

Gazette

des Pradettes

Bulletin du Collectif des Associations des Pradettes

Numéro 117 – 10 Avril 2020 Spécial confinement

▲ **Edito**

S'ENTRAIDER, C'EST AUSSI AGIR ENSEMBLE

Depuis 4 semaines, vous lisez la gazette uniquement sous format numérique. Or nous devons aussi penser à ceux qui ne peuvent plus la lire parce qu'ils n'ont pas accès à Internet ou qu'ils ne nous ont pas communiqué leur adresse mail. Ils n'ont plus les informations de proximité, ils n'ont plus la gazette qui est un lien avec la vie de leur quartier.

De même, nous n'avons plus ou peu l'opportunité de discuter avec tous nos voisins.

En effet, beaucoup de nos lecteurs allaient chercher leur gazette auprès des commerçants de la Place des Pradettes à l'occasion de leurs sorties. C'étaient également des occasions de rencontres et d'échanges, bref, de convivialité. Ces moments sont provisoirement suspendus et ce n'est pas un paradoxe de dire qu'à l'heure de la distanciation physique nécessaire, nous devons rester proches les uns des autres, d'autant plus que des situations humaines difficiles existent à côté de chez nous, exacerbées par le confinement.

Un des rôles du Collectif des Pradettes est de tisser et de faire vivre des liens entre tous les habitants du quartier grâce à notre réseau local, certes modeste, mais où l'entraide n'est pas un mot vide de sens.

Cette entraide peut prendre la forme d'informations à donner aux personnes les plus vulnérables, de coups de téléphone à leur passer de temps en temps, de petits services à leur rendre et qui allègent leur quotidien, toujours dans le respect des consignes de sécurité.

Elle peut aussi prendre la forme de messages adressés au Collectif pour alerter sur une situation particulière dont vous avez connaissance. Nous saurons la transmettre aux professionnels de la prise en charge.

Ce numéro de la Gazette propose donc quelques pistes d'action et de réflexion pour faciliter notre vivre ensemble même si les circonstances imposent des distances entre nous.

La commission communication

Sommaire

Edito

Covid 19, Infos générales

*Lettre du Conseiller départemental
Téléconsultations de psychologues*

La Croix Rouge

Gardons les liens

Témoignages de confinement

Gymnastique volontaire parents et enfants

Film sur l'histoire du quartier

Conte del Cantou, le conte de Cric-crac : [Ernest le conteur](#)

Slam de Louliana

Masques, masques, masques

« Recette à Richard », les asperges à la flamande

Mots croisés

Mots croisés, solution du n°116

Restons vigilants

Alerte aux arnaques

Confinement et violences intra-familiales

Vie du quartier

À propos du marché

À propos de l'AMAP

À propos de la foire aux plants

À propos de la pétanque

À propos des événements prévus, reportés ou annulés



Covid 19, Infos générales

Dans cette rubrique vous trouverez désormais les informations d'intérêt général au sujet de la crise sanitaire.

LETTRE DU CONSEILLER DÉPARTEMENTAL

Lettre adressée au Collectif par Julien Klotz, conseiller départemental

Au 23e jour de confinement, le Conseil Départemental de Haute-Garonne continue à se mobiliser pour accompagner au mieux les habitant.e.s de nos territoires. (...)

N'hésitez pas à nous solliciter en cas de besoin, et à diffuser ces informations autour de vous afin qu'elles puissent bénéficier au plus grand nombre, notamment, si vous avez connaissance de personnes ou de familles en situation difficiles pour lesquels nous mobiliserons les services de notre collectivité.

Par ailleurs, nous venons de mettre en place un dispositif d'aide alimentaire d'urgence destiné aux familles bénéficiant de tout ou partie de la prise en charge du financement de la restauration scolaire dans les collèges. Cette aide pourra également être attribuée aux étudiant.e.s et personnes isolées en situation de précarité.

En attendant d'avoir le plaisir de vous revoir, prenez bien soin de vous et de vos proches !

Julien Klotz, conseiller départemental.

Des informations précises sous le lien : <https://www.haute-garonne.fr/dossier/covid-19-informations-et-recommandations>

TÉLÉCONSULTATIONS DE PSYCHOLOGUES

L'Association ICS (Information, Consultation, Suivi) est composée de psychologues.

Elle assurait habituellement des permanences au niveau du « Point infos services Pradettes » tous les lundis après-midi.

Afin de répondre aux besoins d'accompagnement psychologique des habitants et des professionnels du territoire en lien avec la maladie CORONAVIRUS (COVID 19) et le confinement de la population, nous vous indiquons que de nouvelles modalités d'intervention de l'Association ICS sont mises en place.

La permanence téléphonique est accessible du lundi au vendredi de 9h à 17 h au numéro : 07 54 42 01 27. Des rendez-vous de téléconsultation (téléphone ou vidéo) pourront être proposés.

LA CROIX ROUGE À L'ÉCOUTE ET SOLIDAIRE :



La Croix-Rouge française propose un dispositif d'écoute et de livraison solidaire pour les personnes isolées

 **croix-rouge chez vous**
écoute & livraison solidaire
09 70 28 30 00

Gardons les liens

Dans cette rubrique vous trouverez désormais les initiatives dont vous nous ferez part, des liens intéressants et des textes qui, nous l'espérons, vous apporteront un peu de réconfort.

TÉMOIGNAGES DE CONFINEMENT

Amies lectrices, amis lecteurs,

Nous ouvrons notre Gazette des Pradettes à vos témoignages.

Nous vous proposons de recueillir votre expérience et de la partager.

Bien sûr, comme pour toutes les rubriques, nous ne pourrons faire paraître qu'un texte par numéro. Par avance, ne nous en veuillez pas : ceux qui ne seront pas édités ne seront pas rejetés pour des critères de qualité ni de pertinence, mais tout simplement pour un problème de place.

En vous remerciant, à vos plumes ou plutôt à vos claviers.

Et pour commencer voici ceux qui sont parvenus à la rédaction cette semaine :

Aurélien (10 ans et demi)

Pendant le confinement, je travaille le matin, je joue l'après-midi. j' ai hâte de revoir mes copains. Je me couche plus tard que d'habitude. J'aime parce que j'ai plus de temps de jeux. J' aime pas parce que je ne vois pas mes copains.

Aymeric (38 ans)

Il a fallu un peu de temps pour trouver un équilibre à la maison entre notre télétravail, les devoirs à faire faire aux enfants, et leurs autres occupations. Compliqué de faire comprendre à mes enfants que j'étais à la maison mais que je travaillais quand même et qu'il ne fallait pas me déranger.

Nous avons la chance d'avoir un jardin, donc nous pouvons sortir et prendre l'air régulièrement : je plains les gens qui sont dans un appartement sans balcon.

Vivement la fin du confinement pour retrouver du lien social indispensable au bien-être !

Rémi (11 ans)

Le confinement se passe bien. Ma mère me fait école à la maison et papa aussi. On joue beaucoup avec mes sœurs et on joue beaucoup dehors à la trottinette et ça se passe bien.

GYMNASTIQUE POUR LES PARENTS, POUR LES ENFANTS

De nouvelles vidéos sont proposées par la GV des Pradettes, de quoi vous maintenir en forme, parents et enfants. Elles sont disponibles sur le site : <https://www.gv-pradettes.fr/index.php/mnu-association/mnu-confinement>.

YOGA enfants : <https://youtu.be/414nQGJJDjE>

ou : <https://youtu.be/2ZBimWh85nA>

Il existe des séances de danse sur direct 8, gym direct à faire en famille

J'ai choisi ce lien mais il en existe d'autres : <https://youtu.be/aBGFlp2X3jE>

Soyez patient et bougez... Chez vous.

Bon confinement, le bureau de la GV des Pradettes vous souhaite une bonne journée

FILM SUR L'HISTOIRE DU QUARTIER

Nous vous invitons à revoir le film qui avait été réalisé sur l'histoire des Pradettes par le CLAE et les enfants de l'école Gaston Dupouy il y a quelques années.

Ce film d'une heure présente l'histoire du quartier depuis les origines, avec de nombreux témoignages de personnes qui y ont passé leur vie, d'interviews du Maire et des personnes impliquées dans la création de la ZAC des Pradettes au début des années 80, etc.

Il est accessible sur le site du Collectif en page d'accueil dans l'article "le quartier des Pradettes", ou directement [ici](https://drive.google.com/file/d/17aFQdo1hcmsEqFLXn_JOnsRis0A3iJGs/view) : https://drive.google.com/file/d/17aFQdo1hcmsEqFLXn_JOnsRis0A3iJGs/view

CONTES DEL CANTOU

LE CONTE DE CRIC-CRAC : *ERNEST LE CONTEUR*

Dans une ferme isolée du terrefort vers chez nous, vivait Ernest, qui était paysan et aussi conteur à ses heures. Il allait souvent chez les uns ou chez les autres pour raconter les histoires le soir à la veillée ou à l'occasion de fêtes de famille ou de village. Il partait toujours avec sa lampe tempête pour s'éclairer sur les chemins caillouteux, et son vieil accordéon diatonique.

Sa femme Léontine en prenait son parti, bien entendu, mais quelquefois elle en avait un peu assez et elle lui disait qu'il perdait son temps avec ses sornettes et qu'il ferait mieux de travailler. Mais bon il ne faisait pas de mal, et souvent elle l'accompagnait.

Lui, il était toujours à l'affût de la dernière histoire pour pouvoir la raconter ensuite. C'est bien simple quand on arrivait chez lui, après les salutations d'usage il disait toujours : *ànem, conta m'en una.*

À cette époque, nombreuses étaient les personnes qui travaillaient à la journée, des saisonniers qui se louaient dans les fermes pour accomplir les travaux. Ils allaient de village en village, de ferme en ferme gagner leur vie très modestement. Ces saisonniers avaient souvent leur circuit et revenaient régulièrement dans les mêmes fermes pour les mêmes travaux au même moment de l'année.

Quelquefois pour aller d'un endroit à un autre, il fallait accomplir de nombreux kilomètres et faire des étapes pour se reposer et trouver éventuellement à manger. On trouvait donc souvent dans les fermes des propriétaires acceptant de recevoir ces saisonniers qui pouvaient faire une pause, se restaurer, se reposer, avant de rejoindre un nouveau lieu de travail. C'était en général des saisonniers connus qui passaient presque toujours sur les mêmes chemins, qui s'arrêtaient presque toujours dans les mêmes lieux.

Chez Ernest et Léontine, c'était un de ces lieux où la porte était toujours ouverte et où le saisonnier savait qu'il trouverait un accueil certes modeste, mais chaleureux. Pour Léontine, même s'il n'y avait eu qu'un seul oeuf pour manger, il aurait été partagé.

Et c'est alors un soir de septembre après avoir *récapté* (1) les bêtes, au moment de se mettre à table, que plusieurs coups sont frappés à la porte, qui du reste était juste poussée :

- Entre, *dintra*, qu'il dit Ernest, pensant s'adresser à quelqu'un de connu, tu arrives juste quand il faut, on allait souper.

- Bonsoir, j'ai encore beaucoup de route à faire, et si vous pouviez m'accorder l'hospitalité pour la nuit, je pourrais me reposer et partir demain matin pour continuer ma route.

Et Ernest et Léontine découvrent un homme bien propre sur lui, bien mis, *encarabatat de pertot, lé mélonet sul cap* (2), qui n'avait pas l'air d'un saisonnier, enfin quelqu'un qu'ils ne connaissaient pas et qui visiblement n'était pas d'ici.

- Entrez donc, il y en avait pour deux, il y en aura bien pour trois.

Et l'étranger s'installe après les avoir remerciés. Le repas commence et au bout d'un moment bien sûr, Ernest pose la question rituelle dans la maison :

- Vous venez de loin et vous devez sûrement connaître des histoires de toutes les régions traversées ?

- Allons Ernest, tu vois que le Monsieur est fatigué laisse-le manger. Puis il pourra se reposer.

- Mais non, votre soupe m'a fait du bien et des histoires, j'en connais de nombreuses et si vous le voulez, je veux bien vous en raconter.

- Si on le veut, bien sûr qu'on ne demande que cela. Léontine va chercher une bouteille de vin, et du bon.

Le repas, le bon vin, Léontine est allée chercher une autre bouteille, pensez si la langue était déliée et si les histoires se succédaient ! Une qui en avait un peu assez, c'était Léontine qui commençait à *romeguer* (3) dans son coin et qui finalement est allée au lit, disant que demain il fallait se lever tôt et qu'il y avait du travail, et qu'Ernest ferait bien d'aller se coucher, et que, et que..., et que rien n'y a fait mon pauvre ! Et que l'étranger était intarissable et que l'Ernest était aux anges !

Surtout qu'après le café, il avait sorti une eau de vie de prune, de l'eau de Lourdes comme il disait, je ne vous dis pas. Ernest disait toujours quand il en buvait *me sembla que le pichon Jésus se me passa per le ganitel*, il lui semblait que le petit Jésus lui passait par la gorge. C'est dire si elle était bonne sa gnôle.

Vers une heure du matin, l'étranger, tout ragaillard par le repas et les bons coups, dit à Ernest qu'il ne va pas abuser plus longtemps de son hospitalité, et comme la nuit est belle et qu'il fait beau, il va continuer son chemin après avoir remercié son hôte et sa femme. Ernest qui pour les mêmes raisons n'a pas non plus sommeil, décide d'accompagner le voyageur un moment sur le chemin vers la ville.

- Mais qui es-tu finalement, demande-t-il au bout d'un moment ?

- Écoute, je vais te dire mon secret, mais ne le répète à personne. En vérité je suis un renard et si tu le désires je peux aussi te transformer en renard pour que nous allions faire une virée dans quelque poulailler du coin.

- D'accord, dit Ernest que l'alcool avait transporté sur une autre planète, on va s'amuser un peu.

Et les voilà partis nos deux renards dans la campagne à la recherche d'un bon festin. Et ils se retrouvent rapidement devant le poulailler le plus proche... celui d'Ernest et de Léontine, bien sûr.

- Mais je ne suis pas d'accord dit le renard Ernest, c'est mon poulailler, je sais qu'elles sont bonnes mes poules mais quand même !

- Écoute tu es un renard maintenant, et de toute façon tu ne reprendras ton allure d'homme que quand un chasseur me tuera, alors autant en profiter parce que je souhaite vivre le plus longtemps possible.

Deux oies magnifiques sont ainsi passées de vie à trépas.

À la pointe du jour, notre Ernest a été tiré de son sommeil par des cris et des vociférations. Et il s'est réveillé sous le grand chêne des quatre chemins avec un mal aux cheveux terrible. Après quelques secondes de repérage et d'orientation, il s'est dirigé au plus vite vers sa maison d'où venaient les cris. Sa maison et son comité d'accueil... Léontine !

- Ah ! Te voilà toi, espèce de fainéant, ivrogne, sac à vin, bon à rien... où étais-tu ? Tu es parti avec l'autre, tu es allé jusqu'à la ville voir les filles, peut-être ! Et pendant ce temps deux renards sont venus dans notre poulailler. Deux oies rien que ça ! Regarde le sang par terre et les plumes éparpillées. Heureusement que le voisin a entendu mes cris et que d'un coup de fusil il a tué l'un des deux renards, sinon ils égorgeaient toute la basse-cour.

Alors là notre conteur, il ne fait pas le fier. Il tremble de tous ses membres et il sue à grosses gouttes. S'est-il endormi au bord du chemin après avoir raccompagné l'étranger et a-t-il rêvé toute cette histoire ? Ou bien a-t-il été très très proche de la mort, comme le renard étendu par terre à ses pieds ?

Ernest n'a jamais rien dit à personne, mais longtemps, très longtemps il y a pensé à cette aventure. Tous les jours il y a pensé sans oser chercher, trouver, ni apporter de réponse. Je crois même que s'il n'était pas mort aujourd'hui, je le crois vraiment, il y penserait encore.

E cric e crac mon conte es acabat !

(1) *récapité* : se dit quand tout est rangé, fini, propre.

(2) *encarabatat de pertot, lé melonet sul cap* : avec une cravate, le petit chapeau melon sur la tête

(3) *romeguer* : rouspéter, râler

SLAM DE LOULIANA (6^{ème})

Vu de ma fenêtre

C'était hier, c'était aujourd'hui,
Des passants y en a plus dans les rues,
Les rues se vident comme les restaus, comme les bistros.

Les gens sortent plus,
Ils ont peur du virus,
D'être contaminés par un enfant qui éternue.

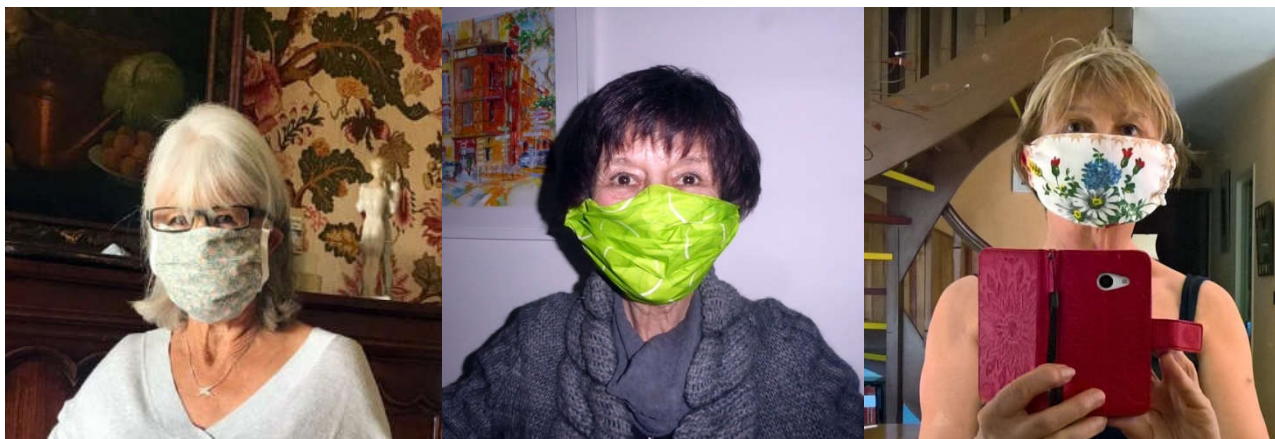
Les hôpitaux sont pleins à craquer,
Les infirmières sont prêtes à tout donner,
Pour un max de gens à sauver.

De ma fenêtre,
Je vois tout ça,
Et si tu me crois pas... dommage pour toi !

MASQUES, MASQUES, MASQUES

Dans les pharmacies, pas de masques, chez les gens, des idées...

Ci-dessous, des masques alternatifs faits maison, autrement il y a aussi des indications sur le site de l'AFNOR : <https://telechargement-afnor.com/masques-barrieres>



Mais où est donc Ornicar ?

Allons, cherchez !

Si vous ne trouvez pas

Qui se cache sous ces masques,

Un peu d'imagination.

Et surtout, par ces temps moroses

Souriez !



LA « RECETTE À RICHARD » AVEC LES ASPERGES DU MARCHÉ

Le printemps est la saison des pousses. Il est étonnant de voir comment des plantes si particulières, si discrètes nous

remplissent de force vitale et feront le plus grand bien à nos organismes un peu fatigués par le confinement
Voici l'**asperge** bâton vert terminé par des écailles, ses pousses se cassent comme du verre entre les doigts. Qui pourrait imaginer qu'elle va devenir dure comme du bois ?

L'**asperge sauvage** est couramment ramassée, surtout dans le sud ouest de la France, dans des lieux sableux.

L'**asperge à feuilles aiguës** est la plus savoureuse mais à l'état adulte elle devient un buisson d'épines . Plus rien à voir alors avec la tendre asperge !

On trouve dans le commerce trois types d'asperge : **la blanche, la violette et la verte**. La couleur dépend de l'exposition ou non au soleil. L'**asperge blanche** ne voit jamais le jour. La tête de **la violette**, qui a exactement le même goût, a percé la butte de terre avant le passage du cueilleur. Phénomène de la photosynthèse oblige, elle s'est colorée en mauve Quant à **la verte**, elle se développe à l'air libre et au soleil,

Truc

Avant l'achat, vérifiez le point de coupe. S'il est trop sec, changez de fournisseur.

L'asperge doit être consommée le plus vite possible après sa cueillette ; sinon elle devient fibreuse.

Préférez toujours les grosses asperges, plus tendres et moelleuses que les fines.

Pour éviter que les asperges ne se cassent à l'épluchage, tenez-les par le pied sur le bord d'une table, pelez-les avec un épluche-légumes de la tête vers le pied.

Calibrez la longueur pour faciliter la cuisson.

Cuisson

La cuisson à la vapeur n'est pas recommandée, pas plus que la position horizontale, car la tête cuit plus vite que le corps. **La cuisson idéale se fait debout** (pas de panique ! Utilisez la partie cylindrique d'une boîte de conserve) dans de l'eau bouillante salée (10g de sel pour 1 litre d'eau). Le niveau d'eau sera maintenu à 1 cm sous la tête des asperges , Après avoir vérifié leur cuisson en les piquant avec la pointe d'un couteau, *plongez les asperges dans un bain d'eau glacée* (sauf si elle sont destinées à être consommées chaudes) peu de temps après la cuisson. Pour les réchauffer passez-les 30 à 40 secondes au micro-ondes.

Asperges à la Flamande

Pour 4 personnes (Prix des asperges au kg : entre 6 et 7 euros)

1,6 kg d'asperges

6 œufs durs

200 g de beurre

4 c. à soupe de persil finement haché

Sel, poivre

Préparation : 20 min

Cuisson : 20 à 25 min

1. Posez les asperges alignées sur une planche et coupez-les toutes à la même longueur, pelez-les avec un économe en allant de la pointe vers le pied puis lavez-les sans les laisser tremper. Liez-les en petite bottes.
2. Faire cuire les asperges debout dans l'eau bouillante salée, entre 20 et 25 min selon leur grosseur et leur fraîcheur, Égouttez-les sur un plat recouvert d'une serviette.
3. Écaillez les œufs durs et coupez-les en deux dans le sens de la longueur. Faites fondre doucement le beurre puis versez-le dans une saucière très chaude.
4. Servez les asperges encore chaudes en présentant séparément les jaunes et les blancs des œufs durs, le persil haché et le beurre fondu. Chacun préparera la sauce à son idée, en écrasant les œufs durs avec plus ou moins de jaune et de blanc, et en les mélangeant au beurre et au persil avant d'y tremper les asperges.



LES MOTS CROISÉS :

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
I		■					■	■	■						■
II							■					■		■	
III			■				■			■					
IV		■		■		■						■			
V	■					-						■		■	
VI						■				■				■	
VII	■			■		■	■					■			
VIII				■							■				
IX				■	■	■			■					■	
X		■	■		■			■					■		■
XI	■								■	■					
XII			■			■			■				■		■
XIII						■			■			■			
XIV	■								-			-			
XV			■		■				■			■	■		■

Horizontalement

- I : Ces pantalons manquent d'air. - Petits films qui pincement.
 II : Dans le quartier, elles sont 3 à s'occuper des tout-petits. - Pour jouer à la Ramée.
 III : Métro qui n'existe pas encore à Toulouse. - Un grand machin. - A Toulouse, il est toulousain.
 IV : Une de ses habitantes est invisible. - C'est le début de la der des der.
 V : Aux Pradettes, on y danse, on y danse.
 VI : S'il est gros, il s'appelle Sylvestre. - 3 voyelles. - De terre ou de fer, mais complètement sourd.
 VII : Moitié d'un étalon. - Ensemble. - On le faisait à Bordeblanche il y a quelques années.
 VIII : Ce dieu a les yeux revolver. - Bien-né scolarisé aux Pradettes. - Il faut l'avoir solide.
 IX : Cocon – Au fond de la mer d'Iroise – Est à New York.
 X : Horaire matinal. - Accompagné de.
 XI : Le toulousain à Toulouse en a beaucoup et on les utilise même et surtout dans les virages. - On en fait une soupe à la renommée intergalactique.
 XII : Dans le pactole. - Appris, donc ? - Il est number one mais son lit n'est pas king size. - Qu'elles sont extraordinaires, ses histoires !
 XIII : Salée ou sucrée, elle peut aussi être douloureuse. - Numéro 50 de Cornouailles. - Elle au masculin. - Que c'est vache de dire ça à Londres !
 XIV : A Paris, son travail est parti en fumée ; aux Pradettes, c'est sobre et fonctionnel.
 XV : Note. - C'est donc qu'on s'en est servi. - Existes.



Verticalement

- 1 : Couleur de Roussillon. - 2 frères à l'ammoniaque. - Enlevé à l'oral.
 2 : Encore une fois. - Débarrassai. - A la crèche mais pas à l'école.
 3 : C'est un canard et un taureau et en plus il est chez Céline - Rigolé.
 4 : La lenga aqui. - Encore ! - Paresseux à l'extrême, il est pourtant associé au travail aux Pradettes.
 5 : C'est une devise et c'est plutôt sympa ! - Combat, entre le singulier et le pluriel.
 6 : Si vous voulez laisser un pourboire après un saké. Possède. - Petit biscuit.
 7 : Délicieux. - Aux Pradettes, il n'y en a pas 2 !
 8 : Il y en a beaucoup, mais Saint-Simon n'en a qu'une. - Le plus important, c'est de l'avoir et de la garder.
 9 : Malgré sa détention, elle a bien résisté.
 10 : Démonstratif. - Puis. - On les a vues mais pas dans l'ordre. - Freine, sous le tablier.
 11 : Il ne fait pas scandale en reliant Suez aux Pradettes ! - Il y en a 5 dans le quartier.
 12 : Argenté et gras.
 13 : Petites prairies. - Il supporte la musique sans être un supporter.
 14 : S'il n'est pas mal armé, son coup abolira le hasard. - Pouffé. - Grand spécialiste de physique et de fleurs d'or et d'argent.
 15 : Cousine ni allemande, ni à la mode de Bretagne. - Toilettes élégantes.

La solution sera dans la prochaine Gazette et dans quelques jours sur le site du Collectif.

SOLUTION DES MOTS CROISÉS DE LA GAZETTE N°116

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
I	P	L	A	F	O	N	D		R		Z	
II	R	O	U	L	A		I		A	C	E	
III	A	T	T	E	S	T	A	T	I	O	N	S
IV	D		R	U		E			E	N		
V	E	S	E	R		L		I		F	A	N
VI	T	U			N	E	T	F	L	I	X	
VII	T	R	E				U			N	E	
VIII	E		C	H	O	U	E	T	T	E		V
IX	S	N	O	B			U			M	A	I
X			L		M	A	R	C	H	E	U	R
XI	T	E	E		U			P	E	N	D	U
XII	E	N	S	E	M	B	L	E		T	E	S

Trucs, astuces et soluces :



- Si certains mots semblent inconnus, les lire à l'envers.
- S'ils sont toujours incompréhensibles, faire appel à ses souvenirs de LV au collège, au lycée ou sur zone.
- Si quelques solutions semblent ne pas avoir de lien avec la définition, les lire à haute voix et un sens caché pourra être entendu.
- Et pour finir, ne pas oublier que les mots peuvent avoir plusieurs significations.

APPEL

En cette période difficile de confinement, pour que votre Gazette renforce plus que jamais les liens tissés depuis si longtemps dans notre quartier, entre les habitants, les associations, le Collectif, faites-nous part de vos idées, de vos initiatives... Contactez-nous : gazette@collectifpradettes.info

En cette période exceptionnelle, la Gazette paraîtra plus souvent pour vous informer, vous distraire, relayer les initiatives solidaires et citoyennes...

ATTENTION AUX ARNAQUES : UNE GRANDE VIGILANCE S'IMPOSE

Des habitants du quartier nous ont alerté : des personnes prétextant une décontamination obligatoire cherchent en fait à s'introduire frauduleusement dans les domiciles ; aucune décontamination des logements privés n'est prévue à ce jour par les services de l'État.

Les services de l'État ne proposent pas non plus de kit de dépistage du COVID-19 directement aux citoyens : Toute offre de dépistage semblant émaner des services de l'État est une arnaque pour obtenir vos données personnelles, en particulier vos coordonnées bancaires.

LES VIOLENCES INTRA-FAMILIALES EN PÉRIODE DE CONFINEMENT

Ces violences, qui se déroulent dans le cadre familial, concernent massivement les femmes et les enfants : elles se trouvent aujourd'hui aggravées par les mesures de confinement et ont fortement augmenté selon les services de police et de gendarmerie.

Des violences intra-familiales très nombreuses

220 000 femmes de 18 à 75 ans sont victimes chaque année de violences physiques et/ou sexuelles commises par leur ancien ou actuel conjoint.

En moyenne, 620 filles ou femmes subissent chaque jour en France des viols et des tentatives de viols dont la très grande majorité dans le cadre familial.

14% des Français déclarent avoir été victimes de maltraitements physiques, sexuelles et psychologiques au cours de leur enfance ; 6% de la population déclare avoir été victime d'inceste.

Dans un foyer où existent déjà des violences, la situation de confinement aggrave l'isolement social

Prévention et soutien à tous les parents

Pour aider tous les parents à gérer au mieux cette période de confinement, une plateforme **Enfance et Covid** (<http://www.enfance-et-covid.org/>) présente des fiches - conseils sur de nombreux thèmes :

- Donner aux enfants des informations sur l'épidémie ;
- Gérer le confinement en famille ;
- Proposer des activités agréables et utiles au développement ;
- Prévenir le burn-out parental ;
- Mettre en place l'école à la maison ;
- Répondre de façon appropriée aux réactions les plus fréquentes face au stress en fonction de l'âge ;

Comment aider en tant que voisin ou citoyen ?

Dans la période de confinement, les femmes et les enfants victimes de violences intrafamiliales ont besoin de la solidarité du voisinage. Si vous entendez des cris ou des coups chez vos voisins ou si vous pensez que des enfants ou des femmes sont en danger, vous devez alerter les services compétents en utilisant les numéros indiqués ci-dessous.

De manière préventive, passez prendre des nouvelles de votre voisine dans la journée (en gardant bien la distance de sécurité sanitaire) et dites-lui que vous êtes joignable en cas de problème.

Si une femme vous relate des faits de violences conjugales dont elle est victime pensez à :

mettre en avant le fait qu'elle a eu raison de vous en parler ;

lui dire que ce qu'elle a vécu est interdit par la loi ;

ne pas remettre en cause son récit car il est important que la victime se sente crue et soutenue ;

ne pas juger les choix de la victime sur les suites qu'elle envisage de donner.

Enfin, vous pouvez aussi partager des visuels de prévention sur les réseaux sociaux. Instagram (<https://bit.ly/Insta3919>), Facebook (<https://bit.ly/fb3919>), Twitter (<https://bit.ly/twitter3919>).

Sources : Vous retrouvez les chiffres sur les violences conjugales sur le site officiel : <https://stop-violences-femmes.gouv.fr> et sur les maltraitances à l'égard des enfants sur le site de L'Enfant Bleu – Enfance Maltraitée <https://enfantbleu.org/> ou celui de l'Association Internationale des victimes de l'inceste <https://aivi.org/nos-actions/sondages/4-millions-de-victimes-d-inceste.html> ou de l'Observatoire National de la Protection de l'Enfance : <https://www.oned.gouv.fr/>.

Quelles sont les aides pour les femmes victimes de violences conjugales ?

Appeler le 3919 – Violences Femmes Info, du lundi au samedi de 9h00 à 19h00. **C'est un numéro d'appel anonyme et gratuit** destiné aux femmes victimes de violences, à leur entourage et aux professionnels concernés.

Une équipe de professionnelles assure une écoute bienveillante qui permet de parler de la situation, d'informer des démarches possibles et d'orienter la femme victime vers une association spécialisée dans l'accompagnement et les démarches.

Envoyer un SMS au 114 si parler au téléphone est difficile voire impossible : les opérateurs préviendront les services de police.

Contactez votre pharmacie. Les pharmacies recueillent les signalements et les relaient auprès des services de police. Elles ont reçu de la mairie de Toulouse une fiche synthétique avec les contacts locaux d'urgence et d'aide pour les victimes (forces de l'ordre, avocats, collectivités, associations)

Contactez deux associations toulousaines spécialisées dans l'accueil et l'accompagnement des femmes victimes de violences :

APIAF : 05 62 73 72 62 du lundi au jeudi de 13h à 16h et le vendredi de 10h à 12h.

Association Olympe de Gouges : 05 62 48 56 66 ou 06 46 57 92 21.

Quelles sont les aides pour les enfants victimes de maltraitance?

Appeler le 119 Enfance en danger : un numéro d'écoute et d'orientation.

Envoyer un SMS au 114 si parler au téléphone est difficile voire impossible : les opérateurs préviendront les services de police.

Contactez le centre d'accueil d'urgence ouvert par le Conseil Départemental (accueil-urgencesolidaire31@anras.fr): ce dispositif de 200 places permet d'accueillir provisoirement des enfants à partir de 3 ans

- dont les parents sont hospitalisés (COVID-19 ou autre maladie) ;
- qui sont en situation de maltraitance ou de danger, suite au confinement.

CONFINEMENT COVID 19

**TOULOUSE MÉTROPOLE
SE MOBILISE**

VOUS ÊTES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES OU INTRAFAMILIALES

rendez vous dans
n'importe quelle pharmacie
pour en parler et trouver
de l'aide

VICTIMES OU TÉMOINS, AGISSEZ :

PAR TÉLÉPHONE

17 Police Secours en cas d'urgence

3919 Info Violences Femmes :
écoute, informe, oriente

PAR SMS

114 Numéro d'urgence :
victimes de violences intrafamiliales

PAR MAIL :

Police :

victime-toulouse@interieur.gouv.fr

Gendarmerie :

bspp.do.rgmp@gendarmerie.interieur.gouv.fr

SITE INTERNET :

arretonslesviolences.gouv.fr
toulouse.fr

Vigilance citoyenne : si vous entendez des cris ou des coups chez vos voisins, n'hésitez pas à appeler la police. Soyons toutes et tous responsables et solidaires des plus vulnérables.



toulouse
métropole



BARREAU
AVOCATS
TOULOUSE



**Le 3919 et le 119 ne sont pas des numéros d'urgence.
En cas de danger immédiat, appelez la police en composant le 17.**

Vie de notre quartier

À PROPOS DU MARCHÉ

Le marché du samedi est maintenu en vertu d'une dérogation préfectorale.



Le marché, le 21 mars 2020

À PROPOS DE L'AMAP DU QUARTIER

L'AMAP du quartier a reçu l'autorisation de continuer ses distributions, voici comment cela se passe. Les distributions pendant le confinement à gauche et normales à droite :



Qu'est-ce qu'une AMAP ?

Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne

C'est un partenariat solidaire, responsable et convivial entre un ou des producteurs et des consommateurs appelés mangeurs.

A la différence d'autres systèmes de vente de paniers, l'AMAP :

- crée un véritable lien entre les producteurs et les mangeurs
- permet aux mangeurs de payer le juste prix
- assure au producteur que 100 % du prix lui revienne.

Quels avantages ?

Pour les mangeurs : la garantie de produits frais, sains, variés et économiques, produits localement en agriculture écologique sans pesticides ni engrais chimiques dans le respect de la nature et des saisons conformément à la charte AMAP.

Pour les producteurs : un lien direct avec les consommateurs de leur production, un prix garanti et équitable.

Pour tous une dynamique collective de soutien à l'agriculture locale par un savant mélange de valeurs humaines et de saveurs authentiques.

Comment ça fonctionne ?

Les producteurs et les mangeurs formalisent leur partenariat par le biais d'un contrat d'une durée de 12 mois avec 42 semaines de distribution et 10 semaines d'arrêt par an, fixées par le producteur, correspondant aux périodes creuses, aux vacances, aux aléas météorologiques.

Le producteur s'engage à cultiver dans le respect des sols et des ressources des produits variés de saison et à partager sa récolte entre tous les adhérents. Il compose le contenu du panier en fonction de l'avancement des récoltes (choix des légumes et quantités).

Le mangeur s'engage à payer à l'avance sa part de récolte qu'il vient récupérer toutes les semaines sur le lieu de distribution (parking du restaurant des folles saisons), à participer à l'organisation de la distribution et être solidaire du producteur dans les aléas de production.

Tous peuvent participer à la vie de l'AMAP : visite de l'exploitation, échanges de recettes, d'astuces, cueillettes d'haricots, ateliers collectifs, pique-niques.

Deux formules sont possibles en fonction de la taille de la famille :

- **un panier entier** (prix du panier : 31 Euros)
- **un demi-panier** (prix du ½ panier : 15,50 Euros), la formule choisie par la quasi-totalité des familles



Les paiements peuvent se faire en plusieurs fois

Comment s'inscrire ?

Cette année il reste de la place. Manger des légumes de saison, produits localement sans pesticides et sans engrais chimiques est à la fois bon pour la santé et l'environnement. Alors n'hésitez pas et venez nous rejoindre. Contactez Marc Pechaud au 06 85 02 75 43.

Qui sont les producteurs ? Que produisent-ils ?



Alexandre et Jean-Philippe, deux frères maraîchers, dans le métier depuis 1996, qui travaillent ensemble en AMAP depuis 2007 sur des terres situées à Pibrac et Aussonne.

Cela leur permet de pratiquer l'entraide lors des travaux de plantation, d'entretien et de récolte et de partager du matériel agricole en coopérative.

Durant chaque saison, ils organisent quelques ateliers le samedi matin pour permettre de venir cueillir librement petits pois, haricots verts, haricots grains, de découvrir comment ils travaillent et comment sont produits les légumes.

Ils proposent des paniers de légumes du moment, sains et savoureux, différents à chaque saison, fraîchement cueillis à maturité pour une qualité gustative optimale.

Ils pratiquent une agriculture écologique sans utilisation de pesticides ni d'engrais chimiques.

Ils produisent les légumes en respectant le rythme des saisons et cultivent plusieurs dizaines de variétés différentes tout au long de l'année avec de temps en temps l'introduction d'un ou deux légumes nouveaux, anciens oubliés ou originaux.

Exemples de légumes de saison

Printemps :

aillets, fèves, petits pois, épinards, blettes, asperges, fraises, oignons blancs, pommes de terre nouvelles, courgettes, salades, carottes, radis.

Été : tomates dont 3/4 de variétés anciennes goûteuses, pommes de terre nouvelles, salades, oignons blancs, courgettes, poivrons, aubergines, pastèques, melons, concombres.

Automne/Hiver : brocolis, choux fleurs, choux romanesco, choux blanc et rouge, poireaux, navets anciens, pommes de terre (dont 1/4 d'anciennes : spunta, charlotte), céleri rave et branche, épinards, mâche, roquette, patate douce, oignons secs, citrouilles, betteraves, panais, fenouil.

À PROPOS DE LA FOIRE AUX PLANTS

En raison de la crise sanitaire, la Foire aux plants, initialement prévue le 25 avril, a été annulée. Le rendez-vous est reporté au printemps 2021.

À PROPOS DE L'AMICALE BOULISTE DES PRADETTES



En raison du coronavirus (COVID-19) le club est fermé jusqu'à nouvel ordre.

Pour l'instant restez confinés ...

Calendrier, susceptible d'être modifié en raison du confinement.

Programme 2020 (réservé aux licenciés) :

Déplacement en Espagne du 21/05 au 25/05/2020.

Activités au sein du club :

- Tournoi des Pradelous (en collaboration avec le CADB).
- Rencontre avec les aînés (date à définir).
- Rencontres intersociétaires les samedi après-midi (samedi 16/05/2020 ; samedi 05/09/2020 ; samedi 19/09/2020).

Concours officiels :

- CZC Vétérans, le 28/05/2020,

- 55 ans et plus, le 09/06/2020,
- CZC Hommes et femmes, le 10/11/2020,
- Nous serons ravis de vous accueillir sur nos installations.

Le bureau de l'amicale bouliste des Pradettes.

À PROPOS DES ÉVÉNEMENTS PRÉVUS, REPORTÉS OU ANNULÉS :

Conférences aux Folles saisons :

Reconnecter agriculture et alimentation pour préserver notre santé et notre environnement par Michel Duru. Jeudi 14 mai à 19h, pour le moment maintenue.

Les Grandes oubliées des sciences par Emilie Teyssedre. Prévues le jeudi 19 mars, est reportée au 11 juin.

Habiter la ville en situation de handicap. Prévues le jeudi 23 avril, est annulée.

Festival de théâtre :

Pradettes en scène. Prévus les 17, 18, 19 avril, est reporté (date à définir)

Exposition aux Folles Saisons :

Elles ont rêvé d'ailleurs. Prévues du 10 au 30 mars, est reportée au moment du déconfinement

Événements à la Médiathèque des Pradettes :

Les bib racontent, 0-4 ans

Samedi 16 mai – 10h30

Samedi 13 juin – 10h30

Club de lecteurs/lectrices

mardi 19 mai à 15h

mardi 16 juin à 15h

Projections

Samedi 16 mai à 14h30

Samedi 20 juin à 14h30

Fête du jeu

Le jeu est à l'honneur aux Pradettes : venez jouer avec nous de 15h à 17h le mardi 2 juin, pour les grands, et le mercredi 3 juin, pour les petits (entrée libre)

<p>La gazette des Pradettes est éditée par le Collectif des associations des Pradettes. 12 passage Julien Forgues – 31100 Toulouse</p> <p>Conception/rédaction : Isabelle Barthe, Michel Labit, Philippe Lebailly, Denis Ribot, Lucie Saule, Richard Simon-Labrie, Marc Péchaud, Michel Soumet, Marie-Hélène Weber et les responsables des associations citées ont contribué à ce numéro.</p> <p>Pour contacter le collectif : contact@collectifpradettes.info</p>	 <p>COLLECTIF des associations des PRADETTES</p>	<p>Retrouvez toutes ces informations actualisées régulièrement ainsi que les informations « pratiques » des Pradettes sur le site internet du Collectif : www.collectifpradettes.info</p> <p>Pour contacter la rédaction de la gazette, proposer un article ou demander une inscription ou une désinscription à notre liste de diffusion : gazette@collectifpradettes.info</p>
---	---	--