

Amicale des Retraite(e)s Du



25 rue St Ferréol 13221 Marseille Cedex 01



Permanence

Le dernier mercredi du mois de 14 h 30 à 16 h, 25 Rue Saint Ferréol 13001 Marseille

☎ 04.91.48.08.49



FLASH D'INFORMATION N° 291

EDITORIAL

La mise en route de la nouvelle équipe s'organise.

La sortie Ste Maxime a été un succès 47 participants.

Le Président et l'ensemble du bureau vous remercient pour votre participation ainsi que pour les retours mails et courriers suite au message de début avril.

La réflexion se porte désormais sur le choix et l'organisation des prochaines sorties.

Amicalement

Le Président

Daniel FOUGERON

Sainte Maxime et Saint
Tropez, le 25Avrin2024

Nous étions 47 retraités à participer avec beaucoup de plaisir, à la journée dont le thème était la visite de Sainte Maxime et celle de St Tropez.

La présence de la guide nous a permis une meilleure approche de l'histoire de ces deux villes. Les moyens de déplacements (petit train des pignes et bateau) une manière originale et très appréciée par l'ensemble du groupe.

Départ en petit train pour un circuit de 45 minutes. Celui ci a cheminé à travers la colline du Sémaphore avant d'atteindre les hauteurs de Ste Maxime.

La végétation luxuriante, les arbres de la région, pin parasol de plus de 200 ans, chêne liège en priorité sont un écrin pour les nombreuses propriétés.

Les différents arrêts nous ont permis d'apprécier différents points de vue sur le golfe de St Tropez, la tour des Sardiniaux qui était une des treize tours surveillant le golfe et les environs afin de prévenir toute attaque.

Une halte bienvenue à mi-hauteur au Château des Tourelles magnifique propriété où le déjeuner nous a été servi.

Quelques petits points supplémentaires sur St Maxime

- fondée vers l'an 1000, au 18^{ème} siècle son essor est dû à son activité commerciale, la flotte de ses voiliers qui transportait le bois, le liège et le vin.

- fin du 19^{ème} l'arrivée des peintres et des écrivains qui s'installent focalise l'économie sur le tourisme au détriment de la pêche et l'agriculture.

Le petit port reste isolé, les travaux de voie ferrée sont nécessaires ; en 1905 la ligne Toulon Hyères est ouverte et dessert la commune jusqu'en 1932. Des inondations emportent le tout, et après travaux la ligne fonctionnera jusqu'en 1949.

La tour carrée de Ste Maxime abritait des canons qui avec la tour du Portalet à ST Tropez assuraient la protection du golfe.

Ensuite, Une traversée en bateau agréable et nous rejoignons St Tropez (3800 habitants) et ses touristes

(80 000 personnes par jour en juillet août (à éviter).

La ville doit son nom aux moines de l'abbaye St Victor propriétaires de la presqu'île et des alentours. Elle sera baptisée San-Torpes. Elle aura le nom de St Tropez en 1801.

Village de tourisme et de culture le musée de l'annonciade est l'un des plus beaux. Ce musée d'art révèle une collection de peintures (1890-1950).

Paul Signac est un peintre majeur autour de lui de nombreux artistes dont Braque et Matisse.

Un peu d'histoire : pendant la dernière guerre toutes les maisons le long du port ont été détruites.

Mais ces maisons avaient été inscrites au patrimoine et de ce fait ont été reconstruites à l'identique...une chance que n'a pas eu Toulon.

La guide nous a proposé 2 options

soit la visite guidée classique..(Gendarmerie, place des Lices, vieille ville etc.) Soit une ballade plus personnelle pendant 1h30 environ. Retour à Ste Maxime.

Un grand merci à nos collègues qui ont préparé cette journée, sous le soleil évidemment.

Les membres du conseil d'administration de l'amicale remercient chaleureusement leurs collègues qui sont venus très nombreux pour participer à cette journée.

! Au plaisir de se revoir
Cordialement



G.B. 29.04.2024

PROCHAINES SORTIES

Le mercredi 4 septembre 2024

Nous vous proposons une balade aux Baux de Provence dans le cœur des Alpilles :

Le matin, un spectacle sur l'Égypte aux « Carrières de Lumières » ;

A midi, un repas au restaurant « La Reine Jeanne » dans le village des Baux ;

L'après-midi, une visite guidée sur le site de « Glanum »

Prix par personne 45 euros

Heure et lieu de départ vous seront communiqués ultérieurement.

Le mercredi 11 décembre ou jeudi 12 décembre

Un repas Cabaret « L'Etoile Bleue »

un dîner-spectacle dans la pure tradition des cabarets parisiens avec le supplément d'âme de Marseille.

Danses, chants et musiques sont à l'honneur. Plongez dans un voyage autour du monde.

Le cabaret est situé au 107 bis, Boulevard Jeanne d'Arc 13005 Marseille.

D'autres informations, menu, prix etc.... seront communiqué ultérieurement.

Une recette facile de Marylène

LE MOELLEUX AU CHOCOLAT

Temps de préparation : **10 mn** / Temps de cuisson : **25 mn** / Total : **35 mn**

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

Pour le matériel, vous aurez besoin d'un **moule à manqué 20 cm** de diamètre dans l'idéal.

Ingrédients pour 10 personnes (on prend des petites parts, c'est bourratif !):

- 200 g de chocolat noir
- 200 g de beurre (demi-sel c'est meilleur)
- 225 g de sucre en poudre
- 5 œufs
- 1 cuillère à soupe bombée de farine

Préparation :

Préchauffez le four à 190°C.

Faites fondre le chocolat et le beurre ensemble au micro-ondes ou au bain-marie. Ajoutez le sucre en poudre et mélangez.

Incorporez les œufs un à un en mélangeant après chaque ajout.

Terminez en ajoutant la farine.

Versez la pâte dans un moule à manqué (le mien fait 22 cm, 20 cm serait l'idéal).

Enfournez 25 minutes, en chaleur tournante de préférence.

Le **moelleux chocolat** doit être légèrement tremblotant au centre. Si ça vous semble trop liquide, ré enfournez 2 minutes.

Plantez la lame d'un couteau au centre pour vérifier la cuisson : elle doit ressortir humide mais sans pâte liquide collée dessus.

Laissez refroidir avant de démouler. Si vous voulez manger le moelleux au chocolat tiède, je vous conseille de le laisser refroidir et de le réchauffer ensuite, sinon le démoulage risque d'être périlleux.

Accompagné d'une crème anglaise, ça devient carrément génial.....

Bon appétit ! *ou avec coulis de fruits rouges*