



LECHO RALEUR



Journal de la chorale A PORTEE DE VOIX - ST MEDARD DE DOULON – NANTES

n° 36 – Avril 2012

EDITORIAL

L'édito du mois d'avril n'est pas toujours le plus facile.

En effet, il est confronté à une double actualité, d'une part celle du premier avril, événement essentiel du sérieux de toute activité alimenté par la transmission orale intergénérationnelle, et, d'autre part, celle de la proximité des concerts, événements essentiels de l'activité chorale alimentant la volonté intergénérationnelle de donner le meilleur de soi-même.

Aurais je suffisamment de sérieux pour vous parler du premier avril d'une manière si convaincante qu'elle vous persuaderait que je ne suis finalement qu'un petit plaisantin trop heureux de rédiger son petit journal pour distiller ça et là quelques vilains jeux de mots laids ou autres calembours bons à l'apéro ? Je ne le crois pas.

De ce fait, il me paraît donc préférable de m'intéresser à l'approche des concerts et de rappeler en quelques lignes les quelques conseils qui peuvent permettre d'aborder ces événements dans les meilleures conditions et d'en retirer ensuite les plus grandes satisfactions.

Les concerts se préparent bien évidemment, merci Monsieur de la Palisse, au cours des répétitions. En fait, au cours des dernières répétitions. Dans le mois qui précède le concert, il est important, si le chef l'a communiqué, de classer les partitions dans l'ordre de leur interprétation. Ainsi, on peut vérifier qu'on a bien toutes les partitions et ensuite on gagne du temps pour passer d'un chant à un autre. Car le temps disponible est un élément important pour la bonne préparation des concerts.

Les dernières semaines avant les concerts seront également mises à profit pour maîtriser le plus possible le texte des paroles, l'objectif étant de se détacher le plus possible de la partition pour suivre les indications données en cours de chant par le chef.

Arrive enfin le jour du concert. L'approche en est différente suivant l'heure et le jour du concert. En effet, même si cela concerne plutôt les gens en activité, on n'aborde pas un concert un soir de semaine de la même manière qu'un dimanche après-midi.

Nous nous intéresserons ici au premier cas de figure. Tout d'abord considérons la situation de ceux qui auront la chance d'arriver sans

précipitation à l'heure au lieu de rendez-vous. Ils auront tout loisir pour effectuer les petits mouvements de décontraction et d'élimination des tensions que l'on fait habituellement en début de répétition. Ils feront ensuite l'échauffement en toute sérénité.

Par contre, ceux pour lesquels cela risque d'être un peu la course contre la montre, s'il vient en voiture, ils peuvent tranquillement faire les exercices de respiration (léger sifflement entre les dents) tout en conduisant, excellente manière de rester zen au volant. Vous pouvez ensuite lâcher quelques jolis sons O, sans forcer et à des hauteurs différentes. Si vous venez en transport en commun, je vous le déconseille.

Une fois réuni tous ensemble à l'échauffement, on se concentre et on évite de se disperser en discutant avec son voisin.

Puis quand on montera sur scène, on sera souriant et on n'aura qu'un seul objectif en tête :

Se faire plaisir collectivement.

Allez, sur ce : bon concert à tous !



LE CALENDRIER des ACTIVITES

Le programme du mois à venir ressemblera à cela :

• **Jeudi avril 2012:**

C'est simple on va chanter dans le désordre :
Le tango corse, emmenez moi, les petits cafés, l'église de Harlem, l'harmonieux vigneron, le conscrit du languedo, tit' fleur fanée, la part à Dieu, la ballade nord irlandaise

• **Jeudi 12 avril 2012:**

Repos pour les vacances de Pâques

• **Jeudi 19 avril 2012:**

C'est simple on va chanter dans le désordre :
Le tango corse, emmenez moi, les petits cafés, l'église de Harlem, l'harmonieux vigneron, le conscrit du languedo, tit' fleur fanée, la part à Dieu, la ballade nord irlandaise

• **Jeudi 26 avril 2012:**

Encore plus simple on va chanter dans l'ordre :
La part à Dieu - Le conscrit du Languedo - Tit' fleur fanée - Emmenez-moi - Le tango corse - Les petits cafés - La ballade nord irlandaise - L'église de Harlem - L'harmonieux vigneron.



LECHO RALEUR



Journal de la chorale A PORTEE DE VOIX - ST MEDARD DE DOULON – NANTES

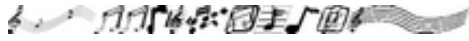
n° 36 – Avril 2012

• **Vendredi 27 avril 2012:**

Concert Salle **BRETAGNE**, rue Villebois-Mareuil

Rendez vous sur place à partir de 19 H pour un échauffement à **19 H 15**

On chantera en toute logique le même répertoire que la veille au soir.



QUOI DE NEUF A LA ST MEDARD

En visitant régulièrement le site, vous découvrirez toutes les activités des différentes sections :

<http://www.saintmedard-nantes.fr/>

Le **Gala de Danse 2012** aura lieu le samedi 16 juin 2012 à 20h45 à la Maison de Quartier de DOULON.

La ST MEDARD

partenaire du projet **URBAN VOICES**

L'association, par le biais de la Chorale 'A Portée de Voix', va se faire le relais de ce grand projet qui va réunir les 10 quartiers de Nantes.

Si vous avez envie de participer à ce projet à l'échelle de Nantes, faites le savoir à Bernard soit en laissant un message papier dans la boîte du secrétaire au foyer de l'association soit en lui envoyant votre candidature par messagerie à : secretaire@saintmedard-nantes.fr

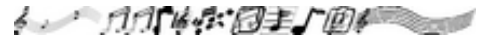
En vous engageant, vous vous engagez à participer à 5 répétitions à la salle du Radar dans le quartier du pin Sec de 18 h à 21 h 30 le mardi soir les 24 avril, 8 et 22 mai, 8 et 19 juin (ou éventuellement, en dépannage, dans un des 9 autres lieux de répétition, demander les dates dans ce cas).

L'objectif est de réunir un minimum de 1 000 choristes, voir plus, pour accompagner des artistes internationaux sur scène.

Lisez attentivement le programme, qui est présent sur le site de la chorale ou celui de la ST MEDARD, et si vous vous engagez c'est du sérieux vous devez respecter votre engagement. Financièrement cela vous engage de 1 à 10 euros maximum pour l'inscription.

L'association serait fière de réunir des footex (ses), des basketteurs (euses), des gyms, des loisirs, des joueurs de pétanque, des pongistes, des choristes, des sympathisants pour ce projet.

N'hésitez à demander des infos.



LE SITE DE LA CHORALE

Le webmestre essaie de mettre le site à jour avec les mp3, le karaoké, les textes et l'affichage du calendrier du mois.

Le présent journal sera en ligne le plus tôt possible.

Le trombinoscope est réapparu sous la forme de trois pages différentes selon les pupitres, dans la partie privée. Il ne manque plus que les trombines d'Irène et de Nicolas. Il est possible que ces lacunes soient vite comblées.

Le site attend toujours les idées, suggestions ou contributions des uns et des autres (comme le présent journal, d'ailleurs).



LES CONCERTS

Le vendredi 27 avril 2012 à 20 H 30 à la salle Bretagne, rue Villebois-Mareuil à l'invitation de Gens Qui Chantent Et Gens Qui Rient, au bénéfice de l'association RETINA, en compagnie de Tenue Enchanté, chorale de ST MEME LE TENU.

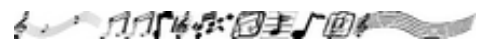
Le dimanche 13 mai 2012, nous chanterons à l'église ST MEDARD avec DOULON MELODIE et les Joyeux St Martin ; dans l'après-midi à un horaire qui reste à déterminer.

Le comité des fêtes de Paimboeuf nous invite à participer à sa fête de la musique le 21 juin.

Pour ces deux dates des précisions prochainement.

Des contacts sont déjà très sérieusement engagés pour décembre 2012 (le bureau voit loin).

Quoiqu'il en soit, si de votre côté vous avez des contacts ou si vous entendez parler d'une manifestation recherchant une chorale, n'hésitez pas à donner les coordonnées de votre chef de chœur.



Le coin des gourmands et des gourmets

**Coquilles Saint Jacques,
crème d'endives au cidre**

Ingrédients :

Pour 1 personne :

3 noix de Coquilles Saint Jacques

2 petites endives

1/2 verre de cidre brut



LECHO RALEUR



Journal de la chorale A PORTEE DE VOIX - ST MEDARD DE DOULON – NANTES

n° 36 – Avril 2012

10 cl de crème entière liquide

1 noisette de beurre

huile d'olive

1 pincée de piment d'Espelette

sel

Préparation :

Lavez les endives, ôtez les premières feuilles si elles sont abîmées. Coupez-les en deux dans la longueur, et enlevez une partie du trognon en faisant une découpe en triangle. Émincez ensuite les feuilles en fines lamelles de haut en bas.

Faites chauffer une poêle avec une cuillerée d'huile d'olive et faites revenir les endives. Elles vont rendre un peu d'eau de végétation. Lorsqu'elles commencent à colorer, ajoutez le cidre et laissez réduire sur feu moyen, salez. Lorsque le cidre s'est évaporé presque complètement, ajoutez la crème et laissez épaissir quelques minutes. Rectifiez l'assaisonnement si besoin. Réservez.

Dans une autre poêle, faites chauffer la noisette de beurre et un peu d'huile. Lorsque le beurre est mousseux, faites colorer les St Jacques: comptez une minute de chaque côté. Elles doivent dorer sur le dessus mais rester nacrées au centre, salez.

Réchauffez si besoin la crème d'endives. Répartissez-la dans les coquilles ou les assiettes. Posez sur le dessus les St Jacques. Saupoudrez d'un peu de piment d'Espelette. Présentez à part un peu de fleur de sel.



Côte de veau sauce normande

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

6 côtes de veau pas trop fines

1 noix de beurre

1 oignon

3 pommes

7 cl de calvados

30 cl de cidre doux

25 cl de crème fraîche

huile de tournesol

sel et poivre blanc

Préparation :

Faites chauffer le beurre avec un filet d'huile. Ajouter les côtes de veau et laisser cuire 7 à 8 minutes en retournant de temps en temps.

Placez la viande cuite entre deux assiettes et maintenez-la au chaud. Epluchez et hachez l'oignon, puis épluchez les pommes, épépinez-les et râpez finement la chair.

Dégraissez la poêle. Faites colorer 5 minutes l'oignon dans le suc de cuisson, puis ajoutez les pommes. Laissez cuire 2 minutes, puis mouillez avec le calvados et le cidre. Laissez réduire le jus de 3/4, ajoutez la crème fraîche et laissez cuire 5 minutes de plus. Salez et poivrez.

Nappez les côtes de veau avec la sauce chaude et servez sans attendre.



La rubrique SUDOKU

Solutions du n°34

Niveau facile

7	1	3	9	5	6	8	2	4
5	6	8	4	3	2	9	1	7
9	4	2	7	8	1	6	3	5
3	8	6	2	4	7	1	5	9
4	9	1	5	6	3	7	8	2
2	7	5	1	9	8	4	6	3
8	3	4	6	7	5	2	9	1
6	2	9	3	1	4	5	7	8
1	5	7	8	2	9	3	4	6

Niveau moyen

5	8	6	9	4	1	2	7	3
7	3	9	2	8	6	4	1	5
4	1	2	5	3	7	9	6	8
3	4	5	7	2	8	6	9	1
9	6	8	4	1	5	7	3	2
2	7	1	3	6	9	5	8	4
1	9	7	8	5	4	3	2	6
6	2	4	1	9	3	8	5	7
8	5	3	6	7	2	1	4	9



LECHO RALEUR



Journal de la chorale A PORTEE DE VOIX - ST MEDARD DE DOULON - NANTES

n° 36 – Avril 2012

Niveau difficile

4	1	7	2	8	3	6	9	5
6	9	3	4	1	5	2	8	7
8	5	2	6	9	7	1	4	3
9	6	4	5	2	8	3	7	1
2	3	5	1	7	9	4	6	8
7	8	1	3	4	6	9	5	2
5	4	6	7	3	2	8	1	9
3	7	8	9	6	1	5	2	4
1	2	9	8	5	4	7	3	6

Moyen

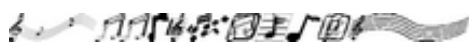
		5					1	8
1	4					6	2	
8								
7	6		2			5	8	3
			6	3	7			
2	3	1				8	6	4
								5
		8	9				2	6
4	9						8	

Diabolique

5	6	4	2	9	7	8	3	1
1	7	9	4	3	8	2	5	6
2	8	3	6	1	5	9	7	4
9	4	1	5	7	3	6	2	8
6	3	5	8	4	2	1	9	7
7	2	8	9	6	1	3	4	5
3	9	7	1	5	6	4	8	2
8	5	6	3	2	4	7	1	9
4	1	2	7	8	9	5	6	3

Difficile

		3			9	4		
		9	1			8		
				6	4			3
								5
3			9	5	7			6
8								
5			3	9				
		4			2	9		
		8	7			2		



Et quatre nouvelles grilles

Facile

	8	4	1					5
		3	6	5	8	4		
			7	2			3	
				3	1	6		9
1		8				3		4
3		5	9	8				
	5		7	4				
		9	3	2	5	7		
6					9	5	4	

Diabolique

		4		3				1
2	8				9			
						7		6
			1	7	9			2
7								9
	5			4	6	1		
4		2						
			9				6	3
3				7		5		

Solutions en mai 2012.

