



L'accompagnement par un autre regard

LETTRE D'INFORMATION DU TROISIEME TRIMESTRE 2018

EDITO DE LA PRESIDENTE

L'audiodescription s'invite aux Médiévales à Saint Apollinaire

Pour la vingtième année, Saint-Apollinaire organisait ses Médiévales, grande manifestation de reconstitution de la vie au Moyen-Âge. Lors de la visite audiodécrite par Véronique Wermer, nous avons pu voir avec les doigts des peaux de bêtes tannées, des cottes de maille en fil de fer, il fallait supporter 14 kilos sur les épaules... Nos mains ont été guidées pour caresser le plumage incroyablement doux des chouettes, stars des médiévales. Un plaisir partagé de s'immerger dans le passé, avec des artisans passionnés par les métiers d'antan.

Alain et Dominique

ACTIVITES DU DEUXIEME TRIMESTRE 2018

Dimanche 8 avril, visite guidée de l'exposition de voitures anciennes, au Palais des congrès à Dijon,
Mardi 3, 24 avril, et lundi 7 mai, ateliers de chant choral, à la Vapeur
Samedi 7 avril, visite les yeux fermés au musée des Beaux-Arts
Vendredi 13 avril, réunion des membres bénévoles, salle Chambelland,
Samedi 21 avril, après-midi GOURMANDISES, en « NOIR et BLANC » salle Chambelland. Les participants sont venus avec leur petit panier garni de gourmandises faites maison.
Samedi 19 mai, visite « insolite » de DIJON, organisée en partenariat avec l'Office de Tourisme
Vendredi 25 mai après-midi, Parc de la Colombière à DIJON, sensibilisation Pôle Handicap, avec les scolaires
Samedi 26 mai après-midi, Parc de la Colombière – JOUONS DE NOS DIFFERENCES, 2 ateliers tout public
Samedi 16 juin, visite les yeux fermés au musée des Beaux-Arts
Samedi 23 juin, matinée « cuisine indienne ». Confection et dégustation d'un menu complet.
Vendredi 29 juin : soirée resto au Carré Rouge.

AGENDA DU DEUXIEME TRIMESTRE 2018

21 juillet : pic nic sur la terrasse de la salle Chambelland, suivi éventuellement d'une partie de pétanque
Du vendredi 3 août soir au lundi 3 septembre matin, vacances de l'association. Une permanence pour les urgences sera mise en place.
En septembre, marche autour du lac Kir, avec Lionel. Date à préciser.
Jeudi 6 septembre, Conseil d'administration.

Samedi 8 septembre, vide grenier à la Maison des Associations.

Vendredi 14 septembre, réunion du groupe de travail pour l'organisation des 15 ans de l'association

Samedi 15 septembre, au Cellier de Clairvaux, le Lion's club organise une visite avec des artistes, qui décriront leurs œuvres.

Dimanche 23 septembre, Le Grand Déj', au lac Kir

Samedi 29 septembre, visite de la Ferme au Fruits Rouges, à Concoeur.

VIE DE L'ASSOCIATION

Si je vous dis « cuisine indienne », commencez par compléter votre vocabulaire : raïta, dhal, lassi, mais encore curry, curcuma, gingembre, cardamome, coriandre, cumin, citronnelle, sans oublier bien sûr le pan masala !

Fascinante et envoûtante, la cuisine indienne est une cuisine raffinée, saine, équilibrée.

Un petit groupe d'apprentis cuisiniers m'avait rejointe ce samedi matin pour découvrir un monde inconnu. Certains ont fait connaissance avec le lait de coco, ou les lentilles corail, d'autres avec les rhizomes tels que le gingembre, et le curcuma, qui n'existent pas qu'en poudre ! Le mélange de toutes ces odeurs a charmé les participants lors des préparations, mais aussi à table. Des arômes exceptionnels pour un régal des papilles. C'est si facile de sublimer les petits plats du quotidien.

Chantal.

UNE IDEEGOURMANDE ET RAPIDE, POUR LES JOURS DE FORTE CHALEUR : un lassi à la mangue

Le lassi à la mangue c'est la boisson incontournable pour un repas indien réussi. Pour 4 personnes, il vous faudra : 1 sachet de mangues surgelées, 1 cuillère à café de cardamome (poudre ou graines), 200 ml de lait froid ou de lait végétal neutre, 2 yaourts nature bio brassés (peuvent être remplacés par du yaourt végétal). Dans un blender placez les morceaux de mangue, la cardamome et le lait. Mixez pleine puissance. Dans un saladier, mélangez les yaourts brassés et la préparation mixée au blender. Le lassi doit se servir très frais. Vous pouvez adapter la consistance à votre goût, si vous le voulez un peu plus liquide ajoutez un peu de lait.

Le site Internet est régulièrement mis à jour par Marie-Claire, n'hésitez pas à nous faire des retours.

Mobile : 06 81 16 26 96

Mail : info@lesyeuxenpromenade.org

Site : www.lesyeuxenpromenade.org

Un grand merci aux membres bénévoles qui nous permettent de profiter des nombreuses sorties proposées et merci aux membres déficients visuels pour leur investissement dans l'association permettant à chacun de trouver sa place.

La présidente, Dominique Bertucat

La vice-présidente, Chantal Vassé