



# LE PETIT ECHO DES CALANQUES

Entre Mer et Colline

N°7  
JANVIER  
2022

Journal rédigé par les habitant.e.s du quartier

# SOMMAIRE

- 1 Edito de Julie Ramaioli
- 2 · 3 Atelier d'écriture de Brigitte Piarrat
- 4 · 5 Femmes et cuisine d'ici et d'ailleurs
- 6 · 7 Interview de Claude Mautalen
- 8 · 9 Recettes : Soupe paysanne et Bouillabaisse
- 10 · 13 Nos actualités

## HOMMAGE À ANGÈLE GARCIA

ANGÈLE GARCIA, ADMINISTRATRICE DE MER ET COLLINE  
NOUS A QUITTÉS

Nous avons l'immense tristesse de vous annoncer le décès d'Angèle Garcia, administratrice de Mer et Colline pendant de nombreuses années. Elle a démontré pendant toutes ces années son amitié et son attachement à Mer et Colline. Nous regrettons cette grande dame, figure emblématique du quartier.

Le conseil d'administration et l'équipe de Mer et Colline.

HOMMAGE À ANGÈLE GARCIA PAR CHRISTINE MASSE,  
ADMINISTRATRICE DE MER ET COLLINE

Quand vous êtes arrivée à Mer et Colline pour participer au Conseil d'administration de Mer et Colline, vous connaissiez déjà tout le monde car, en tant que salariée de la pharmacie du quartier, vous aviez eu l'occasion de rencontrer un nombre important d'habitants de notre secteur. Lors de fêtes, vous donniez de votre temps pour laver les moules, dresser les tables.

Vous aviez souvent un petit sourire, même la corvée la plus indigeste paraissait amusante à vos côtés.

Vous aimiez participer aux concours de pétanque organisés par le centre.

Ce fut une époque où les fêtes se succédaient et vous aimiez cela tout comme nous.

Aujourd'hui la légèreté et la gaieté ont disparu, espérons que tout cela soit momentané.

Dans tous les cas, sachez Angèle que l'on vous regrette.

## EDITO

« Je dois bien l'avouer...

Si la sortie du journal a pris du retard, ce n'est que parce que je n'arrive pas à écrire l'Edito. J'avais dit oui, un peu gênée, mais sans hésiter.

Depuis un mois, je tourne, le matin, le soir, je fais les cent pas, la semaine, le week-end. Je voudrais dire un truc bien. Simple, mais bien.

Pour écrire l'Edito, j'ai passé ma vie en revue, cherché l'inspiration dans tous les noms des pays du monde, je me suis perdue dans de denses forêts et plongé en eaux profondes, j'ai révisé mes classiques, repris le cours de l'actualité, me suis inscrite à un sport de combat et enquêtais en anthropo-psycho-historico-sociologie. J'ai avalé des vers et des odes, des complaints et des couplets. Sous une pluie de tomates, je me suis hissée à la tribune pour lire un texte en créole. J'ai suivi de l'aiguille le chat pour sortir de ce mauvais pas, mais une fois hors du labyrinthe, je n'y voyais plus rien. On me conseilla un opticien du nom de Spinoza. C'est ainsi après ajustement du point de vue que je me lançais à la recherche du trésor perdu.

Il était 1h du matin et je rejouais le générique de Manathan, je n'avais toujours pas écrit la première ligne de l'Edito.

A 2h08, l'économie de marché, la crise, l'inflation, le virtuel et la fabrique des illusions, l'analyse critique et le bon sens, l'édito ne parlerait pas de l'actualité.

A 3h26, Marseille, port d'attaches, Capitale 2013, LA Culture, la rue de République, les cultures, je ne pouvais pas faire de l'édito une analyse des politiques urbaines.

A 4h pile, je me levais avec en tête quelques grandes idées du type « tout se transforme rien ne se perd », la relativité, l'existentialisme, surtout le Vivant. Je songeais à l'interstice, l'entre deux, la grâce de la fausse note, sortir de son territoire et la beauté du geste.

A 4h12, je croyais enfin tenir quelque chose, qui immédiatement m'avait échappé.

A 4h32, je me lançais dans un grand projet : composer un texte avec des titres de livres, de films, de chansons, des citations et références. A 6h11, j'abandonnais ce projet.

A 7h, après un long silence méditatif le réveil sonnait. Je ne pouvais pas juste dire que j'étais heureuse d'être là, à Mer et colline.

A 7h45, c'était l'heure. Sac au dos, gonflée de toutes ses bonnes idées, je fermais la porte et partais pour une belle journée, remettant à plus tard l'écriture de l'édito.

Je voyais devant moi cet horizon clair et dégagé, une mer d'un bleu profond, un tout petit peu agitée, le Frioul net, à en voir les plis de la roche se dessiner, un grand air frais balayant un reste de sommeil.

Je me suis engagée sous l'arche, prenant par le milieu des bâtiments.

Pour l'Edito, je pourrais toujours commencer par souhaiter la bonne année !

Julie Ramaioli, médiatrice culturelle de Mer et colline.

# ATELIER D'ÉCRITURE

## QUELQUES TEXTES

Un mardi sur deux de 14h30 à 16h30  
à l'Espace culturel de Mer et colline  
6 bd de la Verrerie  
Brigitte Piarrat anime l'Atelier d'écriture

### ON N'EST PAS SÉRIEUX QUAND ON A SEIZE ANS !

Jusque là, Arthur avait vécu un long, très long entre-deux, un crépuscule grisâtre entre deux rien du tout, ou pas grand-chose. Une naissance un peu compliquée peut-être mais il ne s'en souvenait pas. Et depuis, rien que l'ennui entrecoupé d'autres moments d'ennui.

Et un jour Adèle ! Ah, Adèle !! Il l'avait rencontrée dans une fête foraine, elle ratait toutes ses cibles au stand de tir à la carabine. Mais ...

Mais à chaque tir ses petits seins tressautaient et Arthur fasciné en était resté bouche bée. Cet instant là, il comprit qu'il n'avait pas seulement trouvé l'Amour avec un grand A, il n'avait pas seulement pris dix points d'exclamation dans la gueule, oh non ! Il avait trouvé une voQuation avec un grand Q : les filles, le seXe, s-e-grand X-e. Il avait trouvé sa voie, son Golgotha, son Oméga.

Et depuis cette soirée fusiliaire, il n'avait plus jamais connu l'ennui, ni la grisaille, ni le temps long, ni aucun questionnement. Rien qui ressemblât à cela. Adèle, avec laquelle il avait perdu son pucelage – voilà quelque chose que l'on perd volontiers, quand on a seize ans et qu'on est pas sérieux – Adèle était, ô joie, apprentie pâtissière, ce métier où s'exaltent

les sensualités les plus diverses, les goûts raffinés, les plaisirs délicats.

Elle était d'ouverture facile aussi et Arthur en profita largement et heureusement. Comme elle avait depuis longtemps l'habitude de longs moments gourmands, elle lui fit découvrir les délices épicés, ou sucrés dont il n'avait même jamais eu l'idée.

Ah, découvrir les plaisirs du fouet à pâtisserie, cela paraît simple mais c'est en fait un art. Et la danse des mains qui pétrissent, qui foulent, qui caressent une pâte qui gonfle doucement sous le geste lent et sûr.

Arthur apprit les déclinaisons inventives qui permirent d'entraîner son palais à l'art délicat qu'elle aimait tant. Avec elle, côté plaisirs la liste était longue, et son corps goûta les mille variations des lascives températures hédonistes.

Il est aujourd'hui un homme comblé. Au dessus de la pâtisserie d'Adèle, son cabinet de sexothérapie ne désemplit pas, ses clients viennent du monde entier depuis qu'il a rendu sa joie et vivre et de baiser à François Fillon et le succès mondial de ce dernier dans son premier film porno gay, dont le titre est « On n'est pas sérieux quand on a soixante six ans »

JACQUES

### SAVEURS D'AUTREFOIS

Une grand-mère qui cuisine, qui cuisine bien et bon, peut paraître totalement banal aujourd'hui : les grands-mères sont à la mode de nos jours et particulièrement leurs recettes de cuisine ! La mienne était exceptionnelle, pour moi bien sûr, mais aussi pour ceux qui l'ont bien connue et que je retrouve parfois au hasard des rencontres à chaque retour au pays.

Une célébrité dans ce petit coin de Limousin, où comme elle le disait si bien : « ici il n'y a qu'à se baisser pour ramasser » ; champignons des prés et forêts, fruits du verger, légumes du potager, poissons des rivières... Elle avait appris la cuisine sur le terrain ; d'abord auprès de sa mère et puis à Paris où elle avait été employée comme cuisinière au sein de maisons bourgeoises.

Peut-être est ce là qu'elle avait côtoyé la rigueur, l'exigence, le devoir de faire toujours mieux pour viser ou atteindre l'excellence ? Elle avait toujours une solution à tout et les plats les plus simples prenaient une autre saveur entre ses mains expertes. Elle sublimait les omelettes, les hachis parmentier devenaient plats de galas, les soupes de légumes embaumaient ! Elle était souvent appelée à l'aide en qualité « d'extra » par les restaurateurs locaux pour les grandes occasions : fêtes de famille, repas d'affaires, banquets divers ...

Jacques Chirac, alors député de la Corrèze et grand épicurien, avait promis de lui décerner une médaille pour son fameux chou farci ! Elle savait aussi

Je revois ma mère dans la cuisine qui s'affaire devant cette grosse marmite. Un plat est en train de mijoter sûrement depuis quelques heures, je sens l'odeur de la viande qui me donne déjà envie. Une sauce verte bout, à première vue cela n'a pas l'air très appétissant. Puis je vois ma mère qui tourne la semoule dans une casserole, ensuite elle la met dans un plat et rajoute la fameuse sauce avec la viande. Des morceaux de piment sont rajoutés, surtout parce que mon père raffole des plats piquants.

La première bouchée peut sembler particulière de part la texture gluante de la sauce, mais on sent aussi la viande fondre dans bouche. Tandis que tout le monde à table se sert de ses couverts, moi je ne peux pas m'empêcher de déguster ce repas avec mes mains, et je sens le regard amusé et fier de ma mère car cela lui rappelle son pays et les traditions qui se répercutent sur sa fille. En mangeant ce mets, automatiquement je me souviens des moments où je le mangeais plus petite, qui m'apaisait et m'endormait quand j'étais bébé, mais aussi cela me permet de reconnecter avec mes origines.

LAURA

assaisonner mieux que personne les charcuteries maison car à cette époque, dans chaque maisonnée, on tuait un cochon pour assurer les repas d'une bonne partie de l'hiver. La conservation des viandes avant l'arrivée du réfrigérateur n'avait aucun secret pour elle.

Ici les saveurs étaient longuement mûries ; les feux de cheminée des hivers rigoureux entretenaient le séchage et le fumage incomparable des jambons pendus dans l'âtre appelé « cantou ». Les saucissons, eux, étaient accrochés en file indienne aux poutres de chêne qui traversaient la pièce principale à la fois cuisine et salle à manger.

Nous les observions à l'occasion des repas de famille, assis sur les bancs de bois qui entouraient la grande table en chêne elle aussi, et à chaque fois, revenaient les mêmes interrogations : « alors, on goûte lesquels aujourd'hui? ». Invariablement elle se fâchait « c'est encore trop tôt, vous êtes toujours trop pressés, il faut leur laisser le temps de sécher » !

Les odeurs, les saveurs ont disparu avec elle car elle gardait précieusement ses secrets de fabrication et refusait de les partager, même avec ses filles. Nous avons juste retrouvé, au hasard d'un article sur un journal local, la fameuse recette du chou farci qu'elle avait confiée à un journaliste, peut être pour obtenir la médaille promise mais jamais décernée ?

MARTINE

# FEMMES ET CUISINES D'ICI ET D'AILLEURS

SOUVENIRS COLLECTÉS À L'OCCASION D'UN ATELIER D'ÉCRITURE AVEC LE GROUPE DE FEMMES DES JEUDIS POUR TOUTES, LE JEUDI 30 OCTOBRE 2021. SUR LE THÈME : CE QU'EST UN BON REPAS POUR VOUS.

## MIREILLE : SOUVENIR D'ENFANCE

Je me souviens de la bonne odeur qui venait de la cuisine lorsque ma mère faisait la daube. Elle faisait revenir la viande, gîte, et galinette, (partie gélatineuse) avec du sel, du poivre, de l'ail et de l'oignon, puis elle retirait la viande et versait le vin utilisé pour la marinade depuis la veille, elle plaçait la couenne au fond de la marmite et ajoutait le bouquet d'aromates et les carottes, puis la viande, recouverte de vin rouge, mijotait environ deux heures et était servie avec des pâtes : hum !!! L'astuce : un petit verre de cognac ! on se régala ! Aujourd'hui, on la fait sans la couenne...

## MARIE : LA PAELLA DE SON ONCLE

Je me souviens quand j'étais petite, avec mon oncle, avoir cuisiné une paella au poulet, crevettes, oignons, ail, chorizo, épices, petits pois, sauce tomate, riz, poivrons rouge et vert et le riz..

## LUCETTE : LA SOUPE AU PISTOU DE MA MÈRE

La soupe au pistou de ma mère  
Les ingrédients sont nombreux : haricots rouge, haricots blancs, pommes de terre, pâtes, courgettes, oignons entiers, faire mijoter doucement.

Le pistou : Au pilon, écraser longuement la moitié d'une tomate, ail cuit, 1 ou 2 pieds de basilic, de l'huile d'olive

## INÈS : LE TLI TLI DE MA MÈRE LE WEEK END

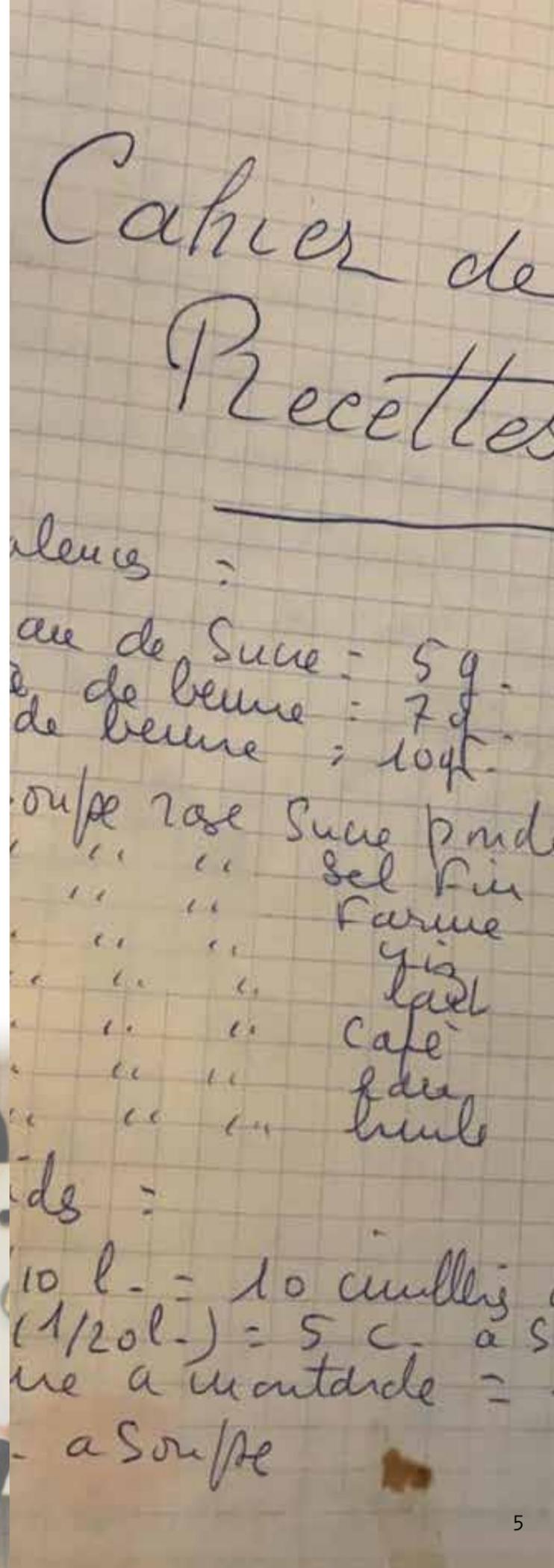
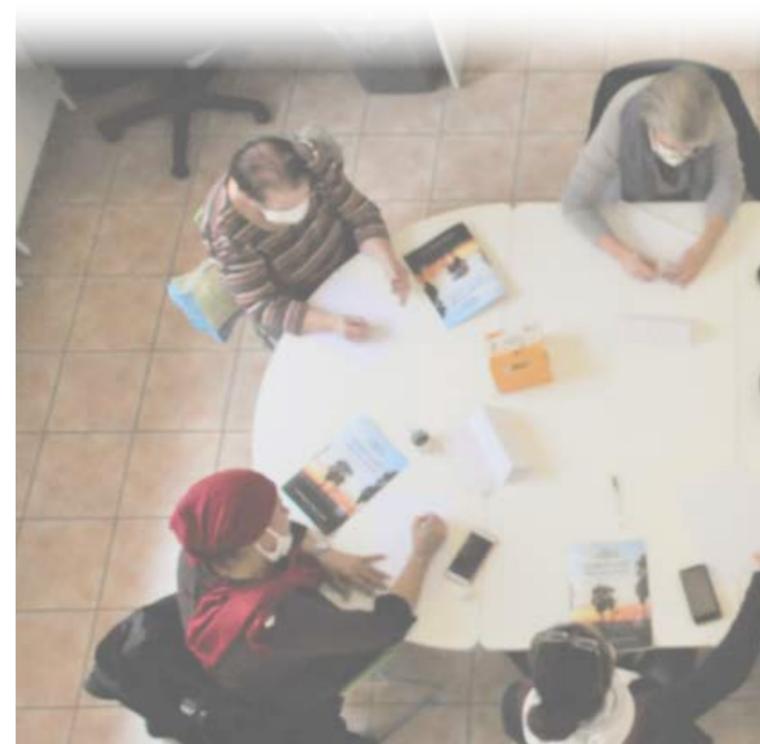
Les week ends en famille : M'man nous faisait du Tli Tli, plat d'origine algérienne : piment langue d'oiseau, poulet, pois chiches, agneau, courgettes, carottes, oignons, œufs durs, et de l'huile à la fin

## ANA : COQ ET DINDE SALAZAR

2 soirs avant Noël : papa donnait 1 verre d'eau de vie aux coqs, 1h après les animaux étaient ivres comme des hommes, cela faisait comme un sketch spectaculaire, puis les coqs étaient saignés et la marinade se faisait avec le sang, l'eau de vie, les épices, l'orange, le citron en cuisson lente, ensuite on entourait les pattes des bêtes de papier aluminium avant de les mettre au four jusqu'à ce que la peau soit dorée et croustillante. Ma mère et ma Grand mère avaient plumé les volailles et j'écrivais avec les plumes. Nous étions 12 à table le jour de Noël le service des volatiles se faisait accompagné de choux, de brocolis, de carottes et de riz.

## VIVIANE : LE COUSCOUS FAMILIAL

Il fallait des navets, des carottes, des courgettes, du céleri, des pois chiches, de la coriandre, de la cannelle, du collier d'agneau, pour la semoule : la mouiller avec de l'eau chaude et la rouler avec huile et beurre clarifié à la vapeur. Servir avec de la harissa



# INTERVIEW CLAUDE MAUTALEN

EN PRÉMICES DE SA CONFÉRENCE  
DU 26 FÉVRIER 2022 À MER ET COLLINES  
PAR BRIGITTE PIARRAT

*Plongeur par passion pour la grotte Cosquer, les fonds marins, leur préservation, et passeur de l'éducation à la mer, aux règles de sécurité, de plaisir et de découverte de la plongée et du monde sous-marin aux lycéens*

## UN PARCOURS SURPRISE : DE L'ARMÉE À LA PLONGÉE

Après une enfance entre France et Algérie, son père étant militaire, Claude Mautalen, une fois sa scolarité en internat bien passée, enchaine le tri postal, puis un temps militaire en Allemagne, puis en Algérie, une jaunisse lui a permis d'être affecté à la presqu'île de Gien pour finir son temps militaire. Là un lieutenant l'initie à la plongée, une vraie découverte.

Il passe un concours France Telecom comme agent d'exploitation, est affecté à Limoges sur l'aérien puis se spécialise sur les câbles à grande distance, métier qu'il exercera jusqu'en 1965 à Paris, ville qu'il supporte mal. Il demande son affectation à Marseille en tant que cadre régional et réussit en 67 à intégrer la direction des câbles à grande distance jusqu'en 90 avec le même poste sur 350 km autour de Marseille : il bourlingue et intervient sur des opérations pompier souvent de nuit « quand on part en mission on prend la route, le temps de s'installer et celui de ranger au retour : ce sont 2 jours non consacrés au cœur du travail. J'avais pris des responsabilités : j'ai proposé de travailler tôt dès 7h 1/2 le matin en journée continue, sans pause déjeuner, sur les 3 jours disponibles dans la semaine. Tout le monde s'est rendu compte que mon système était productif et marchait bien mais ça a déplu à ma direction ».

## DES SERVICES SOCIAUX À LA PLONGÉE PROFESSIONNELLE

J'ai demandé en 83 à être détaché aux services sociaux et j'ai passé en parallèle les niveaux de plongée

sur mes jours de loisir puis mon monitorat fédéral ce qui m'a poussé à reprendre les études pour avoir le brevet d'état à 35 ans au milieu de jeunes de 20 ans.

Là j'ai pu intégrer La maison de la Mer, la base nautique : j'ai créé des stages surtout la plongée pour les enfants aidés par la Fédération.

Je suis devenu responsable de la Base Nautique, Directeur Technique jusqu'à ce qu'arrive un président, que j'avais aidé, devenu hostile. J'ai perdu mon poste : je n'avais que ma conscience pour moi.

## PLONGEUR POUR LE CINÉMA PUIS RECHERCHES À LA GROTTE COSQUER. UN CONSTAT : LA DISPARITION DES POSIDONIES

Mon implication était totale envers les enfants de la fédération de plongée, tous les ans je leur donnais mon matériel de plongée en guise de remerciements. Le week end je plongeais avec Luc Vanrel, j'étais à l'ASPTT sur les tournages, il leur fallait un plongeur diplômé et plusieurs années d'expérience :

J'ai plongé dans la grotte Cosquer et participé aux fouilles sur les épaves au large de la baie dans une atmosphère de confiance très agréable : au départ c'était pour faire plonger les enfants et en tant que responsable de base, j'étais libre de mon emploi du temps : pour la grotte, on partait le matin avec eaux, et céréales : j'ai été frappé par le courant Ligure, les violets, les gorgones (ascidies), les grandes nacres petit à petit désertaient, seules les gorgones sont revenues, les actions de préservation des fonds marins menées sont restées lettre morte lorsque le parc des Calanques a été fait le 24 Avril, 2012.

## UN MORATOIRE DE PROTECTION SUR LES GRANDES NACRES, LES MÉROUS, LES GRANDES CIGALES, LES CORBS A ÉTÉ MIS EN PLACE.

Le port de Pointe Rouge a été construit entre 69 et 72, 1480 bateaux ont été mis à flots, pas de dragage, pas de filtrage des liquides sur les chantiers : le port était lagunaire avec le vent d'Est qui faisait rentrer les boues et autres. A 2 reprises, les courants se sont rabattus.

Nous avons essayé de lutter et de temps en temps un bateau pélican venait nous aider, on a essayé, nous nous sommes battus pendant 20 ans pour implanter des îlots artificiels dans l'ancien lit de l'Huveaume, il y avait des courants tourbillonnants :

La vie a commencé à revenir : petits et gros poissons, algues et poulpes.

Aujourd'hui, il faudrait responsabiliser les services publics : il y a beaucoup trop de chantiers qui polluent. L'INPP, la ville et la base soudent sous l'eau, provoquant la nuisance des courants induits.

Les élus sont la prudhomie des pêches. Ils devraient intervenir sur les filets abandonnés : il faudrait les faire remonter avec un appui-coup médiatique mais cela n'intéresse pas suffisamment.

Autre problème : nous avons perdu 2 chasseurs sous-marins qui plongeaient seuls, isolés retrouvés noyés sur les côtes des Baléares en parfait état de conservation 1 mois après leur disparition près l'île Riou.

Il n'y a pas eu d'enquête car trop d'interactions avec les pouvoirs et Tribunaux maritimes bien que les corps aient été forcément congelés pour être retrouvés intacts après un mois dans l'eau de mer.

Plusieurs pêcheurs ne respectent pas les zones de pêche et ne risquent qu'un simple rappel à la loi parce que, même s'ils sont repérés par hélicoptère, ils ont des gros emprunts ce qui génère une loi du silence protectrice.

Les gens ne connaissent pas le courant Ligure lié à la montée des eaux très compliqué à enseigner et vulgariser.

« j'ai enseigné les premiers secours : théoriquement il faudrait que toutes les écoles le demandent mais elles estiment que ce temps serait un temps perdu sur le programme ».

## UN PROBLÈME DE SANTÉ PUBLIQUE À TRAITER EN URGENCE : LE BUDGET ET LES MOYENS LOGISTIQUES DÉDIÉS SONT LARGEMENT INSUFFISANTS

Claude Mautalen est partisan d'une éducation sportive au sein de toutes les écoles et non limitée

à une majorité d'écoles privées. Le problème est un problème de santé publique avec une pollution sanitaire liée à la dégradation des plastiques en mer, la faune change voire disparaît.

## UN SUJET BRÛLANT ET D'ACTUALITÉ

Avec les élections, il y a des sujets à résoudre dont les quotas de pêche sur certaines espèces : réglementairement, tous les poissons pour la vente sont marqués : les dorades par un bout de la queue coupée, sauf celles pour utilisation personnelle du pêcheur, un bracelet sur chaque thon, mais cela se fait au large sans contrôle et remis sur d'autres thons.

Les Affaires Maritimes n'ont plus les moyens humains ni logistiques : le non respect des quotas a encore de beaux jours devant lui.

Nécessaires, pourtant Les Affaires Maritimes se dépeuplent, l'effectif est passé de 14 à 7, c'est plus qu'insuffisant !

Il y a un problème de recrutement, de locaux très « cages à lapin », de misère informatique, de formation sauf la MPM avec des équipements zodiac, ils signalent et font le job, avec seulement 4 à 5 zodiacs en appui logistique.

Autre problème : les bateaux de plaisance à moteur vont à fond la caisse en saison sans qu'il y ait de mesure de limitation de vitesse : tous les gamins viennent les louer avec du liquide lié aux trafics, il faudrait légaliser le cannabis : il faudra un drame pour que quelqu'un s'en occupe.

Même notre collecteur date de 1983, il ne peut plus filtrer alors il y a de plus en plus de boues rouges.

Ce serait mettre 70 personnes au chômage : on ne peut pas arrêter le processus.

Luc Vanrel a découvert l'avion de St Exupéry, je travaillais à Cosquer, le bateau de la Comex rôdait, on venait de trouver la gourmette de St Exupéry, Luc Vanrel a remonté le train d'atterrissage localisé longtemps avant.

Il y avait 2 épaves, le reste de l'avion de St Ex et un Messerschmidt, le pilote avait été enterré à Riou, pris pour un Néandertalien car atteint du prognatisme de Hollerzoen, un couple avait trouvé, enterré et récupéré le cadavre amputé des 2 jambes et récupéré son parachute.

# LA RECETTE DE LA BOUILLABAÏSSE LE CAHIER DE LORETTE

# LA SOUPE PAYSANNE DE HASSEN

POUR LA DISTRIBUTION DU SECOURS POPULAIRE QUI SE DÉROULE LE VENDREDI 1 FOIS PAR MOIS À LA PLACE ENGALIÈRE, HASSEN PRÉPARE UNE SOUPE MAISON DE SAISON.

## Bouillabaisse

Après avoir rassemblé le poisson tel que :  
longuepointes, sardines, gundins, vivé, toucaous  
saint pierre beandrie merlan crabes, moules  
coupez en morceaux et mettez sur 2 plats.  
Sur l'un le poisson ferme. Pommeste rascasse  
gundin beandrie crabes et sur l'autre le  
poisson tendre, loup, un peu saint pierre merlan  
Mettez dans une casserole 3 oignons émincés  
4 gousses d'ail écrasés. 2 tomates pelées ou  
assez de courbis 1 litre de Huile de femuit, de  
pernil, lamie en morceau d'orange d'orange.  
Déposez dessus le poisson ferme assez de  
1/2 verre d'huile. Mouillez un peu plus ça a  
envahit avec de l'eau bruyante assaisonné  
avec sel poivre safran et faites partir ce liquide  
en ébullition à feu très vif. La casserole doit être  
entourée de flammes. Après 5 minutes d'ébullition  
ajoutez le poisson tendre continuez l'ébullition encore  
5 minutes. Retirez alors du feu, jetez le liquide  
sur les tranches de pain de 1 centimètre 1/2 d'épaisseur  
dans un plat creux - Servez le poisson à part

## LA PRÉPARATION :

Avec les légumes du paysan Félix de  
Pertuis.  
(AMAP Paniers Marseillais)  
La soupe est préparée avec les  
légumes du paysan et agrémentée par  
des produits artisanaux locaux.  
Elle est servie pendant la distribution  
du secours populaire, et change en  
fonction des légumes de saison, mais la  
base est toujours la même avec :

- pommes de terre
- poireaux
- carottes
- céleri
- oignons
- ail

Huile, épices, et condiments, derrière  
chaque ingrédient, il y a un producteur,  
un artisan, une localité, un métier, une  
passion.

# NOS ACTUALITÉS

## SORTIES ET ATELIERS DU SECTEUR FAMILLE

Ateliers d'écriture, comment faire des économies d'énergie ou cuisiner de saisons, ateliers bien-être, sorties plein air ou expositions..



A venir...

**Le 3 février**

10h Atelier Pâtisserie avec Jaouida et Projection

**Le 3 mars**

Visite de l'exposition « Les arts de l'Islam » à la Bibliothèque de l'Alcazar

**Le 12 mai**

Visite du Château de la Buzine avec l'exposition Marcel Pagnol



### LE GRAND MEZZE

Projet mené par le Mucem avec 9 autres Centres sociaux et associations, autour de la question :

Qu'est ce qu'un repas réussi ?

Collecte et enquête

Dans le groupe on travaille...



### LES CONFÉRENCES - DÉBATS

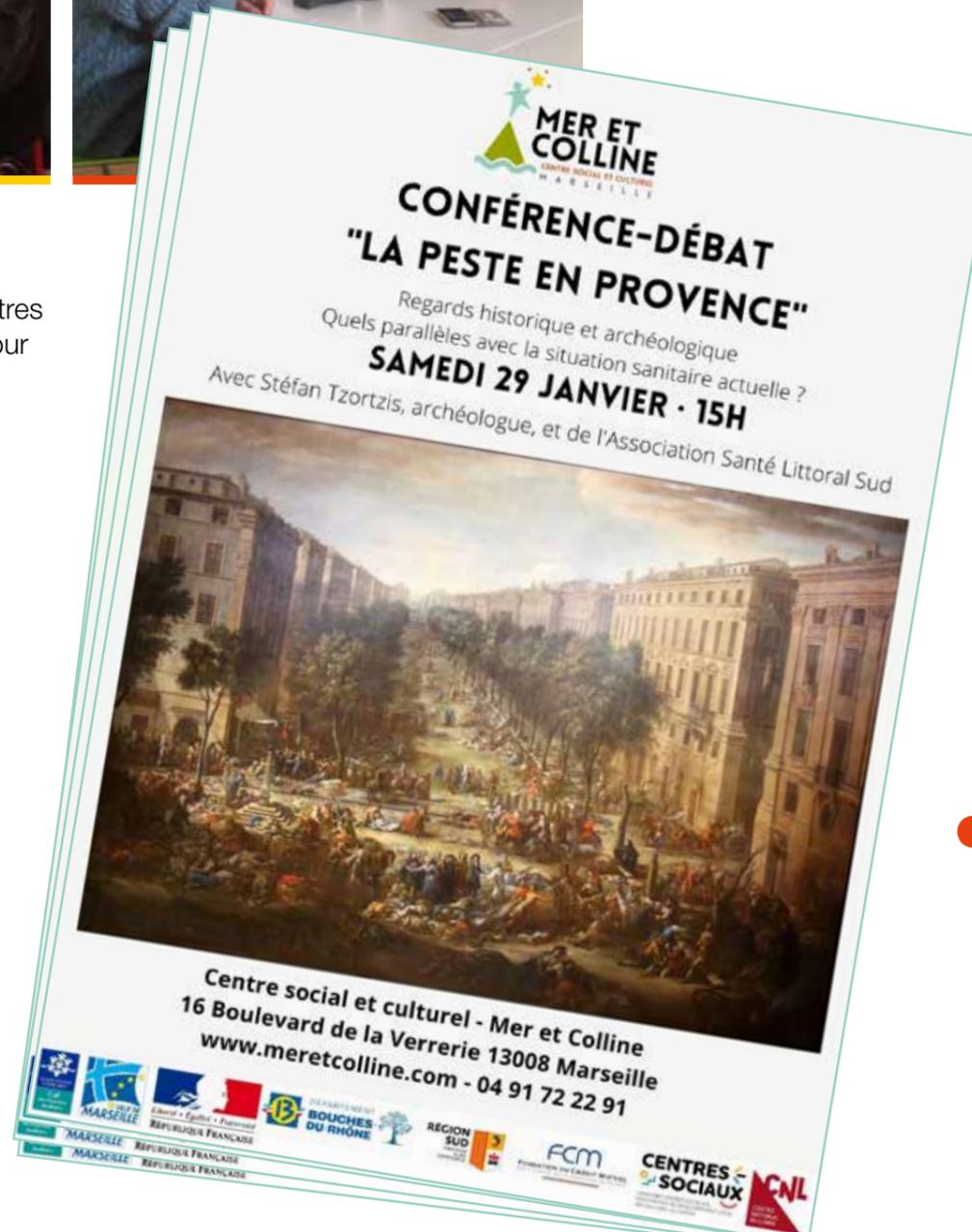
**Samedi 29 Janvier à 15h** "La peste en Provence"

Avec Stéfan Tzortzis, archéologue, et de l'Association Santé Littoral Sud  
Regards historique et archéologique  
Quels parallèles avec la pandémie actuelle?

A venir

Découvertes de la grotte Cosquer

**Le 26 février**



### EXPOSITION PHOTOS

**A partir du 7 février**

Nous accueillons l'exposition photos de J-F Debiegne « Humanités »

Un jour, j'ai rencontré l'association 13Egax qui organisait des maraudes sur le secteur République-Canebière Saint Charles (Marseille). C'était un dimanche soir de fin décembre, à la température douce mais avec un soleil qui se couche très tôt. J'avais prévenu Hasna et Najette, les deux responsables de l'association que je viendrais leur parler de mon projet photo L'équipe était là, avec les bénévoles, dans une sorte de garage, ils préparaient avec soin des petits sacs de nourriture qu'ils allaient donner aux sans domicile fixe qu'ils rencontreraient dans leur maraude. Je les ai suivis descendant la rue de la République avec leurs caddies, éclairés par les néons des magasins, image étrange. Qui étaient ces bénévoles anonymes et qui étaient ces personnes aidées. ? Oui, il y avait de la fraternité ou plutôt de l'humanité et même des humanités qui émanaient d'eux, car, je peux maintenant vous l'assurer, il y a aussi (et bien sûr), de l'humanité chez les personnes dites « sans domicile fixe ».

Merci pour eux de regarder ce travail documentaire de quelques soirs sur le terrain, en photos de nuit, le plus souvent entre chien et loup au fil de l'hiver et en début de printemps.

ET AUSSI

**Soirée Ciné-débat - 1 mercredi sur 2**

Cycle cinéma Italien et regards sur le cinéma contemporain avec les Ecrans ouverts



**Les soirées Ludothèques**

Les Ateliers de la Ludothèque de L'Espace culturel au 6 rue Bd de la Verrerie vous accueille tous, petits, moyens et grands, et très grands, chevaliers solitaires, couples inséparables, jeunes équipes, parents aguerris ou néophytes, familles entraînées et curieuses, bons perdants ou mauvais gagnants, pour une soirée à l'esprit ludique. Une soirée jeux pour découvrir et apprendre tout en s'amusant !



**LES VACANCES DE FÉVIER C'EST BIENTÔT**

A partir du 7 le Centre de loisir propose des activités pour les petits et pour les grands dans « l'Espace Jeunes »

MERCI

Aux femmes des jeudis pour toutes, aux participant.e.s des ateliers d'écriture, à Sabine Ghiotto et Laurette Mercier, à Claude Mautalen, à Hassen Didouh, à Brigitte Piarrat, aux bénévoles et salariés du Centre social et culturel, à Stéphane de Hyper copy.



## Centre social et culturel Mer et Colline

16 Boulevard de la Verrerie  
13008 Marseille  
[contact@meretcolline.com](mailto:contact@meretcolline.com)  
04 91 72 22 91  
[www.meretcolline.com](http://www.meretcolline.com)  
Retrouvez-nous sur Facebook  
et Padlet

