

LA GAZETTE DU PHÉNIX OLLIOULAIS

Edition du Jeudi 3 Juin 2021

Au sommaire de cette édition :

Page 2 : Gymnastique : Étirements / Renforcement Musculaire

Page 5 : Country : Petite Histoire de la Country

Page 6 : Quizz Country / Ghost Train

Page 8 : Cuisine de Cristiane : Les Ogres de Roussillon

Page 9 : Cuisine de Cristiane : Crumble de Banon aux Fruits Secs

Page 10 : Patrimoine Ollioulais : Le Télégraphe de Chappe

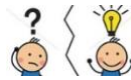
Page 14 : Coup de cœur des Phénix Lecteurs : TROIS

Page 15 : Protégeons notre planète

Page 17 : Rubrique détente et humour

Page 20 : Exercice Cérébral et Solutions

Page 25 : Courrier des Lecteurs



ON SE REVOIT TRÈS BIENTÔT...
Certaines de nos activités vont pouvoir redémarrer... La danse en ligne, la Country, la Gym sur Ballon, la Cuisine seront à nouveau en gros traits dans nos agendas !!!
Quel plaisir de se retrouver enfin pour pratiquer nos activités favorites...

PLANNING DE REPRISE

Danse en Ligne avec Bob et Danielle :

À partir du lundi 14 juin, chaque lundi, de 14h à 17h, à la **Salle des Fêtes**

!!! Exceptionnellement les séances n'ont pas lieu au Complexe Aldo Piemontesi !!!

Danse en Ligne de Liliane et Mireille :

À partir du vendredi 11 juin,

Salle des Fêtes, le vendredi de 14h à 17h

Salle justice de Paix, le mardi de 14h à 17h !!! Nombre limité de places !!!

!!! Exceptionnellement les séances du vendredi n'ont pas lieu à la Justice de Paix !!!

Country Dance avec Edel et Corinne :

À partir du jeudi 10 juin,

Les lundi, mardi et jeudi, de 9h à 12h, à la **Salle de Fêtes**



Cuisine avec Cristiane :

À partir du mercredi 9 juin, chaque mercredi de 9h à 12h à la **Salle des Fêtes**

!!! Nombre limité de places !!!

Gym sur Ballon (Pilates) avec Liliane :

À partir du jeudi 10 juin, chaque jeudi, de 9h30 à 10h30, à la **Salle Mazza**

!!! Nombre limité de places !!!



Les animateurs veilleront à mettre en place un protocole sanitaire validé par les autorités locales.

Pour vous inscrire ou avoir des informations, contactez les animateurs par mail ou par téléphone :

Danielle : 06 72 29 45 01, Liliane : liliane.mdo83@yahoo.fr / 06 20 40 52 82, Mireille : mimigutz53@hotmail.fr / 06 13 86 24 67, Edel : edelalbertini@aol.com / 06 33 59 59 39, Corinne : corinne.dekeukeleire@icloud.com / 06 08 09 93 23, Cristiane : pistou8333@sfr.fr / 06 42 01 80 90

Gymnastique : Étirements – Renforcement Musculaire



Mais, OUI, nous y sommes, on va pouvoir se retrouver pour quelques séances en fonction des disponibilités municipales, en respectant, bien évidemment et toujours, le protocole sanitaire.



Mes Biches et mes Biquets Uniques et Pr préférés du Phénix Ollioulais, cela nous semblait irréalizable il y a encore quelques temps, comme quoi : « *Patience et longueur de temps font plus que force ni que rage* ».

Alors avant la reprise, quelques exercices (certains vous sont familiers) pour votre dos qui a dû souffrir de l'inactivité, allez -y en douceur.

Brigitte qui prend soin de vous



Étirements, renforcement musculaire :

Le programme pour prendre soin de son dos à la maison

Source : Femme Actuelle – le 17 novembre 2020

Exercices de renforcement musculaire, étirements ciblés, réflexes à adopter... Composez votre petit programme sur-mesure pour chouchouter votre dos au quotidien !

"Il vaut mieux prévenir que guérir...". Cet adage est plus que jamais d'actualité avec nos modes de vie : le manque d'activité physique, les positions assises ou debout prolongées, le stress. Les maux de dos affectent des millions de personnes dans le monde, et ont un impact direct sur leur quotidien.

Pourtant, certaines douleurs pourraient être évitées grâce à la prévention : bonnes postures et bons gestes qui préservent le dos, renforcement en profondeur du buste, activités physiques à privilégier, etc. Mathieu Lafontaine, ostéopathe, vous propose des solutions douces et efficaces à mettre en place dès maintenant, pour préserver la santé de votre dos.

Renforcement musculaire : les meilleurs exercices pour muscler son dos

Le gainage abdominal

- Allongée sur le ventre, prenez appui sur vos coudes et sur vos orteils crochetés au sol. La nuque, le dos et les jambes doivent être alignés (pour débiter, placez-vous devant un miroir pour contrôler votre posture).
- Tenez cette position le plus longtemps possible (commencez par 20 secondes, puis faites une pause, et augmentez le temps lorsque vous êtes à l'aise).



Les bienfaits du gainage abdominal : la planche est un exercice de gainage très connu, qui permet de renforcer efficacement les muscles postérieurs et antérieurs du bas du dos, et de diminuer la cambrure lombaire.

Le renforcement du rachis



- Allongée sur le ventre, sur un tapis, tendez les bras au sol au-dessus de votre tête et pointez vos pieds.
- Effectuez une rétroversion de votre bassin en levant votre buste vers le plafond, les pieds et les mains se soulèvent légèrement du sol.

Les bienfaits de cet exercice : avec ce mouvement en apparence très simple, on renforce effacement les muscles postérieurs de l'ensemble du rachis. Tenez entre 15 secondes et 1 minute la position, puis relâchez.

La mobilisation du buste

- Placez-vous à quatre pattes sur un tapis. Mains au niveau des épaules, bras et jambes écartés à la largeur du bassin.
- Simultanément, tendez et soulevez le bras droit et la jambe gauche, dans le prolongement de votre buste.
- Tenez la position une dizaine de secondes, relâchez, puis faites de même en inversant les côtés.



Les bienfaits de cet exercice : cette position surnommer superman va être utile pour renforcer l'ensemble des muscles du dos, de l'omoplate et du bassin.



La musculation du dos

- Assise sur une chaise, un élastique fixé à un support devant vous (poignée de porte, meuble...).
- Le dos bien droit, ramenez les élastiques à hauteur des épaules, tout en rapprochant vos omoplates entre eux.
- À faire une vingtaine de fois.

Les bienfaits de cet exercice : avec cet exercice, on va renforcer le haut du dos et étirer en même temps la nuque.

Étirements du dos : les meilleurs mouvements pour soulager les tensions

L'étirement des cervicales

- Assise sur une chaise, agrippez la partie latérale de la chaise. Tout en maintenant la chaise, inclinez-vous sur le côté, en commençant par la tête, puis par les épaules et le dos.
- Maintenez l'étirement, sans à coup, pendant 1 minute, puis changez de côté.



Les bienfaits de cet étirement : facile à réaliser au bureau ou à la maison, ce mouvement discret permet d'étirer les cervicales en ciblant les trapèzes. Idéal lorsque l'on travaille assis !

Le soulagement du milieu du dos



- Assise sur un tabouret, dos à un mur, collez bien votre bassin, vos épaules et votre tête.
- Effectuez une rétroversion du bassin, rentrez votre menton et écartez les bras tendus, en croix, de part et d'autre de vos épaules.
- Tenez la position 15 secondes, et élevez un peu les bras sur une expiration.

Les bienfaits de cet étirement : en restant bien collée au mur et en pensant à rétroverser le bassin, vous soulagerez le milieu du dos.

Le stretching du bas du dos

Assise sur vos talons en position du "coquillage", le dos rond, les bras tendus devant vous.

- Maintenez cette position pendant une minute en respirant profondément.
- Pour augmenter l'intensité de l'étirement, on peut ajouter une inclinaison des bras d'un côté, puis de l'autre.



Les bienfaits de cet exercice : relaxante aussi bien pour le corps que pour l'esprit, cette position de yoga va soulager les tensions dans le bas du dos et étirer le grand dorsal avec l'inclinaison.

L'assouplissement des lombaires



- Allongée sur le dos, prenez vos genoux entre vos bras et ramenez-les vers votre poitrine.
- À chaque expiration, essayez de ramener un peu plus vers genoux vers votre buste.
- À faire en douceur, de manière progressive, pendant 2 minutes.

Les bienfaits de cet étirement : grâce à cette posture, on relâche efficacement les lombaires qui peuvent être douloureuses, surtout en cas de manque d'activité physique et de position assise ou debout prolongée.

3 exos à faire avec un swiss ball

Le swiss ball (gros ballon) est l'accessoire à adopter pour soulager efficacement les douleurs du bas du dos, particulièrement recommandé pendant une grossesse.



Pour mobiliser les lombaires et le bassin avec un swiss ball :



- Allongée sur le dos, les jambes fléchies sur le ballon, faites des mouvements avant/arrière et de latéralités avec le swiss-ball sous les pieds.

- Assise sur le ballon, réalisez des mouvements de droite à gauche, puis d'avant en arrière, avec votre bassin. Si vous manquez de stabilité, n'hésitez pas à bloquer le ballon avec vos mains.

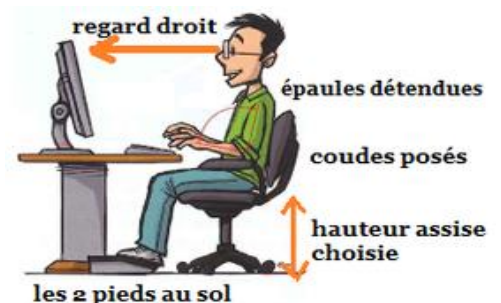


- Debout, dos à un mur, le ballon entre vous et le mur. Rétroversez votre bassin, et baissez-vous en pliant les jambes, puis remontez, en tentant de maintenir le ballon collé au mur. En prime, on tonifie les jambes et les abdos !

Conseils d'ostéopathe :

La bonne posture à adopter derrière un bureau

- Rapprochez le fauteuil du bureau, pour vous permettre d'avoir les avant-bras appuyés sur le bureau, ainsi que le dos bien au fond de votre siège.
- Réglez la hauteur de la surface de travail, afin d'avoir vos coudes fléchis à 90°.
- Contrôlez que votre écran de travail est à une distance de 60 à 90 cm.
- L'ordinateur doit être directement devant vous, sans avoir à tourner la tête, et le dessus de l'écran doit se trouver juste sous la hauteur de vos yeux, idéalement incliné à 15°.



"Le secret, c'est le mouvement !"

"On dit que le mal de dos est le mal du siècle, mais en réalité, c'est la sédentarité et l'inactivité qu'il faut pointer du doigt. Le corps humain n'est pas fait pour rester assis 8 heures par jour ou piétiner sur place. L'activité physique régulière est donc une priorité pour préserver sa santé générale, et notamment pour prévenir les douleurs et tensions localisées dans le dos. Bouger dès que l'on peut, fera à terme la différence : empruntez les escaliers plutôt que l'ascenseur, privilégiez la marche ou le vélo aux transports en commun... Tout est bon à prendre !", explique Mathieu Lafontaine, ostéopathe.

La natation

La natation est sans nul doute le sport le plus complet, et le plus utile pour le corps, à tout âge. L'alternance de différentes nages et l'utilisation de palmes ou petites planches, permettent de se muscler en profondeur, tout en évitant de se blesser et de tasser les articulations.



Le Pilates

Grâce aux différents exercices de renforcement musculaire proposés en Pilates, cette discipline douce, accessible à tous, mobilise les muscles profonds du dos pour une amélioration significative de la posture au quotidien.

L'escalade

Moins grand public, ce sport gagne pourtant à être connu pour chouchouter son dos ! En sollicitant l'ensemble des chaînes musculaires, on gagne en tonicité et en souplesse, en particulier au niveau du buste.

Merci à Mathieu Lafontaine, ostéopathe, www.osteopathes.paris



COUNTRY

Petite histoire de la danse country

La danse country fait partie intégrante de l'histoire américaine. Ses origines se trouvent dans le folklore des Irlandais et des Écossais qui s'installèrent dans les Appalaches au XVIII^e siècle. C'est au moment où ils se réunissaient, pour les fêtes de village, qu'elle donnait la meilleure occasion d'oublier le dur labeur. C'est comme ceci qu'elle est devenue synonyme de divertissement, de joie et de rigolade.



Au début, la danse country se pratiquait en couple et sur les sons d'instruments que les migrants avaient pu transporter avec eux : violons, flûtes champêtres produisant des rythmes syncopés inspirés de la musique traditionnelle irlandaise. Ensuite, il y a eu des instruments tels que le banjo, la mandoline et la guitare sèche qui se sont incorporés. Par la suite les différents groupes musicaux ont fait évoluer la music country sous la forme que nous connaissons aujourd'hui.



La danse a évolué aussi : après la danse en couple et en s'inspirant de la « danse en Carré » des Anglais, les participants se sont mis à danser en cercle. Ils frappaient dans les mains et changeaient de partenaires. Les cow-boys le plus souvent solitaires créèrent vite une variante, la danse en ligne. Tous les danseurs se placent sur une ligne et imitent les pas des danseurs en couple. C'est ainsi qu'est née la "line dance".

Avec le temps, la danse country s'est adaptée, intégrant les nouvelles tendances pour toujours rester dans "le vent". Progressivement, elle va bientôt envahir l'Europe en s'implantant tout d'abord en Hollande, puis en Angleterre, en Allemagne, en Suisse, en Belgique et en France.

Connaissez-vous bien l'univers de la danse Country ? Testez vos connaissances...

1. Que veut dire le mot Country ?

Paysan

En Ligne

Pays

Aucune des 3 propositions précédentes

2. Quelles sont les façons de danser la Country ?

En ligne

En face à face

En couple

Les 3



3. Quel est le nom de cette célèbre chanteuse de Country ?

Shania Twain

Samantha Twain

Sylvia Twain

Samia Twain

4. Quelle est cette danse qui fait penser à la Country ?

La Marjolaine

Le Madison

Le Marisa

Le Marivonne

5. À quoi reconnaît-on un danseur de country ?

Il crie tout le temps « hiii ha »

Il porte des éperons

Il a un t-shirt avec écrit « j'peux pas j'ai country » ou « je danse mieux que toi »

Il porte des santiags

6. Quelle est cette danse qui signifie « cafard » en espagnol ?

Cumulus

Cuba

Cucuaracha

Calimero

7. Le groupe de country Rednex a chanté cette chanson...

Couple and Single

Monique and Joe

Cotton Eyed Joe

Cotton and Make-Up

8. Sur une piste de danse, les débutants doivent, de préférence, se mettre :

Au centre, pour toujours avoir un référent devant

Sur le côté, pour ne pas embêter les pros

N'importe où, ça n'a pas d'importance

Assis à table : un débutant ça ne danse pas !

9. Lorsqu'il danse, il arrive qu'un danseur de country...

... tape son voisin

... fasse une pirouette

... tourne comme une toupie

... tape des pieds

10. Parmi ces personnes, laquelle est un chorégraphe

Didier Beaumont

Maggie Gallagher

Alan Jackson



11. Un vine est sur combien de temps

- 4
- 5
- 3

12. Qu'est- ce qu'un scuff ?

- Brosser du pied sur le sol
- Aller à droite et revenir à gauche
- Balancer les hanches de droite à gauche

13. Quelle est la traditionnelle danse d'ouverture d'un bal country ?

- Hooked on Country
- Hooked on Trad
- La Chapelloise
- Tush Push

14. Quelle est la danse traditionnelle de fermeture d'un bal country ?

- Fais Dodo
- Irish Stew
- Madison
- Seminole Wind

15. Quelle est l'unité de mesure du tempo en danse country ?

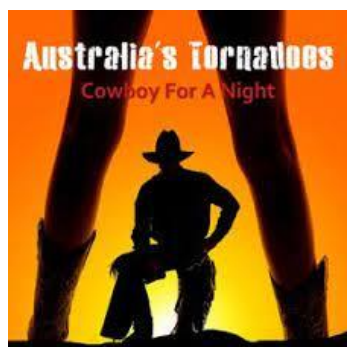
- Le Battement par minute
- La mesure
- La seconde



Réponses : 1. Pays / 2. Les 3 / 3. Shania Twain / 4. Le Madison / 5. Il porte des santiags / 6. Cucaracha / 7. Cotton Eyed Joe / 8. Au centre / 9. tape des pieds / 10. Maggie Gallagher / 11. 3 / 12. Brosser du pied sur le sol / 13. Hooked on Country / 14. Seminole Wind / 15. Le Battement par minute

Source : kanas.com/wilhorses37.e-monsite.com/quiz.biz

La danse country est un excellent moyen de s'exprimer ; elle est insouciant et fun... Pratiquer la danse permet de s'amuser, mais aussi de maintenir en bonne santé le corps et l'esprit. Alors, faisons-nous du bien en nous amusant... DANSONS !!!



Je vous propose une chorégraphie de 1997 de la chorégraphe américaine Kathy Hunyani : **GHOST TRAIN**.

Sur la chanson « Ghost Train » du groupe Australia's Tornado, cette danse de niveau débutant 32 comptés, 4 murs continue à être dansée avec enthousiasme dans les bals country. Si vous désirez la découvrir ou la revoir, suivez le lien ci-dessous sur la page Youtube d'Agnès Gauthier :

https://www.youtube.com/watch?v=138ttL4_zW4



Bon Amusement,
Country-bisous, Corinne



Cuisine de Cristiane



🌟 **Coucou les amis !!!** 🌟

Aujourd'hui vous méritez de découvrir un endroit magique !!!



🌟 Je vous emmène en Provence entre Ventoux et Luberon découvrir un feu d'artifice de couleurs et de lumières dans un écrin de verdure !!! Le massif des Ogres primé au concours Eden "Destinations Européennes d'Excellence" 2017 ainsi que du label Grand Site de France.

Roussillon : le plus important gisement d'ocre au monde. Dans ce village avec son site grandiose sculpté par l'eau, le vent et la main de l'homme, et sa palette de couleurs flamboyantes qui passe du presque blanc, au jaune d'or, au rouge sang pour finir au violet, vous découvrirez le sentier des ogres qui vous conduira à la "Chaussée des géants" et au milieu des "cheminées de fées". Vous y ferez un voyage minéral de 110 millions d'années !!! 🌟

🌟 L'ocre est utilisée depuis la préhistoire. L'extraction du précieux pigment commença à l'aide de pics, de barres à mine... Les ocriers travaillaient d'abord à ciel ouvert, puis en galeries. Le sable ocreux, une fois extrait, était broyé et lavé au jet d'eau. Le sable plus lourd restait sur place et l'ocre pure était entraînée par l'eau et arrivait dans des bassins de décantation.

🌟 Le développement du chemin de fer facilitait l'exploitation des ogres, les sacs remplis du précieux pigment étaient transportés à Apt et partaient en direction de Marseille.

On trouvait ce pigment dans : les peintures, les crayons, les produits de beauté, l'alimentaire, les porcelaines décorées.

🌟 En 1952, l'ère de l'ocre prit fin avec l'arrivée des colorants synthétiques. Aujourd'hui l'ocre naturelle demeure pourtant un produit inégalable dans certaines utilisations surtout dans les peintures et les façades à la chaux.

Une légende voudrait que le Seigneur Raymond d'Avignon qui vivait au château de Roussillon avec Dame Sermonde qu'il délaissait pour aller à la chasse... fit préparer par le cuisinier le cœur de l'amant de celle-ci. Elle s'en délecta jusqu'à la dernière bouchée, ignorant l'abominable chose.

À la fin du repas, Raymond lui révéla qu'elle venait de manger le cœur de son jeune amant. Horrifiée, elle dit : " Seigneur, vous m'avez offert un si bon repas que plus jamais je ne veux en goûter d'autre ", puis Dame Sermonde s'enfuit hors du château, et se jeta dans le vide. Son corps sanglant se répandant sur les terres alentour les colora à jamais d'un rouge flamboyant et une source jaillit là où son corps termina sa course !!

J'espère vous avoir fait faire un beau voyage dans notre Provence.

Merci de m'avoir lue, passez une belle semaine, Cristiane 🥰🥰

Et maintenant, la Recette :

CRUMBLE DE BANON AUX FRUITS SECS

Puisque nous ne sommes pas loin, allons faire un détour par Banon !

Le banon dans son enveloppe de feuilles de châtaignier, c'est un petit fromage au lait cru de chèvre dont le nom provient d'un petit village adossé au plateau d'Albion entre Lure et Ventoux. Il a entre 6 et 7 cm de diamètre et pèse une centaine de grammes. Il est fabriqué avec du lait de chèvres de races provençales, rove et alpine exclusivement.

Les chèvres doivent paître sur les collines de la région pendant au moins 210 jours par an. Il est commercialisé recouvert de feuilles de châtaigniers brunes, liées par un brin de raphia naturel.

En 2003, l'INAO a donné son accord pour protéger le Banon par une AOC. C'est le premier fromage de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur à obtenir une AOC. Cette reconnaissance concerne 111 communes des Alpes-de-Haute-Provence, 33 des Hautes-Alpes, 21 de la Drôme et 14 du Vaucluse, soit un total de 179 communes pour la production du lait et la fabrication.



Découvrez une nouvelle manière de déguster le fromage de chèvre grâce à cette savoureuse et gourmande recette de **Crumble de Banon aux fruits secs**.

Ingrédients :

Un Banon par personne, du beurre, de la chapelure, des fruits secs, des herbes de Provence



Préparation :

Préchauffer le four à 180°C.

Couper le beurre en morceaux et mélanger avec les doigts à la farine, la chapelure et quelques pincées d'herbes de Provence pour sabler la pâte. Sur une plaque recouverte de papier cuisson, répartir la pâte et enfourner 6 minutes à 180°C (le crumble doit être encore clair).

Couper les abricots et les figes en petits morceaux et les mélanger au crumble.

Déposer les Banons dans une coupelle allant au four et déposer le crumble par-dessus. Enfournier 8 minutes à 180°C.

Pour finir :

Servir chaud avec du bon pain de campagne.

Régalez-vous !!



Patrimoine Ollioulais : Le Télégraphe de Chappe

Notre chère ville d'Ollioules recèle des petits trésors qui racontent la richesse de son histoire. Parmi ceux-ci, il en est un qui se mérite... car c'est après une petite randonnée sur les pentes un peu raides du Croupatier que vous l'atteignez : **LE TÉLÉGRAPHE DE CHAPPE**.



Le télégraphe aérien ou optique, dit Chappe du nom de son inventeur, est un moyen de communication visuel par sémaphores, sur des distances de plusieurs centaines de kilomètres, mis au point par Claude Chappe en 1794. Les sémaphores sont en général placés sur des tours dites tours Chappe.

Utilisé à des fins militaires et politiques, le télégraphe Chappe compta à son apogée 534 stations réparties sur 5000 km à travers l'Europe.

Ollioules a la chance d'avoir sur son territoire un vestige de la ligne Paris-Toulon.

Je vous propose d'en apprendre un peu plus sur ce dispositif en lisant l'article qui suit, issu de *nicematin.com* par **ANDRÉ PEYRÈGNE**, mis à jour le 01/03/2020.

Bonne découverte, Corinne

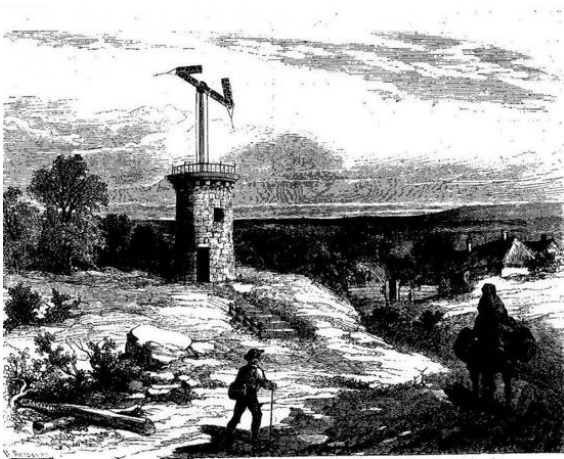


Quel a été l'impact de l'arrivée du télégraphe à Toulon en 1821 ?

Les communications avec Paris vont être accélérées. Mais pas assez pour éviter, en 1828, l'exécution de deux condamnés dont la culpabilité fut mise en doute juste avant leur mise à mort.

Communiquer à distance : un vieux rêve de l'humanité ! Dans les sociétés primitives cela se faisait à coups de tam-tam ou de tambour, ou avec des feux qu'on allumait d'une colline à l'autre. Au Moyen Âge, on envoyait des signaux de château en château.

Le long des côtes maritimes – c'était le cas dans notre région –, des tours de guet permettaient d'annoncer l'arrivée d'ennemis ou l'invasion de corsaires. Les bateaux de guerre hissaient des pavillons pour donner les instructions d'attaque ou de positionnement.



Le télégraphe Chappe qui dresse ses tours et ses bras articulés sur tout le territoire français. Photo DR

Mais un jour, les choses prirent une nouvelle tournure. Un certain Claude Chappe inventa un système révolutionnaire, le télégraphe. Il fut d'abord appelé sémaphore. Grâce à un mécanisme de bras articulés pouvant former des figures codifiées, on put envoyer des messages d'un bout à l'autre du pays grâce à un réseau de relais.

Ce système commença à se répandre en France au départ de Paris en 1794. Événement capital pour notre région, il arriva à Toulon le 14 décembre 1821. Le maire était heureux. Mais rien que pour transmettre son nom par les airs, il fallait déployer une sacrée énergie : il s'appelait François Camille de Drée de la Serre. Jamais Toulon n'avait connu de maire au patronyme aussi imposant !

À L'ASSEMBLÉE NATIONALE

Qui était donc ce Claude Chappe, inventeur du télégraphe ? Un prêtre né dans la Sarthe, passionné de mécanique, de physique et de phénomènes électriques. Avec ses quatre frères chômeurs, il créa son système de transmission d'information à distance.

C'est le 2 mars 1791, à 11 heures du matin, qu'ils envoyèrent leur premier message: *"Si vous réussissez, vous serez couvert de gloire."*

Ils ne croyaient pas si bien dire. Cela se passait dans le département de la Sarthe où les frères habitaient. Fort de son succès, Claude Chappe se rend à Paris.

On est en pleine période révolutionnaire. Le 22 mars 1792, il soumet son invention à l'Assemblée nationale et la présente *"comme un moyen d'envoyer des ordres aux frontières du pays et de recevoir la réponse pendant la durée d'une même séance de l'Assemblée."*

Les députés sont séduits. Mais, comme toujours, il faut du temps pour que le projet se réalise. Un an passe. En mars 1793, le député Charles-Gilbert Romme, connu comme créateur du calendrier républicain (calendrier non lié au christianisme, avec des nouveaux noms de mois et une périodicité décimale) propose à la Convention nationale d'utiliser l'invention de Chappe pour transmettre les informations militaires et remplacer ainsi les estafettes à cheval.

DES SIGNAUX PAR GROUPES DE DEUX

Le 26 juillet 1793, le célèbre Joseph Lakanal, ministre de l'Instruction publique, ordonne l'ouverture de la première ligne télégraphique Paris-Lille. Le système Chappe se présente sous forme de deux ailes mécaniques articulées, accrochées à un bras de 4,60 mètres, lui-même reposant sur un mât de sept mètres de haut.

Le mécanisme fonctionne grâce à un système de câbles, contrepoids et poulies. Les ailes mécaniques peuvent prendre 98 positions. Chacune correspond à un code. Les signaux sont transmis par deux. Le premier renvoie à la page d'un manuel. Le deuxième indique le numéro de la ligne dans cette page. Le dictionnaire comportant 92 pages de 92 lignes chacune, cela fait un total de 8464 mots ou groupes de mots. Il y a de quoi envoyer pas mal de messages !

Les télégraphes, espacés en moyenne de dix kilomètres pour être visibles de loin à l'œil nu ou avec des jumelles, sont installés en hauteur soit sur des édifices existants (églises, moulins, etc.), ou sur des tours construites spécialement.

Bien sûr, le système ne fonctionne qu'à la lumière du jour. En cas de brouillard ou de forte pluie, pas de télégraphe! Un de ses premiers usages historiques du télégraphe Chappe eut lieu le 9 octobre 1799, lorsque Bonaparte débarqua à Fréjus au retour de sa campagne d'Égypte. La nouvelle, transmise à cheval jusqu'à Paris, irrigua ensuite en quelques heures tout le nord de la France.

Les télégraphes Chappe se répandent à travers le pays. Victor Hugo parle du "grand insecte noir" que l'on voit dans les campagnes françaises. Alexandre Dumas reprend l'image en parlant d'"un étrange insecte au service de l'argent et de la vengeance". Les premières installations suscitent de la méfiance, voire de l'hostilité, de la part de la population.

Il en est toujours ainsi ! Des appareils sont détruits ou vandalisés. Autour d'eux se répandent des rumeurs de sorcellerie. Certains vandales veulent tout simplement retarder les communications gouvernementales.

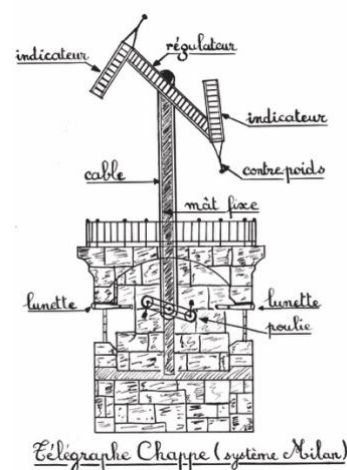
En 1821, le télégraphe Chappe arrive donc à Toulon. On atteint le sud de la France, la Méditerranée, le grand port de guerre du pays. Les informations militaires transmises peuvent être capitales.

Claude Chappe, ancien prêtre passionné de sciences, révolutionna le système des transmissions télégraphiques avec son système. (DR)



Grille des signaux de correspondance

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100



TROIS RELAIS À LA CADIÈRE, OLLIOULES ET TOULON

La ligne des relais descend de Paris vers Lyon, Valence, Avignon, Marseille. Arrivée à Marseille, elle se dirige vers le Var par Aubagne et pénètre dans le département à La Cadière. Cela fait en tout 108 stations depuis Paris.

À quelque 2,5 kilomètres au sud de leur village, sur la colline de Pibarnon, les habitants de La Cadière ont vu pousser leur tour Chappe au milieu de la nature. Voilà le premier relais du télégraphe du Var. Ils découvrent avec étonnement le grand pantin articulé qui agite ses bras dans le ciel.

Comme dans tous les relais Chappe, on a installé du personnel à demeure, recruté parmi les paysans et ouvriers du coin – à condition qu'ils sachent lire. Ils doivent être présents toute l'année, de l'aube au crépuscule, en se relayant. Ils sont mal payés mais sévèrement contrôlés. Des inspecteurs les surveillent et assurent leur formation.

De maigres vestiges de la tour Chappe de La Cadière demeurent de nos jours. Les randonneurs les rencontrent au lieu-dit de la Vigie. Il faut emprunter le chemin de La Croix des signaux – ainsi appelé, sans doute, en souvenir du télégraphe.

Le second poste du Var fut installé à Ollioules, à 9 kilomètres du précédent à vol d'oiseau. Là, les vestiges restants sont plus importants, connus des marcheurs qui empruntent d'un pas hardi le GR 51 sur la montagne du Croupatier. La ruine a été sauvegardée par l'association Les Chemins du patrimoine. Leur président Raoul Décugis organise des visites sur demande.

Le troisième relais fut installé à Toulon, à 7 kilomètres du précédent. À Toulon, il y aura trois relais successifs. D'abord, en 1821, sur la tour de l'horloge de l'arsenal. Elle dominait la ville et se trouvait au cœur du secteur stratégique militaire du port.

En 1850, le relais fut déplacé sur le belvédère de la préfecture maritime alors située sur l'actuelle place d'Armes (bâtiment détruit pendant la Seconde Guerre mondiale) afin de le protéger des mouvements

sociaux qui agitaient l'arsenal à cette époque. Un troisième fut installé en 1842 au fort Lamalgue, au Mourillon (2).

TROIS HEURES POUR UN MESSAGE VERS PARIS

Il fallait trois heures pour transmettre un message de Paris à Toulon alors que cinq à six jours étaient nécessaires à cheval. Comme le remarque l'historien Raoul Décugis, si Toulon avait possédé ce système de communication en 1815, le retour de l'île d'Elbe de Napoléon aurait été impossible: *«Paris aurait été immédiatement prévenu du débarquement de l'empereur à Golfe-Juan, alors que lorsque la nouvelle parvint dans la capitale, Napoléon était déjà à Grenoble avec une importante armée et on ne pouvait plus l'arrêter.»*

Les informations transmises par le télégraphe Chappe étaient administratives et militaires. Pour les communications privées ou les messages d'amour, il faudrait attendre. Les messages étaient essentiellement destinés au préfet maritime de Toulon. Lorsqu'ils concernaient le préfet du Var, ils étaient aussitôt amenés à Draguignan à cheval.

Le trafic des messages s'intensifia vers la fin des années 1820 à cause de la multiplication des expéditions militaires et surtout de la conquête de l'Algérie. D'après l'historien Alain Le Pestipon, les communications atteignirent les 4000 par an. À titre de comparaison, à Nîmes, on en comptait 400.

CONDAMNATION À MORT

Le 3 février 1828, branle-bas de combat au ministère de la Marine à Paris. On reçoit une information permettant peut-être d'innocenter deux marins condamnés à mort qui doivent être exécutés le lendemain matin au bagne de Toulon. Il faut suspendre l'exécution. Vite, le télégraphe !

À 17 heures 30, un agent se rend à la tour de Ménilmontant à Paris pour envoyer le message: *"Ministère de la Marine: il est demandé de suspendre l'exécution de..."* Pendant qu'au bagne de Toulon, dans les terrifiants cachots des condamnés, les deux marins voient leur dernière heure arriver, les bras articulés du télégraphe commencent à mouliner l'information salvatrice.

De relais en relais, le message quitte Paris, se dirige vers Tonnerre, Semur, Dijon. Dans chaque relais, les préposés à la réception et la transmission réalisent qu'il y a urgence. Ils font au plus vite. La vie de deux hommes est en jeu.

Les tours Chappe de Chalons, de Lyon, de Valence prennent le relais. Une course contre la montre est engagée. Puis ce sont les relais d'Étoile, de Livron, de Loriol. Mais on est en hiver. Et voilà que la nuit commence à tomber. Soudain, le message n'est plus visible.

Sa transmission est arrêtée. À l'aube du 4 février 1828, dans le bagne de Toulon, deux marins qui étaient peut-être innocents du crime dont on les accusait furent exécutés...



Les vestiges de la tour Chappe à Ollioules. Photo randojp.free.fr

Coup de cœur des Phénix Lecteurs : *Geneviève et Liliane*



Chers amis lecteurs,

Cette semaine nous vous emmenons à la rencontre d'un trio touchant. Un rendez-vous à ne pas manquer.

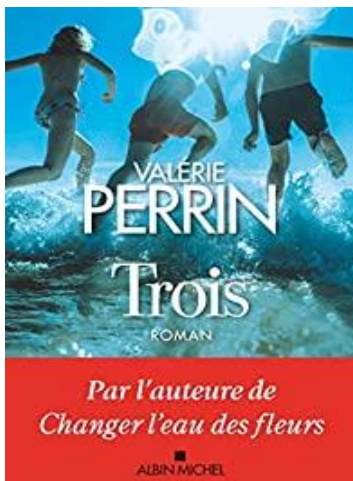
Voici « Trois » le nouveau roman de Valérie Perrin.

Valérie Perrin est née en 1967 à Remiremont dans les Vosges. Elle grandit en Bourgogne et s'installe à Paris en 1986, puis en Normandie en 1995.

En 2015, elle publie son premier roman **Les oubliés du dimanche**. Il obtient 13 prix littéraires dont le Choix des Libraires 2018 et se classe depuis parmi les meilleures ventes au livre de poche.

En 2018 elle connaît un succès retentissant avec son deuxième roman, **Changer l'eau des fleurs**.

En 2021, elle publie son troisième roman, **Trois** dans lequel elle tisse le destin de trois amis d'enfance sur 30 ans.



Rentrée des classes 1986 à l'école primaire pasteur la Cornelle en Saône et Loire. Nina, Etienne et Adrien entrent en CM2 dans la classe de M. Py, le tyran di village. Ils sont très vite inséparables et une promesse les unit : quitter leur province pour vivre à Paris et ne jamais se séparer.

Le livre débute en 2017 avec la découverte d'une voiture au fond d'un lac, dans le hameau où les trois enfants ont grandi, et la disparition d'une jeune fille.

Virginie, journaliste au passé énigmatique, couvre l'événement. L'auteur navigue habilement entre cette enquête et l'histoire de ce trio.

On va découvrir peu à peu, de la fin de la primaire à leurs 40 ans passés, leurs vies, leurs amours, leurs réussites, leurs petits et grands secrets, leurs échecs.

Valérie Perrin a ce don de saisir la profondeur insoupçonnée des choses de la vie. Au fil d'une intrigue poignante et implacable, elle nous plonge au cœur de l'adolescence, du temps qui passe et nous sépare.

Ce livre réveille en nous les références de notre jeunesse, les chocos BN, les boums, les chansons et musiques que nous avons écouté et chanté.....

Nous vous recommandons chaleureusement ce roman de Valérie Perrin.

Prenez votre temps pour le lire, le savourer, découvrir ces personnages attachants et laissez-vous surprendre.



PROTÉGEONS NOTRE PLANÈTE

Mes Biches et mes Biquets uniques et préférés du Phénix Ollioulais, et si on parlait d'héritage, celui que nous allons laisser à nos petits-enfants, il suffit de quelques gestes simples non pas pour sauver l'impossible, simplement pour améliorer le quotidien et construire un avenir plus édulcoré.

Essayons de suivre ces quelques conseils.



Brigitte qui pense à vous.

Écologie : 6 gestes qui font du bien à la planète

Source : Femme Actuelle – le 19 mai 2021



De nos moyens de transport à notre assiette, de la maison au bureau, il y a plein de bonnes habitudes faciles à prendre pour préserver notre environnement et limiter les émissions de gaz à effet de serre. Voici quelques idées faciles à mettre en pratique.

1/ Réfléchir à son mode de transport



NON



OUI

Se déplacer autrement qu'en voiture individuelle permet d'éviter plus de 200 kg d'émissions carbonées. Y renoncer n'est pas forcément facile, mais quand on sait qu'un automobiliste perd en moyenne 6 jours dans les embouteillages chaque année, cela peut aider à réfléchir aux alternatives quand il y en a, et c'est déjà un premier pas !

2/ Rééquilibrer nos assiettes



Légumes de saison sont une priorité

L'alimentation est à l'origine de 25 % des émissions de gaz à effet de serre d'un Français. Il est facile d'en réduire l'impact en changeant nos habitudes. On peut rééquilibrer les apports en protéines animales et végétales, et donner la priorité aux fruits et légumes de saison. En effet, il faut beaucoup d'énergie pour cultiver des fruits et légumes hors saison, mieux vaut donc limiter leur consommation.





3/ Appuyer sur l'interrupteur

Un geste simple

Un geste aussi important à la maison qu'au boulot. L'idée, c'est d'éteindre les lumières inutiles, bien sûr, mais aussi de faire la chasse aux modes veilles de nos ordinateurs, téléviseurs, box internet, etc. Une habitude d'autant plus facile à adopter avec des multiprises qui commandent plusieurs appareils d'un coup, et qui permet d'économiser jusqu'à 80 euros par an sur sa facture d'électricité.



4/ Contrôler le débit d'eau



Prudence : débit

On pense souvent à éteindre l'eau pendant qu'on se savonne sous la douche ou qu'on se brosse les dents, mais le meilleur moyen de diminuer sa consommation d'eau, c'est de placer des réducteurs de débit sur les robinets ou des pommeaux de douche économiques : ils permettent de réduire jusqu'à 60 % le débit, sans que la pression diminue !



5/ Privilégier les contrats verts

Il suffit d'y penser

Un contrat d'électricité ou de gaz « vert » signifie que le fournisseur s'engage à injecter dans le réseau une quantité d'énergie issue de sources renouvelables (éolien, solaire, hydraulique, etc.) équivalente à la consommation de votre foyer. Cela encourage le développement de ces énergies et c'est tant mieux ! C'est un petit pas à l'échelle d'un ménage, mais qui s'ajoute à ceux des entreprises. Par exemple, toutes les usines TENA en Europe sont désormais alimentées à 100 % par de l'électricité d'origine renouvelable.



6/ Raisonner son usage du numérique

Bien gérer le courrier électronique

C'est peut-être la source de pollution dont nous avons le moins conscience, mais elle est bien réelle. Alors c'est plutôt un ensemble de gestes qu'il s'agit d'adopter : limiter le nombre de destinataires de nos emails, compresser les pièces jointes et privilégier les sauvegardes en local plutôt que sur un cloud. Mais aussi vider régulièrement sa boîte mail ou couper sa caméra lors de points d'équipe à distance.



Rubrique détente et humour



Pour rire de bon cœur. Bisous Geneviève

Jeux de Mots

Quel animal court le plus vite ?
Le pou car il est toujours en tête

Deux Coccinelles font la course. Au bout d'un moment une s'arrête et dit :
Stop !!!! J'ai un point de côté !!!!!

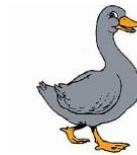


Une poule sort de son poulailler et dit :

« Brrrrr, il fait un froid de canard »

Un canard qui passe lui répond ;

« Ne m'en parle pas, j'ai la chair de poule »



Pourquoi les coqs ont-ils des ailes et les poules pondent-elles des œufs ?

Parce que les coqs ont besoin « d'elles » et les poules ont besoin « d'eux ».

2 mites se rencontrent dans un pull, l'une dit :

Où vas-tu en vacances cette année ?

Au bout de la manche, répond l'autre.



Savez-vous comment communiquent les abeilles ?

Par e-miel.

Que fait un canard quand il a soif ?

Il se tape une cannette.



Que se disent deux chats quand ils sont amoureux ?

Nous sommes félins pour l'autre



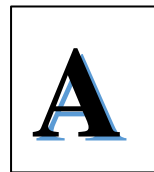
Si tu as le Nord devant toi.
Tu as le sudoku

Quelle est la différence entre un internaute et sa femme dépensière ?
Pendant qu'il clique elle claque



Quelle est la différence entre
un cendrier et une théière
Le cendrier c'est pour des cendres
La théière c'est pour mon thé

Quelle est la différence entre
la lettre A et le clocher de l'église
La lettre A c'est une voyelle
Et le clocher de l'église c'est là qu'on sonne.



Quelle est la différence
entre une girouette et un horloger
La Girouette montre les vents
L'horloger vend les montres

Quelle est la différence entre Paris, un ours blanc et Virginie
Paris est métropole
L'ours blanc est maître au pôle
Et Virginie aimait trop Paul.



Quelle différence entre
la pioche, le pull et la semaine ?
La pioche a un manche
Le pull a deux manches
Et la semaine a dimanche.



Petits homographes :

Parfois on mange des **éclairs** au chocolat, à la lueur des **éclairs**

Les poissons qui **affluent** de l'**affluent**

Je vais **d'abord** te dire qu'il est **d'abord** fort agréable

Il serait bien que nous **éditions** cette histoire pour en réaliser de belles **éditions**

Ils n'ont pas un caractère **violent**, et ne **violent** pas leurs promesses
Leurs femmes se **parent** de fleurs pour leur **parent**

Elles **exceller** à composer un **excellent** repas

Il est **fier** et on peut s'y **fier**

Nous portions nos **portions**. Mais mes **fil**s ont cassé les **fil**s

Je suis **content** qu'ils vous **content** cette histoire

Près de l'abbaye les poules du **couvent** **couvent**

Le bruit déranga une **grue**, elle alla se percher sur la **grue**



EXERCICE CÉRÉBRAL

LE CINEMA EN QUIZZ



1 - Dans lequel de ces films de Robert Zemeckis joue Harrison Ford ?

- A La mort vous va si bien
- B Apparences
- C Flight
- D Contact

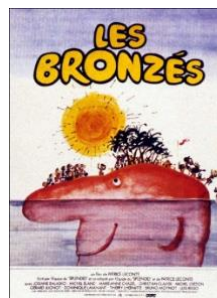
2 – Dans Batman le défi de Tim Burton quel acteur incarne le maléfique Shreck, allié du Pingouin ?

- A Christophe Walker
- B Pat Hingle
- C Michael Gough
- D Vincent Schiavelli



3 - Combien existe-t-il de saisons du film "Les Bronzés" ?

- A Il n'y en a qu'une.
- B Il y en a deux.
- C Il y en a trois.
- D Il y en a quatre



4 Lequel de ces films a valu à Michael Keaton une nomination à l'oscar du meilleur acteur ?

- A Le fondateur
- B Spotlight
- C Birdman
- D Fenêtre sur Pacifique



5 Avec lequel de ces réalisateurs n'a pas tourné Léonardo Di Caprio ?

- A Woody Allen
- B Steven Spielberg
- C Francis Ford Coppola



6 - Quelle est la particularité du film "Les Choristes" ?

- A Ce fut le film le plus connu des années 2000.
- B Le film a fait près de 8 millions d'entrées en 10 semaines.
- C Les enfants qui chantent dans le film ne sont pas tous de nationalité française.

7 Lequel de ces films a valu un oscar à Benoit Magimel ?

- A La Pianiste
- B La tête haute
- C Cloclo
- D Carbone



8 A quel chanteur Alexandra Lamy donne-t-elle la réplique dans le film Belle Fille ?

- A Vianney
- B Mathieu Chedid
- C Patrick Bruel
- D Thomas Dutronc

9 Lequel de ces films réunit Robert de Niro et Jean Reno ?

- A The score
- B Ronin
- C Limitless
- D Hotel Rwanda



10 Quelle est l'année de sortie du film "Qu'est-ce qu'on a fait au bon Dieu ?"

- A 2013
- B 2014
- C 2016
- D 2017



Source : Var Matin, <https://www.quizz.biz/quizz/quizz>



Solutions de l'exercice cérébral du 27 mai 2021

L'ARGOT:

Associez chaque mot d'argot à son équivalent français

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| 1 Bacchantes | A Addition |
| 2 Baraka | B Boire |
| 3 Château la pompe | C Bouteille de champagne |
| 4 Crapaud | D Chance |
| 5 Douleureuse | E Chaussette |
| 6 Ecluser | F Coiffeur |
| 7 Fumeuse | G Eau du robinet |
| 8 Merlan | H Mitraillette |
| 9 Nougat | I Moto |
| 10 Péteuse | J Moustache |
| 11 Réchauffante | K Paupière |
| 12 Roteuse | L Perruque |
| 13 Sulfateuse | M Pied |
| 14 Vasistas | N Portefeuille |

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
J	D	G	N	A	B	E	F	M	I	L	C	H	K

SOLUTIONS DU QUIZZ HISTOIRE

1. Qui aurait un jour dit : « Impossible n'est pas français » ?

- Coubertin
- De Gaulle
- Napoléon 1^{er}

Réponse : Napoléon 1^{er}.

Cette expression fait pendant au latinisme « ad impossibile nemo tenetur », « à l'impossible nul n'est tenu ». On peut lire ces mots dans une lettre de Napoléon 1^{er} adressée au général comte Le Marois, datée du 9 juillet 1813.

Après avoir battu les armées russes et prussiennes en mai 1813, Napoléon 1^{er} obtint l'armistice en juin. Cette trêve était le moment favorable pour réorganiser l'armée et s'assurer du réapprovisionnement des unités en vivres et en matériel.

Début juillet, il constata à Dresde que le stock alimentaire réservé aux chevaux de la Garde impériale était pratiquement épuisé. Sachant que la ville de Magdebourg disposait d'importantes réserves de céréales, il demanda au général comte Le Marois, gouverneur de cette ville, d'en acheminer une partie. Mais ce dernier lui répondit que c'était impossible. Le 9 juillet, Napoléon 1^{er} répliqua par :

« Impossible, me dites-vous ? Impossible n'est pas français »



2. Quel sport se cache derrière la formule « épater la galerie » ?

- La savate
- Le jeu de paume
- L'équitation

Réponse : Le jeu de paume.

L'expression remonterait à la fin du XVI^{ème} siècle, époque à laquelle Paris comptait 250 salles de jeu de paume et 7000 joueurs professionnels.

Au départ, ce sport se pratiquait en extérieur. Puis, à partir du XIV^e siècle, on commença à construire des terrains couverts appelés « tripots ». Ces terrains comportaient une grande salle de jeu bordée par des galeries où les spectateurs pouvaient regarder la partie tout en étant protégés. Les joueurs étant ainsi contemplés, il arrivait qu'ils exécutent quelques pirouettes en renvoyant la balle, pour impressionner le public par leur habileté. C'est en référence à ce jeu populaire et à ces pirouettes que l'on parle d'« épater la galerie ».

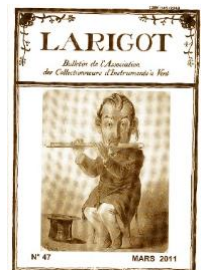


3. « À tire-larigot » signifie « beaucoup, énormément ». Mais qu'est-ce que le « larigot » ?

- Une petite flûte
- Une grande bouche
- Un petit verre

Réponse : Une petite flûte

Née dès la fin du XV^e siècle de l'association du verbe "tirer" (sortir un liquide de son contenant), et du nom "larigot", sorte de petite flûte, composante spécifique d'un orgue français, cette expression était à l'époque principalement associée au verbe "boire". "Boire à tire larigot" était donc pour les buveurs une incitation à faire sortir le vin des bouteilles comme on faisait sortir le son de l'instrument. Dans le jargon populaire « flûter » signifie aussi boire.



4. Quel mot allemand se cacherait derrière le mot «vache» de l'expression « mort aux vaches » ?

- Payer
- Garde
- Allemand

Réponse : Garde.

L'expression serait née au lendemain de la défaite de 1870. Et plus précisément en Alsace et en Moselle. À la frontière franco-allemande, sur les postes allemands était inscrit "Wache" signifiant "sentinelle" ou « Garde ». Les Français se seraient alors exclamés "Mort aux Waches !" qui, par déformation orthographique, serait devenu "Mort aux vaches !".

Selon une autre source, l'expression remonterait à l'époque d'Henri IV où celui-ci aurait assiégé Paris. Ses étendards arborant deux vaches, les Parisiens créèrent l'injure.

5. Qui se cacha derrière le surnom « d'éminence grise » ?

- Louis de Rouvroy, duc de Saint-Simon
- Jules Mazarin
- Le conseiller de Richelieu

Réponse : Le conseiller de Richelieu.

L'expression « Éminence grise » désigne un conseiller ayant de l'influence, mais qui reste dans l'ombre d'une personnalité (le plus souvent politique). Cette expression est employée pour la première fois au XVII^e siècle par rapport à François Leclerc du Tremblay, moine capucin appelé Père Joseph (1577-1638), conseiller secret et ami du Cardinal Armand du Plessis de Richelieu (1585-1642), lui-même Éminence Rouge (principal ministre) de Louis XIII (fils d'Henri IV et de Marie de Médicis).



6. Qu'est-ce qu'un coup de Jarnac ?

- Un acte de trahison
- Un coup dans le porte-monnaie
- Un acte d'un mauvais plaisantin

Réponse : Un acte de trahison.

Il s'agit d'un coup violent, habile et imprévu, un « coup en traître », un « coup bas ». L'expression fait référence au Baron de **Jarnac**, qui lors d'un duel en 1547, porta un coup très habile du revers de son épée et étonna toute l'assemblée. L'expression prend, avec le temps, un sens négatif et transmet un sentiment de trahison, de coup déloyal.

7. Que signifie « aller au diable vauvert » ?

- Boire un verre de trop
- Partir très loin
- Aller en enfer

Réponse : Partir très loin

On dit que l'on va *au diable Vauvert* lorsque l'on part très loin. Plusieurs explications se disputent l'origine de cette drôle d'expression. L'une d'elles évoque le château de Vauvert, également appelé château de Val Vert, à proximité de Paris. Au Moyen Âge, on racontait que des actes blasphématoires y étaient commis. Dans l'esprit populaire, le diable n'était donc jamais bien loin de ce lieu. Pour d'autres, c'est la petite ville de Vauvert, en Camargue, qui serait à l'origine de l'expression. Située sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, cette importante étape était l'occasion pour les pèlerins d'assister à des saynètes bibliques. Le personnage du diable avait une place importante dans ces spectacles de rue.

Enfin, de nombreux lieux comportaient le nom de « Vauvert » et tous étaient jadis situés en dehors de la capitale. Lorsque les moyens de transport étaient encore laborieux, les Parisiens s'en allant vers Vauvert partaient ainsi pour un long voyage. Dès le XV^e siècle, *au diable* signifiait déjà loin, le fait de l'ajouter accentue encore l'idée de distance.



8. Qu'est-ce qu'un « zouave » à l'origine ?

- Un bonimenteur
- Un soldat algérien, à l'origine kabyle
- L'autre nom du bouffon du roi

Réponse : Un soldat algérien, à l'origine kabyle.

En 1927, précise le Trésor de la langue française, l'expression « faire le zouave » signifie « perdre son temps, faire des choses sans utilité ». De nos jours, elle signifie « faire le pitre ».

Après la conquête de l'Algérie en 1830, l'armée française recrute des Kabyles pour former des troupes d'élite. Ces Zwawas (« zouaves ») sont membres d'une tribu montagnarde. Leur uniforme – culotte bouffante rouge garance, chéchia à gland, turban vert et ceinture blanche ou bleue de trois mètres – se repère sur un champ de bataille. Vers 1880, l'expression « faire le zouave » désigne les gens qui se font remarquer par leur extravagance, après 1900, ceux qui font les pitres.



9. De quand date l'expression « être jusqu'au-boutiste » ?

- Du XXIème siècle
- Du XIXème siècle
- Du XXème siècle

Réponse : Du XXème siècle.

La formule est de Louis Barthas, militant socialiste qui fut mobilisé en 1914 et qui relata son expérience sur la Somme, à Verdun, au Chemin des Dames. Elle servait à décrire les partisans de la continuation de la guerre jusqu'à la victoire et ce malgré les pertes humaines engendrées.

De nos jours, être jusqu'au-boutiste va décrire celui qui ne baisse pas les bras et ce, quel que soient les conséquences.

10. « Le mot de cambronne » est l'euphémisme de...

- Faire l'amour
- Con
- Merde

Réponse : Merde

La formule serait née lors de la bataille de Waterloo. Alors qu'un officier anglais aurait sommé le général Cambronne de se rendre, ce dernier aurait répondu selon certains : « La garde meurt, mais ne se rend pas ». Selon d'autres, il aurait été plus lapidaire et aurait lancé : « Merde ».

18 juin 1815. Napoléon a fui. La bataille de Waterloo est perdue. Cernés de toutes parts, les bataillons de la Vieille Garde refusent de céder. A la tête de ces hommes, Cambronne. Ce général d'empire, qui s'est illustré durant les guerres napoléoniennes, refuse de se rendre en dépit des sommations anglaises. Le général ennemi, Colville, lui ordonne de déposer les armes. Il lui aurait alors fièrement répondu : « *La garde meurt mais ne se rend pas !* »

Colville insiste encore, et c'est alors que Cambronne lui aurait répondu d'un court mais clair : « *Merde !* »
Personne ne sait si ces mots ont été réellement prononcés. Mais les jours suivants la bataille, la légende prend corps dans la presse parisienne, puis à la Chambre des députés. Le mot permettait surtout de se consoler de la défaite par un acte de bravoure mêlé de panache.

Source :

lefigaro.fr/projet-voltaire.fr/linternaute.fr/caminteresse.fr/expressionsfrançaises.fr/
defense.gouv.fr/carreimperial.fr/laculturegenerale.com



Le Courrier des Lecteurs

Que serait devenu ce « confinement répétitif » sans l'aide de nos « DDD » et de leurs « Brigades » sportive 🏃♂️🏃♀️🏃👶.. littéraire 📖.. humoristique 😄..culinaire🍰🍪.. intellectuelle 🧠.. cérébrale 🧠... mémorative 📖... et bien d'autres encore 😊...

Cette « jolie gazette » dédiée à la « Fête des mères » en est la preuve en nous rappelant l'origine du mot « MAMAN » 👩... qui... quelle qu' en soit sa prononciation... est indémodable... ancestral et sans frontière 🌍... un des plus beaux de la langue française 💕.

Bonne Fête à nous toutes 🧡🧡🧡..

Marguerite et ses filles



-Quelle différence faites-vous entre le plaisir et le bonheur ?

-Le plaisir, c'est de se revoir, le bonheur, c'est de se retrouver.

Paul Bilhaud

*C'est avec plaisir et bonheur
Que nous pourrons très prochainement
Nous revoir et
Nous retrouver...*

*À la semaine Prochaine,
Bien amicalement,
Geneviève et Corinne*

*Écrivez-nous : lephenixollioulais@gmail.com
Retrouvez cette gazette ainsi que les éditions précédentes sur notre site :
<https://lephenixollioulais.wixsite.com/website-5/la-gazette-du-phenix>*