



GARDONS LE CONTACT

Club des Hortensias - avril 2021

Bonjour à toutes et tous,

Nous espérons que vous vous portez bien. Ce nouveau numéro est placé sous le signe de l'humour car nous avons vraiment besoin de rire en ce moment, vous ne pouvez pas dire le contraire ! Isabelle, qui anime les ateliers mémoire au Club des Hortensias, vous propose dans ce numéro un exercice de mémoire dédié à une date emblématique : le 1^{er} avril. Nous espérons que ce journal vous fera sourire en plus de vous faire travailler les méninges !

Nous vous tiendrons bien évidemment informés de la réouverture du Club des Hortensias. D'ici là, prenez soin de vous et continuez de respecter les gestes barrières. Bonne lecture et à très vite pour un prochain numéro !

L'équipe du club
des Hortensias

1 Infos pratiques

Nous vous rappelons que, dans le contexte de la crise sanitaire, le Pôle Seniors de la Ville met à votre disposition un numéro dédié pour vous accompagner dans la prise de rendez-vous pour la vaccination : **0 800 710 229**.

Depuis le 6 avril dernier, Chloé Attali nous a rejoint en qualité de Responsable du Pôle Seniors et du Club des Hortensias. Nous en profitons pour vous rappeler que le Pôle Seniors, situé au 4 Cour Saint-Paul, reste ouvert au public du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h (sauf les mardis et jeudis après-midi).

2 Le saviez-vous ?

- Rire, c'est aussi bon pour la ligne ! D'après une étude de l'université Vanderbilt, 10 à 15 minutes de rire par jour peuvent brûler jusqu'à 40 calories. En effet, en augmentant le rythme cardiaque et la consommation d'oxygène, une bonne rigolade permettrait de stimuler la perte de calories.
- D'une manière générale, le rire est bon pour la santé. Les études se multiplient pour prouver ses bénéfices : il stimulerait la mémoire des personnes autour de 60-70 ans, diminuerait la douleur et améliorerait la circulation sanguine chez les jeunes.
- Pour le psychologue britannique Richard Wiseman, aucun doute, notre humour serait conditionné par le pays où nous vivons et la culture à laquelle nous appartenons. Après observations, il affirme par exemple que les Américains seraient plus enclins à se marrer lorsqu'un rapport de force entre en jeu. Les Européens, eux, préféreraient l'humour noir et les thématiques potentiellement anxiogènes comme le mariage ou la maladie. Quant aux Britanniques, qui se démarquent, ils auraient tendance à jouer avec les mots pour amuser l'assistance.
- Vous pensiez rire une à deux fois par jour, grand maximum ? C'est que vous faites mal votre compte, car les scientifiques attestent qu'un adulte rirait en moyenne 15 à 20 fois par jour.
- Selon Scott Weems, spécialiste en neuroscience cognitive, rire serait tellement bon pour le moral que cela nous permettrait de ressentir autant de plaisir que de manger du chocolat. Un remède reconnu contre le blues, qui booste la production de dopamine, ou l'hormone du bonheur comme on la surnomme parfois.
- Une conversation appelle en moyenne...5,8 rires en seulement 10 minutes ! Il peut donc suffire de très peu de choses pour arriver à cette surprenante moyenne de 10 à 20 rigolades journalières.



3 Boîte à idées

Voilà maintenant 1 an que ce journal existe. N'hésitez à nous dire ce que vous aimeriez y trouver (plus de jeux, de recettes, d'astuces, d'informations pratiques...) par mail à julielagarde@leslilas.fr ou par courrier au : Club des Hortensias, Allée des Hortensias, 93260 Les Lilas.

4 La rubrique « Méninges » d'Isabelle

Connaissez-vous l'histoire du 1^{er} avril ?

La tradition remonterait aux Grecs qui faisaient une fête en l'honneur de la déesse Hilaria tous les 25 mars. En cette occasion, ils avaient aussi l'habitude de faire des farces et de se déguiser !

L'origine la plus connue du premier avril remonterait à l'époque du roi de France Charles IX. Il décida en 1564 d'une réforme calendaire : alors que l'année commençait en France à Noël, à Pâques ou encore dans certaines régions le 25 mars avec une prolongation des fêtes jusqu'au 1^{er} avril, l'édit de Roussillon fit commencer la nouvelle année le 1^{er} janvier. La date fut étendue à tous les pays chrétiens par le pape Grégoire XIII. Beaucoup de personnes eurent du mal à s'habituer à ce nouveau calendrier et certains n'étaient même pas au courant que la date de la nouvelle année avait changé ! Ils continuèrent donc à s'offrir des cadeaux et des étrennes le 1^{er} avril. Aussi, pour se moquer d'eux, quelques petits farceurs ont eu l'idée de leur offrir des cadeaux un peu spéciaux, des cadeaux pour rire. Depuis, chaque année au 1^{er} avril, petits et grands mêmes prirent l'habitude de se faire des blagues et des farces.

Et pourquoi un poisson d'avril ?

Il y a plusieurs hypothèses : la première raconte qu'au début du mois d'avril, alors que la pêche était interdite en France pendant la période de reproduction des poissons, les pêcheurs se voyaient « offrir » un hareng. Le poisson mort accroché dans le dos fut remplacé, au fil du temps, par un poisson en papier.

Une seconde histoire, plus récente, veut que le poisson en avril fût symbole du Carême, période chrétienne où il n'est permis de manger que du poisson.

Enfin une dernière histoire assure que le poisson vient

du signe du zodiaque « poisson » qui se trouve être le dernier signe de l'hiver.

Ainsi au début du XX^{ème} siècle, on s'envoyait des cartes de 1^{er} avril illustrées par des petits poissons, pour se souhaiter amour, amitié et bonheur !

Le 1^{er} avril dans les autres pays

En Belgique aussi, la tradition du poisson d'avril reste bien vivante. Les jeunes gens, dans les écoles, attachent un poisson en papier dans le dos de leurs camarades, de leurs parents, de leurs professeurs...

Aux Etats-Unis, mais aussi au Royaume-Uni, en Australie, en Nouvelle Zélande et dans tous les pays anglophones, c'est « The April Fool's Day » ou le jour de la duperie. Pas de poisson dans le dos, mais des blagues dites « April Fool's » (le dupe d'avril) !

En Allemagne, on dit « April April » ou « Aprilscherz » au moment de faire sa blague ou juste après pour faire comprendre que c'est juste une blague de 1^{er} avril.

Les blagues du 1^{er} avril existent en Allemagne depuis 1631, mais leur origine serait plus lointaine.

Au Japon, le 1^{er} avril est également le jour des farces, appelé « bangusetsu » qui veut dire « la saison des 10 000 absurdités ». Mais pour les Japonais, le 1^{er} avril marque surtout le début des danses des cerisiers en fleurs (les sakura).

En Italie, tout comme en France, on accroche des poissons dans le dos et on fait des blagues le 1^{er} avril.

En Russie, en Suisse ou en Suède, on fête « le jour des fous » et au Brésil, on fait des farces inoffensives appelées « dia das mentiras » ou « le jour des mensonges ».

5 Jeux en vrac

Quelques devinettes

1. Quel mot de 6 lettres comporte 5 voyelles différentes ?
2. Je suis aussi grand qu'une tour, aussi léger que l'air et cent hommes venant à moi ne m'ébranleraient pas. Qui suis-je ?
3. Ôtez-moi une lettre, ôtez m'en deux, ôtez-les-moi toutes, je reste toujours le même. Qui suis-je ?
4. Pourquoi faut-il se méfier des sirènes au volant ?
5. Toujours le premier, jamais le dernier, rien sans lui n'est jamais fin, car rien ne peut commencer sans lui. Qui suis-je ?
6. On me trouve deux fois deux fois dans l'année, une dans la semaine, mais pas dans le jour. Qui suis-je ?
7. Plus je suis chaud, plus je suis frais. Qui suis-je ?



Expliquez les expressions suivantes

1. Rire / se marrer comme une baleine
2. Rire au nez de quelqu'un
3. Faire marcher quelqu'un
4. Rire jaune
5. Rire comme une banshee (Québec)

Qui est l'auteur de ces citations ?

Reliez les bonnes propositions entre elles.

1. Le mariage, la confiance n'y est pas. Il faut des témoins, comme dans les accidents.
2. Il y en a qui sont faits pour commander et d'autres pour obéir. Moi je suis fait pour les deux : ce midi, j'ai obéi à mes instincts en commandant un deuxième pastis.
3. Je serais à la place des agriculteurs qui déposent du fumier devant les McDo, je me méfierais parce que les gérants vont finir par croire qu'il s'agit d'une livraison.
4. Quand un philosophe me répond, je ne comprends plus ma question.
5. Qui aime bien ses lunettes ménage sa monture.
6. L'humour ? Une mission, faire du bien aux gens.
7. Son chapeau lui va comme un gant. Trouvez l'erreur...

- A) Pierre Desproges
- B) Daniel Prévost
- C) Jean Yanne
- D) Sylvie Joly
- E) Coluche
- F) Pierre Dac
- G) Francis Blanche

5 Quizz sur le 1^{er} avril

Souvenez-vous du texte sur le 1^{er} avril. Sans le relire, répondez aux questions suivantes. A vos méninges !

En Grèce :

- 1- En l'honneur de quelle déesse les grecs faisaient une fête ?
- 2- A quelle date ?

Les origines du poisson d'avril en France :

- 1- Sous quel Roi ?
- 2- En quelle année fut décidée la réforme calendaire ?
- 3- Pourquoi les étrennes du 1er avril se sont-elles maintenues ?
- 4- Résumez les trois hypothèses de l'histoire du poisson d'avril ?

Le 1^{er} avril dans les autres pays :

- 1- Quel est le nom donné aux Etats-Unis et les pays anglophones ?
- 2- Quel pays donne le nom de « la saison des 10 000 absurdités » ?
- 3- En Russie, en Suède et en Suisse ce jour-là est appelé ?
- 4- « Le jour des fous » est la désignation du 1er avril par le..... ?

Réponses

Citations : 1E ; 2F ; 3C ; 4A ; 5G ; 6D ; 7B

Les réponses aux jeux en vrac : 1. Oiseau ; 2. L'ombre ; 3. Le facteur ; 4. Parce qu'elles font des queues de poisson ; 5. le début ; 6. Le N ; 7. le pain.

Expliquez les expressions suivantes :

1- Quand on parle de rire, on pense plus à la « vache qui rit » qu'à une baleine ! Et pourtant, « rire comme une baleine » signifie rire très fort et sans retenue. En riant, on a souvent la bouche ouverte, ce qui peut rappeler l'énorme queue du cétacé et on se tortille un peu comme lui ! Donc, ne vous fâchez pas si vous entendez cette expression, cela ne signifie pas que vous avez grossi !

2- C'est se moquer de quelqu'un ouvertement et qu'on ne le prend pas au sérieux.

3- « Faire marcher quelqu'un » ne veut pas dire que vous aidez quelqu'un à se déplacer. Quand vous racontez une histoire faussée à quelqu'un pour vous moquer de lui, vous le faites marcher.

4- Ce n'est pas que vous avez oublié de vous laver les dents et qu'elles sont jaunes. « Rire jaune », c'est se forcer à rire, soit parce qu'on se sent obligé ou soit parce qu'on est gêné ou fâché par une situation.

5- Quand un Québécois « rit comme une banshee » cela signifie qu'il a un rire très fort et presque inquiétant. La banshee est une créature féminine issue de la mythologie celtique irlandaise dont le cri très aigu est désagréable à entendre.

Voilà la fin de ce numéro, nous espérons qu'il vous aura divertis.
Nous pensons bien à vous, à bientôt !

Poisson d'Avril

Pardonnez que je vous adresse
Avec ma plus vive tendresse
Ce beau poisson frais et discret
A qui j'ai confié mon secret.

A. G.

AVRIL

DEVINEZ
QUI VOUS L'ENVOIE
VOUS SAUREZ
QUI VOUS AIME

