

N° 105

DES MOTS et DES NOTES



ÉDITO

Une matinée au château

Rendez-vous était pris le 28 mars, pour l'assemblée générale au château du Charmois. Le soleil était bien présent ainsi que de nombreu(ses)x bénévoles pour partager cette belle matinée qui fût particulièrement réussie.

D'entrée, les échanges ont été nombreux et joyeux autour d'une agréable collation préparée par Yvonne.

Ensuite, le déroulement du programme s'est passé dans une ambiance studieuse et détendue, les interventions des membres ont été constructives et démontrent l'intérêt que chacun porte à l'association et au bon fonctionnement des tournées.

La matinée s'est terminée par un agréable repas à la brasserie du Marché.

Un grand merci à tous ceux et celles qui ont participé à la réussite de cette AG, remerciements à la mairie de Vandoeuvre les Nancy qui nous a prêté gracieusement cette salle de réunion.

JOYEUSES FETES DE PAQUES

Jocelyne Ostin

Ce qui s'est passé depuis le 1er Janvier 2025



Galette des rois le 17 Janvier 2025



Cette année encore, notre "Galette des rois" s'est déroulée début Janvier, au local du CHU de Brabois, joliment décoré.

Les anciens et nouveaux bénévoles ont pu se rencontrer dans une ambiance agréable.

Remerciements à Jean-Pierre aidé d'autres bénévoles, qui s'est occupé de l'organisation de cet événement.



Puis...



Vente annuelle de livres 18 et 19 mars 2025

à l'Ecole TELECOM Nancy
193 Avenue Paul Muller - 54600 Villers-Lès-Nancy



Cet évènement a remporté un beau succès. La publicité par la presse, la télévision, la radio, internet, les habitués contactés, ont fait que les lecteurs étaient au rendez-vous. La recette de cette vente va nous permettre de racheter de nouveaux livres pour les malades hospitalisés.

Un grand merci aux bénévoles qui ont répondu à l'appel pour l'organisation de cette actualité. Toutes les bonnes volontés seront toujours les bienvenues. A noter que les étudiants de l'école nous aident bien et que les bénévoles de l'association n'ont pas de charges à porter. La mise en place de la salle consiste à disposer les livres sur les tables par catégorie de livres et le rangement, à ranger les livres dans les cartons qui sont posés sur les tables.





Assemblée Générale

28 mars 2025

Au Château du Charmois - Vandoeuvre-
Lès-Nancy



Election des nouveaux membres au Conseil d'Administration et renouvellement de mandat pour les membres du conseil d'Administration.

Catherine Seuvic et Roselyne François arrêtent leur mandat.

Florence Calot, sonothécaire se présente. Elle est élue à l'unanimité.

COMPOSITION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

- Mme Jocelyne OSTIN, Présidente, bibliothécaire
- Mme Odile PETITJEAN, Vice-Présidente, bibliothécaire et sonothécaire
- Mme Paule BECQUER, Trésorière, bibliothécaire
- Mme Danièle RIVIER, Trésorière Adjointe, bibliothécaire
- Mme Yvonne CLEVENOT, secrétaire
- Mme Dominique IOCHUM, secrétaire
- Mme Paula ANTOINE, lectrice
- Mme Marie-France BAUER, membre
- Mme Florence CALOT, sonothécaire
- Mme Sylviane KINZELIN, bibliothécaire
- M. Jean-Pierre LAFOSSE, Conseiller
- M. Hocine CHABIRA, conseiller municipal de Nancy

L'Assemblée Générale a été suivie par ceux et celles qui le souhaitent d'un repas au restaurant "La Brasserie du Marché" à Vandoeuvre. Nous étions tout de même 17 bénévoles à profiter de ce moment sympathique



Bienvenue aux nouvelles bénévoles :

Sophie ANGEL - Bibliothèque - Hôpital Central

Nathalie GARNIER - Bibliothèque - Brabois Adultes - Comité de lecture

Stéphanie LEMAIRE - Bibliothèque - Hôpital Central





Partage d'informations

*Les photos ou informations sont à envoyer à
mhn.yvonne@gmail.com*

Aérosol, une histoire de graffiti,

Au musée des Beaux-Arts

jusqu'au mois de Juillet



“L'exposition propose une plongée dans l'univers du graffiti, des années 60 aux années 80 à travers le prisme de l'usage de la bombe aérosol dans l'espace public.

Qu'il s'agisse de bombage à main levée, de pochoir ou de graffiti-writing, l'aérosol s'impose comme une forme d'expression artistique plurielle, riche de plus d'un demi-siècle de pratique. Tantôt illégale, tantôt tolérée, la création peut se développer sur les murs, des palissades ou des rames de métro puis inspirer des travaux d'atelier. Né dans la rue, c'est un art par nature éphémère : lui consacrer une exposition dans un musée est un défi.

Ce projet part du constat que la pratique du graffiti est à la fois très populaire et néanmoins largement méconnue. Il propose de retracer précisément l'émergence du graffiti en France, des années 1962 à 1985, avec des oeuvres rares et inédites ainsi que de nombreux documents, photographies et vidéos.

L'exposition est issue de la coopération étroite entre le Musée des beaux-arts de Nancy, le Musée des beaux -arts de Rennes, le centre Arcanes et l'association Teenage Kicks à Rennes.”



Printemps

Bouquet du Château de Chenonceau

Le château est un écrin d'exception pour ses jardins, tous remarquables : "jardins à la française" de Diane de Poitiers et de Catherine de Médicis, labyrinthe, et potager. Le château est ouvert aux visites chaque jour de l'année, ses jardins sont entretenus quotidiennement et aménagés en permanence. Les plantations, renouvelées au printemps et en été, nécessitent la mise en place de 130 000 plants de fleurs, cultivés sur le domaine, par l'équipe de jardiniers. Le jardin vert, conçu à son origine par Bernard Palissy et qui s'étend devant l'Orangerie, est constitué d'arbres de collection de grande envergure, dont le magnifique chêne vert bicentenaire. Le parc boisé délimite cet ensemble parfait. "La beauté de Chenonceau s'impose comme une relation sensible au cœur, tant l'harmonie entre le ciel, l'eau, les jardins et l'architecture parle à tout visiteur, quelle que soit sa culture d'origine.

Idée de randonnée - Cascade de Tendon



Le départ se fait à partir du parking de la petite cascade (environ un kilomètre sur la droite après [Tendon](#) en direction de [Le Tholy](#)).

Du parking, vous apercevez déjà la petite cascade, ne pas y descendre mais suivre le chemin sur sa gauche quand vous y faites face. La grande cascade est à environ un kilomètre et à la belle saison difficile de se perdre car beaucoup font l'aller retour en famille.

(1) Toujours suivre le chemin principal, arrivé à une patte d'oie, de grosses pierres donnent l'impression d'une stèle écroulée. Prendre le chemin de gauche, passer devant une vieille maison d'habitation et, avant l'auberge, sur votre droite, arriver à "la Grande Cascade ».

(2) Prendre à droite le sentier qui monte vers la cascade. Le sentier part rapidement sur la gauche avant de remonter à droite en direction de la cascade. (Ignorer un sentier qui part tout droit dans cette épingle). Arrivé au-dessus de la cascade, prendre la passerelle qui traverse le torrent et suivre le sentier en face, légèrement sur la droite.

(3) Alors que le sentier vire bien sur la gauche, vous aurez envie de reprendre ce chemin qui va tout droit. N'en faites rien et poursuivez à gauche jusqu'à une petite clairière où là, encore sur votre gauche, un petit pont de bois, vous invite à traverser un petit torrent. Faites le et poursuivez alors, tout droit, en légère montée, pendant un peu moins d'un kilomètre.

(4) Après deux petits étangs de pêche, au niveau d'un joli chalet prévu à la location, prendre à droite, le chemin qui part à angle droit, puis qui monte sur la droite en passant devant une vieille maison laissée à l'abandon. La pente est assez raide. Continuer en restant sur le chemin principal.

Ce n'est que lorsque le chemin commencera à redescendre, que vous trouverez à une patte d'oie, un panneau en bois dont il ne reste que la partie supérieure, indiquant, sur la droite, ce que l'on devine être "Roches de Brostille". Le suivre. Encore un peu plus loin, à une intersection, prendre à gauche. Bientôt fini la petite descente, car il va falloir remonter pour atteindre les dites Roches.

(5) Les Roches de la Brostille offrent un joli point de vue sur le village de Tendon. Reprendre votre chemin qui va s'aplanir avant de repartir en descente.

(6) On arrive assez vite à une patte d'oie où il faudra prendre à droite, avant de trouver, encore un peu plus bas, un panneau indiquant "Petite Cascade", ce sentier repart à angle aigu, avant de redescendre sur la gauche, de façon plutôt abrupte.

À la fin de la descente, reprendre à droite, en descente jusqu'à apercevoir la route, sans aller jusqu'à elle ni jusqu'au ruisseau mais prendre le chemin qui part sur la droite.
Le suivre sur environ 500 m.

(7) Prendre le chemin à droite. Très rapidement, sur la gauche, un panneau vous indiquera le sentier pour descendre vers la petite cascade. En bas du sentier, traverser la passerelle, pour se retrouver face à la petite cascade. Remonter pour arriver au Parking.





Coin Cuisine

La recette de saison

NAVARIN D'AGNEAU PRINTAGNIER

Idées recettes à partager, à envoyer à
mhn.yvonne@gmail.com

Ingrédients:

4 Pers.

- 500 g Collier d'agneau
- 500 g Épaule d'agneau
- 8 Pommes de terre grenailles
 - 8 Petit(s) Navet(s)
 - 8 Carotte(s)
- 400 g Petits pois écossés
 - 20 g Saindoux
 - 6 Oignon(s) blanc(s)
 - 1 Gousse Ail
 - 1 c. à soupe Farine
- 1 c. à soupe Concentré de tomates
 - 1 Bouquet(s) garni(s)
 - 1 c. à café Sucre
- 1 pincée(s) Bicarbonate de sodium
 - 10 cl Vin blanc sec
 - Sel poivre
 - Préparation 15 min
 - Cuisson 1 h 20 min
 - 1.
- Découpez l'épaule d'agneau en morceaux puis pelez les oignons et l'ail. Mettez le saindoux à chauffer dans une cocotte, et ajoutez les morceaux de viande coupés que vous ferez revenir sur toutes les faces. Ensuite, déposez les morceaux de viande dans une assiette puis dégraissez la cocotte.
 - 2.
- Remettez la viande et les oignons dans la cocotte et saupoudrez avec la farine. Arrosez le tout de vin blanc et couvrez d'eau à hauteur de la viande. Ajoutez l'ail, la marmite bouquet garni Knorr et le concentré de tomates. Salez et poivrez, puis faites mijoter le tout à couvert dans le bouillon, à feu doux, durant 1 heure.
 - 3.
- Pendant que le navarin d'agneau printagnier est en train de cuire, épluchez et lavez les pommes de terre, les navets et les carottes pour ensuite les faire cuire à la vapeur pendant 10 à 15 min. Mettez les petits pois écossés dans une casserole et couvrez-les d'eau froide. Ajoutez-y du sel, une cuillère à café de sucre et le bicarbonate de sodium. Portez le tout à ébullition et laissez cuire pendant 10 à 15 min.
 - 4.
- Une fois la viande tendre ayant cuit pendant 1 heure, ajoutez dans la cocotte les légumes précuits et égouttés pour compléter votre recette de navarin d'agneau printagnier. Mélangez tous les ingrédients et faites cuire encore une quinzaine de minutes. Servez votre navarin d'agneau printagnier bien chaud.

Astuces

Cette recette traditionnelle se prépare avec du collier d'agneau. Pour un navarin printagnier, nous utilisons également de l'épaule. Carottes, navets, pommes de terre et petits pois sont les légumes habituellement utilisés pour la préparation du navarin. Mais, vous pouvez tout à fait varier les légumes au fil des saisons. Le bicarbonate de sodium permet de conserver la jolie couleur verte des petits pois frais.



MEDIATHEQUE DES HÔPITAUX DE NANCY

Hôpital Central - Bâtiment Neurologique

29 Avenue de Lattre de Tassigny - C.O n°60034

54035 Nancy Cédex

03.83.85.15.93 Secrétariat (répondeur) ou 03.83.85.12.08 salle d'Équipement

bsmalades@chu-nancy.fr

sedistrairealhopital.fr

Permanences secrétariat assurées par Dominique le lundi matin et Yvonne le samedi matin (Merci de prévenir en cas de passage).

