

les Echos

DE LA BELLE ÉTOILE

Histoire ²⁻³ | L'actualité du Centre Social ⁴⁻⁵ | La vie du quartier ⁶⁻⁷
Nature ⁸⁻⁹ | Cuisine ¹⁰ | Quiz / Coup de cœur ¹¹

DES CHAMPIONS MAL CONNUS

Jean
Moulin **M**
centre social

N°97 | AUTOMNE 2020

DES CHAMPIONS DU

MONDE INSOLITES



Avec un peu d'imagination, en partant d'anecdotes ou de richesses de territoires, il est possible d'organiser des compétitions très sérieuses, tout en étant très drôles, qui ont le pouvoir de rassembler. En voici quelques-unes :

LE TIR AUX ARMES PRÉHISTORIQUES

Un rêve de gosse grandeur nature ! Cela fait plusieurs années que le Paléosite de Saint-Césaire en Charente-Maritime accueille en juin l'une des manches de ce très sérieux championnat européen. Au programme : tir à l'arc et tir au propulseur. La chasse comme à cette bonne vieille époque où l'on combattait le mammouth quasiment à mains nues. Point de gibier malmené dans ce concours : c'est à la recherche d'une trentaine de cibles factices que les participants s'affrontent.

LE CRACHER DE NOYAU DE CERISE

« Avale pas l'noyau, ou sinon un cerisier va t'y pousser là-d'dans ! » Mamie Potiche, 1995. À Limoges dans la Haute-Vienne ce craché de précision est devenu un concours. En tout cas, pour le record du monde, il faudra s'accrocher. Il est détenu, selon le très sérieux Guinness par l'Américain Brian Krause qui, lors du championnat international de cracher de noyau de cerise à Eau Claire dans le Michigan a atteint la distance de 28,51 m en 2004.

LE CRI DU COCHON

À Trie-sur-Baïse dans les Hautes-Pyrénées, à la mi-août, c'est la Pourcailhade ou Fête du cochon. Au programme, maintes réjouissances pour célébrer l'animal : concours de plus gros mangeur de boudin, course de porcelets et championnat de cri du cochon. Vous l'aurez deviné, le but de ce concours est d'imiter le mieux possible le cri du cochon selon des thèmes imposés : le cochon qui mange, la truie qui accouche, les goretts qui têtent, le cochon en rut, le cochon qu'on égorge.

L'ÉLECTION DU « ROI DES MENTEURS »

Ce n'est pas vraiment un championnat, bien que nombreux sont celles et ceux qui pourraient y prétendre, mais plutôt une tradition gasconne honorée depuis le XVIII^e siècle. Durant le « Festival des Menteries » en août, Moncrabeau, petit village du Lot-et-Garonne, élit le plus grand affabulateur selon un règlement bien précis, et sous l'œil acerbe de 40 membres d'une académie dédiée. La « reine des Menteuses » ou « le roi des Menteurs », qui jouera le plus de pipeau en racontant son histoire, fait allusion aux surenchères des élites du XVIII^e qui rivalisaient de mensonges pour se glorifier.

LE LANCER DE TONG

Un rendez-vous particulièrement attendu chaque mois de juillet sur la côte océane à Hourtin en Gironde depuis plus de 15 ans. Les règles pourraient tenir du jeu de plage, mais pour égaler les plus grands athlètes de la discipline, il s'agit de s'entraîner un bon moment pour atteindre un tel niveau de dextérité : lancer une tong à son partenaire qui doit la réceptionner à la volée, les deux pieds au sol. Le record du monde de 39,56 m a été réalisé en 2015 par un couple d'enseignants.

L'AIR GUITAR

Le principe ? Un public, une scène, un morceau de musique rock et un guitariste... sans guitare. Vous l'aurez compris, le but du championnat du monde d'Air Guitar est d'être le plus convaincant possible dans sa prestation de guitariste virtuel. Gestes, cris, sueur, déguisement, tous les prétextes sont bons pour être une vraie rock star. Ce championnat se déroule à Oulun en Finlande.

LE LANCER D'ARTICHAUTS

En Bretagne, la ville de Morlaix, dans le Finistère, organise l'été son concours de lancer d'artichauts. L'épreuve se dispute en doublette, avec un lanceur, et 11 mètres plus loin, un réceptionneur est installé avec une hotte accrochée dans le dos. Là aussi, le but est de rattraper le maximum d'artichauts en une minute.



DÉCORTICAGE DE LANGOUSTINES

Au Guilvinec dans le Finistère les participants doivent décortiquer 100 langoustines le plus rapidement possible. Une jeune femme a réussi à le faire en 3 min et 32 sec soit 2,12 secondes par langoustine, nouveau record du monde.

LE CRACHER DE BIGORNEAU

La commune de Sibiril dans le Finistère accueille tous les ans depuis 2005 le championnat du monde du cracher de bigorneau. Le principe est simple : mettre un bigorneau dans sa bouche et le souffler le plus loin possible. Le record de l'épreuve est à 11,04 m.

LE PORTER D'ÉPOUSE

À Sonkajärvi en Finlande sur un parcours de 235 m parsemé d'obstacles, l'homme de l'équipe doit porter la femme, dont le poids doit être supérieur à 49 Kg, sans la faire tomber, le plus rapidement.

LE CAMU-CAMU

Super fruit champion de la vitamine C moins connu que son rival l'acérola largement exploité pour la formulation des compléments alimentaires originaires d'Amazonie.

LE LANCER DE CRUCHE

Une institution dans l'Entre-deux-Mers, à Sadirac en Gironde, qui se tient tous les ans début septembre et compte de redoutables challengers depuis maintenant une dizaine d'années. Pourquoi la cruche ? Car sa fabrication est l'une des spécialités de

ce petit village girondin. Le record détenu date de 2015 : une cruche de 2,2 kg lancée à 25,40 m.

LA TONTE DE MOUTON

Il n'y a pas que dans le Finistère que les habitants cherchent à battre des records. En effet, début juillet, la Haute-Vienne accueille le championnat du monde de tonte de moutons. Une compétition remportée par le pays de Galles (Grande-Bretagne). Dans les notes, la vitesse et la qualité de la tonte sont prises en compte. Pendant les quatre jours de compétition, 5 000 moutons sont tondu. La prochaine édition aura lieu en 2022 à Édimbourg, en Écosse.

LE YOYO

Pour beaucoup le yoyo n'est rien d'autre qu'un souvenir lointain de cours de récréation enfoui au fond d'un tiroir, au même titre que les pogs ou les billes. Pour Clément Bertaux 19 ans le yoyo est une discipline quasi professionnelle dans laquelle il excelle. Champion de France.

Il ne faut pas se fier au côté loufoque de ces compétitions... Elles sont strictement réglementées, comme les championnats plus traditionnels, avec des huissiers et des arbitres. Mais avec une bonne grosse dose d'autodérision et de convivialité, puisque les épreuves se déroulent en public, qui souvent se déplace en nombre !

Un été à la BELLE ÉTOILE

JUILLET / AOÛT 2020



RETOUR SUR...

MINI SALON
Créons durable
24-25-26 SEPTEMBRE
Centre social Jean Moulin



Atelier "produits ménagers"



Conférence sur le cycle de l'eau



Atelier peinture
"Normandie Impressionniste"



Atelier "couture"



Atelier "beewrap"

ANIMATIONS OUVERTES À TOUS

...À VENIR

ANIMATIONS ENFANTS

Tous les mardis et jeudis après l'école
Jusqu'à 18 h

Reprise du CLAS*

Contrat local d'accompagnement à la scolarité

Pour les enfants de 6 à 15 ans.

Pour accompagner les enfants dans leur scolarité !

Petits ateliers, apprendre à s'organiser pour les devoirs, jeux, sport, découvertes culturelles, ateliers lectures ...

Jeudi 29 octobre

à 14 h à l'Espace lecture Jean Moulin

Les petits débrouill'arts*

À la découverte des impressionnistes : créer vos œuvres !

Pour les enfants à partir de 6 ans

Dans le cadre de "Normandie impressionniste".

* Animations sur inscription

ANIMATIONS POUR TOUS

Mardis 22 octobre, 12 novembre et 17 décembre
de 16 h 30 à 18 h 30

Soirée jeux*

Jeux de plateau, de cartes, de mémoire, connus ou à découvrir entre amis ou en famille !



LA VIE DU QUARTIER



L'ART URBAIN S'INVITE À LA BELLE ÉTOILE

Quelle bonne idée d'égayer les rues de Belle Étoile au fil des toiles !
Au détour d'une rue, ici et là, se trouvent à portée de regards, différentes œuvres grandeur nature.



La fresque de Sire

La fresque de Sire



Normandie Impressionniste*
Les Amis des Arts



Mascarade

Venez vous promener dans le quartier au gré des virages et autres murs remplis de couleurs ! Avec un peu de chance vous tomberez nez à nez avec l'art !

Merci aux artistes !

*Exposition temporaire, si vous l'avez ratée, rendez-vous ultérieurement !

PLANTATION DU VERGER PARC GEORGES BRASSENS



Rendez-vous le 7 novembre prochain.

Au programme de nombreuses animations pour petits et grands. Pomologie, plantations, taille, jeux géants...



DON DU SANG

L'Amicale des donneurs de sang bénévoles de Montivilliers et son canton vous invite, tout au long de l'année, à venir accomplir ce geste généreux et solidaire.

Venez donner votre sang au Centre social Jean Moulin, une collecte sera organisée par l'EFS de 15 h à 19 h les :

28 OCTOBRE | 25 NOVEMBRE | 30 DÉCEMBRE

Merci d'avance !

En raison des mesures sanitaires en vigueur, merci de prendre RDV sur mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr

CÔTÉ JARDIN

ET SI ON PLANTAIT

des fruitiers.



L'automne est là mais cela ne signifie pas la fin des travaux au jardin et encore moins la fin des récoltes.

Au potager, c'est une période propice à la récolte des betteraves, des navets, des pommes de terre, des courges, des haricots, des choux, des salades, de la ciboulette, de la menthe et la liste est encore longue.

Nous allons nous attarder un peu plus sur les fruits.



Pommiers, poiriers, châtaigniers, cognassiers, noisetiers, kakis, amandiers...

C'est la bonne période pour planter de nombreux arbres et arbustes. Novembre plus particulièrement, vous connaissez le dicton : « À la sainte Catherine tout bois prend racine ». Les grosses chaleurs sont passées et le gel pas encore présent. Mais pas d'inquiétude vous pouvez planter en automne et même pendant l'hiver, tant qu'il ne gèle pas. Les racines profitent des pluies automnales et hivernales pour bien s'installer dans le sol, gage de bonne reprise.

À cette époque, il est possible de planter vos arbres fruitiers à racines nues. Cela est possible pour tous les arbres caducs (qui perdent leurs feuilles). Les arbres sont moins chers. N'hésitez pas à les acheter chez un pépiniériste local, vous aurez en plus tous les renseignements utiles sur les différentes variétés.

> LA PLANTATION

Avec une bêche, creusez un trou deux à trois fois plus large et profond que le volume des racines. Ameublissez la terre pour faciliter la pénétration de celles-ci.



Taillez les racines cassées ou blessées et recoupez toutes les autres de quelques centimètres avec un sécateur propre et affûté. Désinfectez-le entre chaque plante. Dans une grande bassine ou une brouette, réalisez une boue épaisse (le pralin) avec de la terre argileuse et de l'eau. Placez-y les végétaux jusqu'au collet (recouvrir complètement les racines), pendant environ 30 minutes.

ÉTAPE 1

Les plantes se développent mal dans un sol trop humide. Si votre terrain est lourd, mélangez 1/3 de terre, 1/3 de sable grossier ou de cailloux et 1/3 de compost ou du fumier.

Remettez au fond du trou, finissez par une couche de terre seule. Il doit encore rester de la place pour votre arbre.

ÉTAPE 2

Installez les racines dans le trou, sur une butte si le sol est lourd, le collet ou le point de greffe doit se situer 2 ou 3 cm au-dessus du sol.



ÉTAPE 3

Mettez votre tuteur en travers du trou contre les vents dominants, et attachez-le au tronc avec un lien souple. Rebouchez avec la terre du dessus enrichie de compost et tassez légèrement plusieurs fois. Réalisez un bourrelet avec la terre en excès pour former une cuvette d'arrosage. Versez l'eau de un ou deux arrosoirs en attendant bien qu'elle s'infilte.

Voilà, c'est planté ! Après 2 à 4 ans, selon les variétés, les arbres donneront leurs premiers fruits.



SPÉCIAL PETIT JARDIN

Installer des variétés qui puissent être palissées (en palmette comme sur la photo) sur un fil le long d'une allée ou contre un mur. La production est malgré tout abondante même sur ces arbres taillés tous les ans et de petite taille.

> LA RÉCOLTE

Certaines variétés de poiriers et de pommiers se récoltent en octobre. Vous pouvez récupérer les fruits avant maturité pour une plus longue conservation. Certains se conservent de plusieurs semaines à plusieurs mois si de bonnes conditions sont respectées : un local obscur, frais et aéré, les fruits installés dans des clayettes ou des cagettes côte à côte mais pas entassés. Vérifiez régulièrement l'état des fruits, sortez les bons à consommer et enlevez ceux qui sont déjà trop avancés ou abimés qui risquent de contaminer les autres.



Les noix, les noisettes et les châtaignes peuvent quant à elles être récoltées dès qu'elles commencent à tomber naturellement de l'arbre. Bien sûr les fruits secs pourront être conservés plusieurs mois.



Récoltez les kiwis dès la chute des feuilles, et sans attendre les premières gelées.

Récoltez le raisin dans la première quinzaine d'octobre (en fonction de la météo).

Même si vous n'avez pas de jardin, allez prendre un bon bol d'air en forêt ou dans les parcs publics. Vous trouverez châtaignes, noisettes et entourez-vous d'un connaisseur pour la cueillette des champignons: chanterelles, cèpes, bolets, trompettes de la mort, petits violets, pieds de mouton....



Les coings sont cueillis à maturité, lorsqu'ils ont perdu leur duvet et conditionnés en gelée ou pâte de fruits.

Pour les kakis attendez que les feuilles soient déjà tombées. Ce fruit a la particularité d'être encore plus gouteux lorsqu'il est très mûr, voire presque blette.



• LE GROUPE FLEURISSEMENT •

ATELIER D'ÉTÉ

Les bénévoles en plein atelier famille : ça désherbe dur au CSJM !



Domage, nous ne verrons plus fleurir notre rhododendron qui ravira certainement celui qui s'est servi pendant le confinement ...

CHOU FARCI



Ingrédients

- 1 chou vert moyen
- 100 g de lard fumé
- 1 oignon
- 1 échalote
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 3 à 4 feuilles de persil
- 300 g de chair à saucisse
- 2 carottes
- 50 cl de bouillon de volaille
- 10 cl de vin blanc
- 1 gousse d'ail
- 1 petite branche de thym
- Du sel et du poivre

Préparation : 20 min | Cuisson : 1 h

Préparation pour 4 personnes

Otez les feuilles extérieures du chou, ce sont en général les feuilles les plus vertes et les plus dures.

Dans une grande cocotte, portez l'eau à ébullition et plongez le chou entier, pendant 5 minutes (blanchir). Le mettre ensuite dans une passoire et laissez égoutter.

Pendant ce temps, dans un saladier, mélangez la chair à saucisse, le lard fumé coupé en petits morceaux, l'échalote ciselée, l'ail haché et les herbes finement coupées. Salez et poivrez.

Ecartez les feuilles du chou une par une. Retirez le cœur, le ciseler et le rajouter à la farce de chair à saucisse. Bien mélanger.

Dans une cocotte, mettre l'huile, l'oignon émincé, les carottes coupées en petits dés. Cuire environ 5 à 10 min sans que cela ne brunisse. Déglacez au vin blanc et laissez réduire quelques minutes. Ajoutez le bouillon de volaille.

Pour la suite soit :

- vous reconstituez le chou en alternant de la farce et les feuilles en commençant par y placer une boulette à la place du cœur. Ficelez le chou farci et plongez le dans la cocotte.

- ou, vous divisez la farce en huit portions pour ensuite les rouler dans des feuilles de chou. Placez les huit roulades dans la cocotte.

Assaisonnez de sel et de poivre et laissez cuire à feu doux 1 h.

VELOUTÉ DE CHAMPIGNONS DE PARIS

Ingrédients

- 2 noix de beurre
- 2 échalotes
- 500 g de champignons de Paris frais (en garder quelques-uns pour le décor)
- 1 litre de bouillon de légumes
- 20 cl de crème fraîche



Préparation : 15 min | Cuisson : 15 mn

Préparation pour 4 personnes

Pelez et émincez les échalotes, faites-les revenir quelques minutes à feu doux dans une casserole avec le beurre.

Pendant ce temps, passez les champignons sous un filet d'eau tête en haut ou essuyez-les avec un torchon propre et un peu humide, mettez-en quelques-uns de côté. Coupez le bout des pieds et coupez-les en morceaux grossièrement. Ajoutez les champignons aux échalotes, faites-les dorer quelques minutes puis ajoutez le bouillon chaud et poursuivez la cuisson à feux moyen pendant 15 min.

Mixez avec un mixeur plongeant ou avec un Blender, ajoutez tout ou une partie de la crème puis remixez.

Pour finir

Versez le velouté dans des bols ou assiettes à soupe, coupez le bout du pied des champignons restants, coupez-les en tranches puis déposez-les sur le velouté, le mélange des textures entre la soupe et les champignons crus est délicieux.

LES DOUILLONS



Ingrédients

- 8 poires de coq ou des conférences
- 500 gr de pâte brisée
- 4 cuillères à soupe de sucre
- 1 pincée de sucre vanille
- 1 œuf
- Jus d'un demi-citron

Préparation : 20 min | Cuisson : 30 min

Préparation pour 8 personnes

Remplir un saladier d'eau et ajouter le jus de citron.

Épluchez les poires en gardant la queue, les mettre dans le saladier.

Préchauffez le four à 200°C.

Étalez votre pâte sur le plan de travail fariné et découpez-la en 8 carrés, égouttez soigneusement les poires. Puis, mélangez le sucre avec le sucre vanille et roulez-y les poires.

Déposez les poires au centre des carrés, remontez les bords de la pâte pour enfermer le fruit, laissez la queue dépasser et bien souder les bords.

Battez l'œuf et badigeonnez chaque douillon avec un pinceau. Enfournés 30 min, c'est prêt !

Dans le n°96, ajouter 2 œufs dans les ingrédients de la recette des petits délices au miel. Merci aux lecteurs d'avoir prévenu l'équipe du journal.

OUPS!

QUIZ

Et oui, il existe aussi un championnat mondial de quiz, comme quoi ! C'est une compétition individuelle organisée par l'Association internationale de quiz basée en Angleterre. Cette compétition a été organisée pour la première fois en 2003 et attire chaque année de plus en plus de concurrents. Depuis 2004, a également lieu chaque année le championnat européen de quiz.

Et si on jouait ?

1 Le 14 juillet existe-t-il en Tanzanie ?

- A OUI
- B NON

2 À quelle saison plante-t-on les pommiers à racines nues ?

- A Été
- B Hiver
- C Automne

3 Un homme peut-il se marier avec la sœur de sa veuve ?

- A OUI
- B OUI Mais c'est très mal vu !
- C NON

4 Certains mois de l'année comptent 31 jours, combien en ont 28 ?

- A 0
- B 1
- C 5
- D 12

5 Que signifie « boujou » chez les normands ?

- A Bijou
- B Bonjour
- C Silence

réponses : 1 - B | 2 - C | 3 - B | 4 - D | 5 - B

LE COUP DE CŒUR DES BIBLIOTHÉCAIRES

COUP DE COEUR ADULTE

Loup des Cordeliers d'Henri LOEVENBRUCK

Éditions XO – 2019



Mai 1789. Gabriel Joly, un jeune provincial, rejoint Paris dans l'espoir de devenir journaliste. Il est décidé à enquêter sur le Loup des Cordeliers, un mystérieux justicier qui tient un loup en laisse et tue pour protéger les femmes dans les rues de la capitale, la nuit. Ses investigations l'entraînent au cœur de la Révolution, auprès de Danton, Mirabeau, Desmoulins ou Robespierre. *Bien écrit, intrigue bien ficelée, on se laisse envoûter par ce nouveau roman « historique » d'Henri Loevenbruck, dans le Paris de cette période très mouvementée !*

La suite est à paraître en octobre !

Qui est le coupable ? et Enigmes à tous les étages « Mythologie »

Cet été les livres, magazines, Bd, kamishibai ... ont pu prendre l'air ! Lire jouer et inventer à la Belle Etoile fut l'occasion de rencontrer de nouveaux lecteurs, petits et grands. A cette occasion, des livres animés ont rencontré un grand succès auprès d'enfants. Ces livres permettent de lire et de jouer, de partager un agréable moment.

Si cela vous intéresse, n'hésitez à passer à l'espace lecture Jean Moulin ou à la bibliothèque Condorcet, de nombreux livres animés vous attendent.



HORAIRES DE L'ESPACE LECTURE



À partir du 1^{er} septembre le mardi de 14 h à 18 h - Le mercredi de 14 h à 17 h

Horaires des vacances d'automne, printemps et hiver : le mardi et le mercredi de 14 h à 17 h

Pour s'informer : www.bm-montivilliers.fr

WOW !

VILLE-MONTIVILLIERS.FR

SAISON 2020-2021

SORTIR

à Montivilliers