban psy-show : répétitions	p10
Projet de fresque extérieure : work in progress	p 12
Nos plantes et fleurs	p 16

Malgré la pandémie, la Maison Bleue a été aussi accueillante qu'avant pour ses adhérents. De nouvelles activités ont été initiées :

- les échecs avec les intellos de la Maison Bleue
- Un grand projet de fresque murale sur la terrasse sur le thème de la jungle et jardin avec les adhérents de l'atelier arts plastiques
- L'atelier pâtisserie a repris avec Rudy et Martial, qui confectionnent avec amour des gâteaux pour les gourmand-e-s (trop bon !!)
- La gym sur la terrasse et le volley au gymnase du Parc des Sports vont reprendre prochainement avec notre coach Karim

Les fidèles adhérents s'impliquent toujours autant en dépit des circonstances. Les activités se font toujours avec les gestes barrières.

Nous espérons à nouveau faire des sorties (grillades, musées, bowling, théâtre, restaurants, balades, baignades, etc...)

Nous nous soutenons mutuellement avec enthousiasme et entrain.

Le théâtre pour certains apporte beaucoup. En préparation, une pièce sur l'expérience de l'hôpital de Saint Alban, créé pendant la seconde guerre mondiale, dans laquelle les comédiens se sentent très investis, étant directement concernés par le sujet.

La vie à la Maison Bleue nous donne confiance en nous, en partageant la joie et chaleur humaine. De nombreuses amitiés s'y sont créées. Cela nous permet d'éviter le repli sur soi.

Passons aux choses sérieuses : pour l'organisation de l'entretien de notre GEM, de bonnes âmes charitables se dévouent sans compter. (PS : toute personne intéressée peut se joindre à nous !)

« à bon entendeur, Salut ! »

Domino, Véro et Guillaume,
adhérents prenant racines (et ailes !)
... avec le soutien de l'atelier « mots »...

Délicieuses Pâtisseries...

Nos pâtisseries Rudy et Martial reprennent du service et nous préparent chaque semaine un merveilleux gâteau. Reportage photo sur celui du 3 mai.

Le gâteau à l'ananas

11 g de levure chimique

- ⊗ 1 citron non traité
- ⊗ 20 cl de lait
- ⊗ 200 g de sucre en poudre
- ⊗ 225 g de farine
- ⊗ 340 g d'ananas en tranches au sirop
- ⊗ 175 g de beurre
- ⊗ 100 g de sucre en morceaux
- ⊗ 2 oeufs

Préparation

ÉTAPE 1

Dans le fond d'un moule à manqué de 22cm de diamètre, préparez un caramel blond avec le sucre en morceaux, 3 cuillères d'eau et 2 gouttes de jus de citron. Egouttez les tranches d'ananas. Réservez le sirop.

ÉTAPE 2

Posez les tranches de fruit sur le caramel. Préchauffez alors le four à 180°C (th6).

ÉTAPE 3

Préparez la pâte. Tamisez la farine avec la levure. Faites fondre le beurre sur feu doux et laissez le refroidir. Râpez le zeste du citron.

ÉTAPE 4

Mélangez le beurre avec le sucre en poudre, ajoutez les oeufs entiers, le zeste de citron, puis la farine tamisée et le lait froid. La pâte doit être souple. Versez-la sur les tranches d'ananas.

ÉTAPE 5

Enfournez pour 40 mn. Démoulez le gâteau, fruits sur le dessus, sur un plat de service.

ÉTAPE 6 Présentez le sirop réservé, mélangé au jus de citron, dans une saucière.



Délicieuses Pâtisseries...



L'Atelier « Mots » : Histoire collective

Chaque participant tire au hasard une carte dans le jeu des « cartes à histoires ». La première carte donne le titre à l'histoire, ensuite chacun propose une suite en intégrant le mot représenté par l'image de la carte. Dans un second temps, chacun peut faire des propositions pour renforcer la cohérence du récit et peaufiner l'écriture.

La découverte de la brouette magique.

Alors que je me baladais en forêt, je trébuchais sur une brouette. Quelle ne fut pas ma stupéfaction de découvrir à l'intérieur de la brouette un violon ! Je me saisis du violon, enfourchais la brouette, et j'entamais une valse endiablée.

Ce jour-là, il se trouvait par hasard que des journalistes faisaient un reportage sur les arbres de la forêt, qui étaient réputés pour être les plus vieux, les plus anciens et les plus beaux de la région. Voyant cela, ils saisirent leur caméra et leur micro pour immortaliser cette scène insolite.

Cette intrusion dans ma fantaisie musicale improvisée me déplut énormément. Aussi, folle de rage, je m'emparais des ciseaux que je venais de trouver dans la brouette et coupais les fils du micro.

Puis soudainement, prise d'une envie pressante, je courus me cacher derrière un arbre et je trouvais à ce moment-là au milieu des mouchoirs en papier et des masques anti-covid usagés, une bouée crevée. La vision de cette décharge sauvage en pleine nature accrut encore ma colère. Que d'incivilités de la part de promeneurs inconscients de la beauté de cette forêt, classée site remarquable. Je décidai alors de ramasser ces déchets et de les transporter à l'aide de la brouette. C'est alors que je constatais que cette bouée pour enfant était en forme de girafe ! Cette découverte me rappela mon enfance et ma colère retomba alors que je projetais de réparer cette bouée avec une rustine afin de pouvoir la gonfler et l'admirer. En revenant chercher la brouette, j'exprimais plus calmement aux journalistes mon refus que mon image soit diffusée, en m'excusant de mon geste impulsif. J'en profitais pour les interpellier quant à l'état déplorable de cette forêt protégée. Ils décidèrent d'intégrer à leur reportage ces questions écologiques cruciales et l'importance de la préservation de l'environnement, de la faune et de la flore. Il repartirent à leur studio pour pouvoir monter leur film qui devait être diffusé au cinéma en avant-première le mois d'après.



Création d'un poème en alexandrins

Nous avons d'abord choisi ensemble le thème du poème avec un vote : ce sera l'amitié. Ensuite, nous avons fait un brainstorming autour de ce thème de l'amitié en cherchant des mots de différentes natures: verbes, adjectifs, noms et adverbes.

Puis, à partir de certains mots de cette liste, nous avons développé des associations d'idées. Enfin, nous avons construit le poème à partir d'une forme imposée nommée le quintil. C'est une strophe de 5 vers de 12 pieds chacun (alexandrins) structurés en rimes alternées ABAAB.

Pour ce poème, nous choisissons comme rime A : le son « an » et rime B : le son « é »

*Je me noie dans tes yeux, quel immense océan !
Baisers fleuris, caresse d'une âme enflammée
La beauté éphémère de tes quelques printemps
M'entraîne intensément au milieu de tes chants
La chaleur de tes bras, douce complicité.*

Nos cadavres exquis...

Sur un morceau de papier, les participants écrivent chacun à leur tour un élément d'une phrase sans savoir ce qui a été écrit précédemment. Les rôles sont préalablement définis avant rédaction de la phrase. L'un écrira un groupe nominal sujet, le suivant une épithète, le suivant un verbe transitif et le dernier un groupe nominal COD.

Le jeu s'appelle ainsi car les surréalistes ayant joué pour la première fois à ce jeu ont trouvé la phrase *Le cadavre exquis boira le vin nouveau*

*Ce garçon fleuri écrit le chalet enneigé
Les arbres savoureux
filent*

La Maison Bleue

*L'idée
rouge
mord
les
belles
roses*

*La lune
grande
dévore
la musique*

La montagne argentée flaire le soleil magnifique.

*La cantatrice sucrée
boit la France profonde*

Le cheval bleu mange les pissenlits

LES EXPLORATIONS DE L'ATELIER « MOTS »

Jeux de mots et autres poésies...

Dans le même ordre d'idée, un autre jeu surréaliste propose d'écrire d'une part une proposition commençant par « si » ou « quand », et d'autre part une proposition au conditionnel ou au futur sans lien avec la précédente. Puis, sans choisir, on ajuste deux à deux les résultats obtenus :

Si j'avais de l'argent, le silence règnerait bientôt.

Quand les poules auront des dents, la nuit sera étoilée.

Si j'avais de l'argent, j'écrirais ton nom.

Quand les schtroumfs verdiront, tu aimeras mes chaussettes.

Si le soleil moisissait, je partirais à la montagne.

Quand je serai KO, je mangerai des lentilles.

Si la vie me surprenait, les astronautes se dérouteraient vers Mars

Quand nos yeux se croiseront, je pourrai gagner.

**POESIE
BLEUE**

**L'idée rouge mord les belles roses
Lèvres brûlantes et gri-gris d'Afrique
Les belles plantes ont un air morose
La lune grande dévore la musique
Sur ta peau, douces caresses j'ose
La belle bleue de la Martinique**

La montagne argentée flaire le soleil magnifique.

Le cosmos crache alors une sorcière maléfique

Les étoiles sourient à la lune mirifique

Ce sommeil plein de rêves me paraît horrifique

LES EXPLORATIONS DE L'ATELIER « MOTS »

Chaque participant doit faire deviner un titre de série, de livre, de film, d'émission de télé, de chanson (etc...) en gardant la structure mais en remplaçant les termes.

Grasse matinée à San Francisco : Nuit blanche à Seattle

Votre Monsieur de Londres : Notre Dame de Paris

Le cahier de la Savane : le livre de la Jungle

Nage au milieu d'un filet de sardines : vol au dessus d'un nid de coucou

Aussi peu en ramène la mer : Autant en emporte le vent

Virgule : apostrophe

Arrivée dans le passé : retour vers le futur

L'été coq : Liverpool

Elle est prisonnière Laura : il est libre max

Dansons au soleil : chantons sous la pluie

Grande maman épiphanie : Petit Papa Noël

Citron manuel : orange mécanique

Abandonne : Résiste

La déchéance de ma mère : la gloire de mon père

Les amateurs : les experts

Les dents de la mer : les cheveux de la terre

Les mystères de l'Ouest : les énigmes de l'Est, les révélations du Sud

4 divorces une naissance : 4 mariages un enterrement

Amicalement votre : Méchamment notre

Poire Z : Pomme C

Le roi Lion : la princesse

Le roi des glaces : la reine des neiges

**Les jeux de mollets
font les jambettes.
Les jeux de mots laids
font les gens bêtes**

Poésie.

Chaque participant propose une phrase rimée en alexandrins avec la contrainte d'intégrer un mot donné au hasard par l'animatrice (en gras)

Le petit Henry mettait son **pyjama** gris.

De son beau drap de lit, un **parachute** il fit.

Il prit son élan et plongea sur son **chariot**,

Dans un grand **supermarché** ça serait rigolo !

Mais c'est l'heure du **bain**, vive savons et shampoing,

Avec son beau **lion** en plastique qui fait coin coin

Il se met à **sauter**, crier, éclabousser

« Tout nu avec ma **tortue** j'adore me laver !! »





Paul Schramm dit XRAM est venu nous transmettre ses techniques de peinture acrylique. Nous avons peint autour de deux sujets de natures mortes : une assiette de fruit, une assiette de légumes. Fabrication des couleurs, volume, texture... on expérimente librement sous son regard bienveillant





ATELIER CREATION :

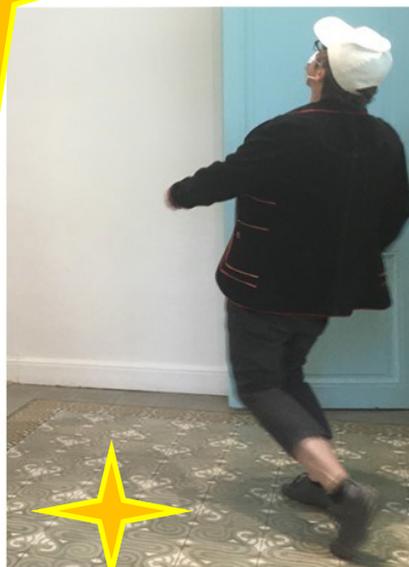
« PETITES BOITES DE PRINTEMPS »



Repetitions Cabaret St Alban Psy-Show

Les comédiens continuent d'affiner leurs solos et leurs duos, et ils ont enfin pu répéter tous ensemble pour la première fois depuis le début du travail sur ce nouveau spectacle car le Covid nous a contraint à faire des groupes de 5 personnes, alors que la troupe compte 16 comédiens et que le spectacle comporte des moments collectifs : des débats, des chants, des danses, et même une expédition en bus... Alors qu'est-ce que c'était bien d'être enfin tous ensemble !!!

La pression monte, car le programme se précise : le spectacle sera créé à l'Institut Jean Vigo le 1^{er} octobre. Nous avons hâte de vous le montrer !



Repetitions Cabaret St Alban Psy-Show.

La troupe de la Maison Bleue menée par Emma Battesti



PROJET FRESQUE EXTERIEURE

Notre fresque avance ! Nous avons choisi un thème végétal.

Le mur du fond (côté nord) sera un paysage de jungle avec ses arbres exotiques, couverts de mousses, de lierres et de lianes, une cascade et des grandes fougères, feuilles et fleurs tropicales, ainsi que ses « habitants » : perroquet, tigre, serpent, colibri, papillon...

La façade côté est sera peinte sur sa partie inférieure uniquement, nous prévoyons d'y représenter des jardinières printanières pleines de différentes espèces de fleurs (hortensias, iris, primevères, pensées, marguerites etc.) et quelques animaux de la faune locale : sauterelles, papillons, écureuil, faon, chouette...

Enfin, notre cabanon sera décoré de rosiers grimpants, grappes de glycine tombante, d'une fenêtre en trompe-l'œil, des oiseaux et insectes locaux.



...WORK IN PROGRESS...



PROJET FRESQUE EXTERIEURE



...WORK IN PROGRESS...



