

L'écho Cantaronnais

Le magazine d'information de la commune de Cantaron



Chef-lieu - Cognas - Tardieu - Baoussé - Villars - Mas Duc - Clair Azur - Bordinas - Saut de Millo
Serre - Bestagnier - Rasclaou - Collet - Bégude - Lauvette - Campe - Lou Cayre - La Suc

N°16
Janvier 2022

Bonne Année 2022

> Suivez les activités de la commune et rejoignez nous sur cantaron.fr
> Rejoignez nous sur Facebook : Ville de Cantaron

LE MOT DU MAIRE - P2 // BRÈVES - P3 // TRAVAUX - P4 // ENVIRONNEMENT - P6 // VIE SCOLAIRE - P11 // VIE ASSOCIATIVE - P11 // FESTIVITÉS - P18 // CULTURE - P22 // RECETTE - P23 // AGENDA - ÉTAT CIVIL - P24

CHÈRES CANTARONNAISES, CHERS CANTARONNAIS



L'année 2021 vient de s'achever comme elle avait commencé c'est à dire mal sur le plan sanitaire et cela malgré la vaccination d'un grand nombre d'entre nous qui nous avait pourtant donné de l'espoir. Et si l'on en croit les médecins et nos gouvernants, relayés par des médias qui nous assènent à longueur de journée que la situation épidémique est grave, ce n'est pas terminé !

Les consignes de prudence, les restrictions, les interdits, les protocoles se succèdent, sèment le doute et le trouble dans les esprits, parfois même de la colère chez certains de nos concitoyens. La crainte, parfois la peur altèrent les relations humaines déjà mises à mal par ailleurs dans notre société en complète mutation.

-2022 sera-t-elle l'année qui sonnera le glas de ce virus maléfique et nous permettra enfin à nouveau de vivre sereinement ?

-2022 sera-t-elle l'année où la vraie vie, celle qu'on aime, reprendra enfin ses droits ?

Voilà aujourd'hui le vœu que je forme de toutes mes forces pour nous tous dans le Monde, en France et à Cantaron.

Ici, dans notre belle commune nous essayons de tout mettre en œuvre pour traverser cette période anxiogène du mieux

possible. C'est pourquoi nous avons tenu à maintenir les traditions de Noël pour nos enfants cantaronnais avec l'arrivée du Papa Noël sur son traîneau, la distribution des paniers de Noël à nos aînés. C'est pourquoi aussi le village et ses hameaux se sont parés de magnifiques illuminations pour que la magie de Noël opère partout.

Je remercie sincèrement les associations qui s'investissent dans la commune et favorisent le lien social indispensable par leurs actions diverses.

Enfin je ne pourrais terminer non plus sans féliciter nos agents communaux des services administratifs, techniques et scolaires qui chaque jour servent la population avec un grand dévouement pour le service public, et sans remercier aussi les élus qui eux aussi œuvrent, chacun dans leur domaine, pour la commune et l'intérêt public en général.

Je vous souhaite à toutes et à tous, une très belle année !

Bien à vous...
Gérard BRANDA

Mer de nuage sur Nice

N°16

L'écho Cantaronnais est publié par la mairie de Cantaron

L'écho Cantaronnais est publié par la mairie de Cantaron
Directeur de la publication : **Gérard BRANDA** Maire
Rédaction : **Michel CORSINI**
avec l'aimable participation des autres élus et des responsables des associations de Cantaron

Imprimé par
Fac Imprimeur
à 650 exemplaires



Vie locale

Les maires de Drap et de Châteauneuf-Villevieille ont décidé subitement en 2021 avec leurs conseils municipaux de quitter la Communauté de Communes du Pays des Paillons pour rejoindre la Métropole Nice Côte d'Azur à compter du 1er janvier 2022. Nous ne pouvons qu'en prendre acte. Il est pourtant incontestable que Drap et Châteauneuf-Villevieille sont deux communes qui font partie du bassin de vie des Paillons. Avec 11 communes et 22000 habitants, la communauté de communes conserve néanmoins toute sa cohérence géographique, économique et sociale d'intercommunalité à taille humaine capable de porter l'avenir des Paillons, de ses communes et de ceux qui y vivent et y travaillent. L'objectif prioritaire est désormais de bâtir tous ensemble dans la concertation un nouveau projet territorial pour les décennies à venir. Cantaron prendra toute sa part dans l'élaboration de ce projet.

Infos pratiques

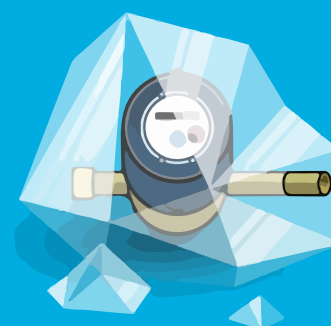
Pour tous renseignements d'urbanisme (déclarations de travaux, dépôts de permis de construire, cadastre, PLU, ...)

le service ne reçoit que sur rendez-vous les mercredis matin de 8h30 à 12heures.

Une permanence téléphonique est assurée le même jour aux mêmes heures.

Compteurs d'eau

Pensez à protéger vos compteurs du gel en cette période hivernale. Il faut savoir que les frais de remplacement sont à la charge de l'abonné.



Mise à disposition de la salle Bottier sur la place du village

Cette salle peut recevoir des expositions et des conférences. Si vous êtes intéressés ou si vous connaissez des personnes dans ce cas, voir en mairie les conditions de réservation.



Débroussailler c'est une obligation

Le code forestier impose le débroussaillage des terrains situés en zone urbaine ou dans les lotissements, qu'ils soient bâtis ou pas. Une brochure éditée par l'ONF avec tout le détail de ces OLD est disponible sur le site internet de Cantaron.

Déchetterie

La nouvelle déchetterie Ecoval Paillons située 1923 route du col de Nice accueille les habitants de Cantaron pour le dépôt de leurs encombrants.

Le badge d'accès est nécessaire.

Il est disponible sur demande au 04 93 79 03 50

Un peu de civisme

Nous vous rappelons qu'il est interdit de déposer des encombrants au niveau des points de tri sélectif sous peine de se voir facturer des frais d'enlèvement.

Un réflexe : Aller en déchetterie, c'est gratuit !



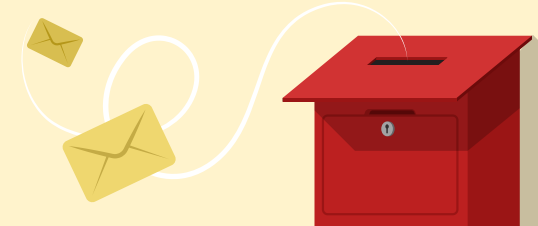
Nouveaux arrivants

Le 26 novembre dernier, la municipalité a organisé une rencontre pour accueillir les nouveaux arrivants afin de leur présenter la commune et de faire connaissance. Ce moment de convivialité n'avait pu avoir lieu en 2020.

Les nouveaux résidents sont invités à se présenter en mairie pour prendre connaissance du fonctionnement des services et s'inscrire sur les listes électorales.

Pensez-y

Certaines boîtes aux lettres sont toujours difficilement accessibles et surtout sans nom ni numéro de voie. Il est impératif d'y remédier pour un meilleur service.



TRAVAUX RÉALISÉS

Tous ces travaux sont réalisés soit en régie par les employés communaux soit par des entreprises spécialisées

HAMEAU DES COGNAS :



Après la rénovation du parking, le traçage d'une vingtaine de places dont une place PMR a été réalisé.

CHEF-LIEU :

De nouveaux compteurs d'eau équipés de télé-relève ont été installés chez les administrés. Petit à petit l'ensemble des compteurs sera remplacé sur la commune pour une meilleure gestion du service.



Réparation de fuite d'eau au quartier La Valéria

HAMEAU DE LA BÉGUDE :

Il a été procédé au remplacement d'une borne incendie défectueuse.

Un emplacement pour les containers à ordures ménagères a été créé en bas du chemin de la Béguide (côté garage Milo) face au chemin de la Puncia.

Afin de sécuriser la dangereuse intersection en bas du chemin de la Béguide, un ralentisseur et un stop ont été mis en place sur la route d'Intermarché. Les travaux ont été financés en partie par Intermarché.min de la Béguide.



QUARTIER DU BAOUSSÉ :

Les bouches à clés (vannes d'arrêt d'eau) ont été remplacées en bas du chemin du Baoussé avec une réfection de l'enrobé sur 200m environ au titre de la dotation cantonale d'aménagement 2020 financés à hauteur de 80% par le département.



TERRITOIRE COMMUNAL :

Des panneaux signalétiques et indicateurs de la commune ont été remplacés car devenus illisibles pour certains.

Une seconde phase de remplacement est prévue au premier semestre 2022



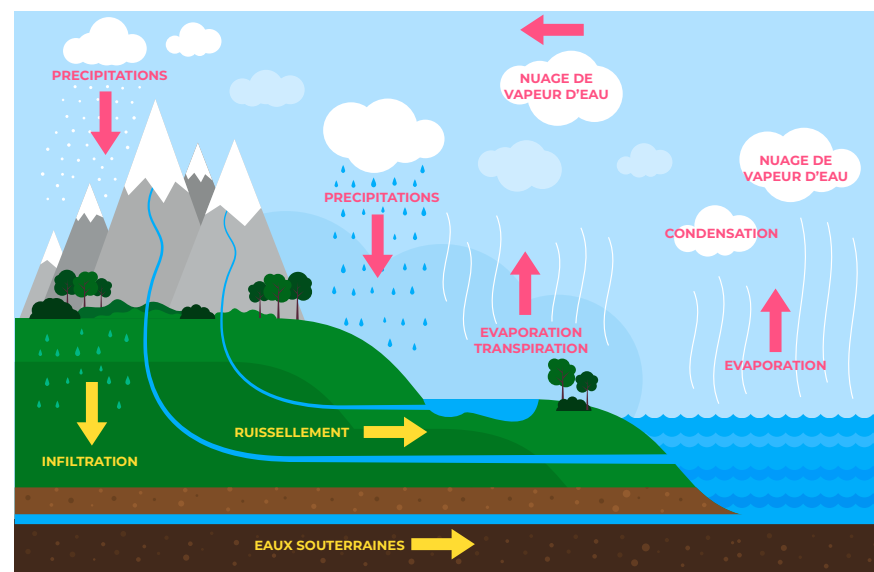
Pour le début de l'année 2022, il est prévu entre autres de poursuivre la création d'emplacement à containers d'ordures ménagères, la pose de deux nouvelles caméras de vidéo-protection et la réfection du toit de l'église.

LA RESSOURCE EN EAU

L'eau est une ressource précieuse, indispensable à la vie.

Sur notre planète, elle est en permanence recyclée et son volume global est constant à travers les temps géologiques. Toutefois, la quantité d'eau disponible pour nos besoins d'alimentation, de santé et d'agriculture est très faible : nous disposons de seulement 2,5 % d'eau douce, car 97,5 % de l'eau sur Terre est salée. D'autre part, l'eau est très inégalement répartie à l'échelle planétaire avec une forte disparité d'une région à l'autre liée au climat. Aujourd'hui un habitant de notre planète sur 3 n'a pas accès à l'eau potable. La ressource en eau potable est fragile et ses réserves ne sont pas inépuisables. Au fil des années, cette ressource ne cesse de diminuer en raison de la croissance démographique. Par ailleurs, l'industrialisation, l'urbanisation et l'intensification agricole sont autant de causes de pollution organique et chimique des réserves en eau. Il est impératif de les préserver pour garantir les besoins de l'humanité dans les années à venir.

Les Alpes-Maritimes, sous l'influence d'un climat méditerranéen, sont sujettes à de fréquentes sécheresses estivales. Le changement climatique en cours accentue la variabilité des précipitations et augmente la fréquence des événements extrêmes comme les crues et les sécheresses. La gestion de nos ressources en eau est donc une question de premier ordre.



Depuis des milliards d'années, l'eau de la Terre opère un cycle qui se répète indéfiniment. Sous l'effet du soleil, l'eau des océans, des lacs et des rivières se réchauffe et s'évapore dans l'atmosphère où elle s'accumule sous la forme de nuages. Ces nuages vont se déplacer sur les océans et les continents au grès des vents. L'air chargé de vapeur d'eau se refroidit en fonction de l'altitude et, sous l'effet de la gravité, les gouttelettes qui constituent les nuages s'alourdissent et retombent à la surface de la Terre sous forme de précipitations

(pluie, grêle, neige). Une partie de ces eaux pluviales ruissellent en surface, alimentent les cours d'eau et vont se jeter à dans les océans ; une autre partie s'infiltre en profondeur et forme les nappes phréatiques souterraines, dans lesquelles l'eau peut séjourner de manière durable avant de retourner à son tour dans les océans. Les êtres vivants, et en particulier les végétaux, participent également au cycle de l'eau du fait de l'évaporation et de la transpiration.

L'eau de Cantaron

L'eau qui jaillit de notre sous-sol

Sur nos collines, l'eau provient surtout des précipitations, dont une partie ruisselle sur les pentes, emprunte les vallons et finit par se déverser dans le Paillon avant de rejoindre la mer. Mais une autre partie de cette eau s'infiltre et pénètre en profondeur dans le sous-sol, lorsqu'elle rencontre des roches perméables sur son parcours. Elle suit alors un trajet complexe à travers les fissures, les fractures et les zones de failles, qui endommagent les roches et constituent des drains naturels permettant sa circulation en profondeur et la formation de réservoirs souterrains. Toutes les roches n'ont pas les mêmes caractéristiques et les mêmes propriétés. Certaines sont per-

méables et laissent passer l'eau, d'autres au contraire sont imperméables et font obstacle à son passage. Le sous-sol de la commune de Cantaron est constitué par différents types de roches, dont seulement certaines affleurent à la surface :

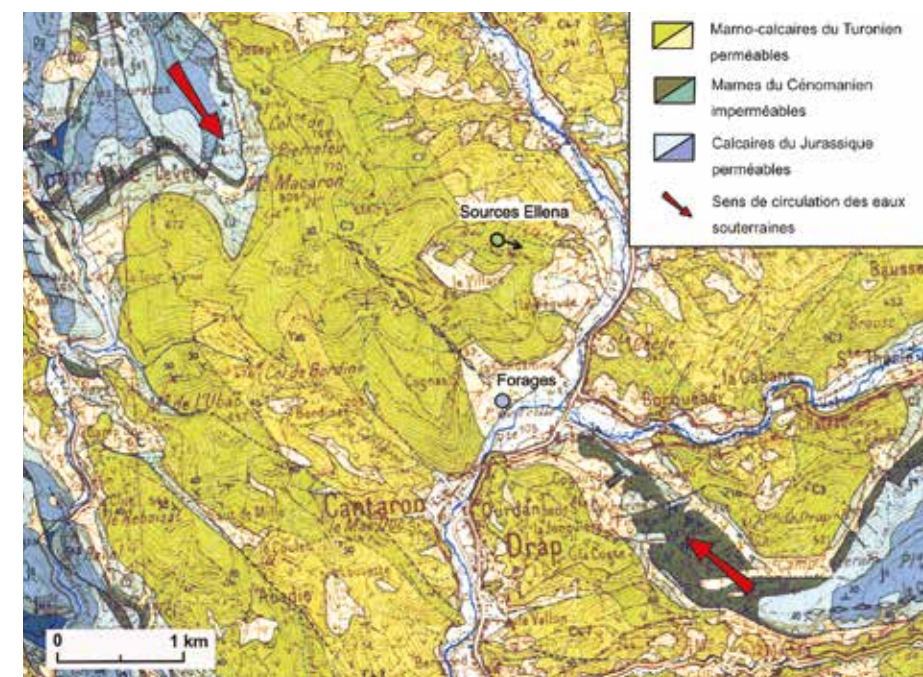
- **les calcaires marneux du Turonien (Crétacé supérieur)** de couleur jaune, formés par une alternance de bancs fins plus ou moins riches en argile ou en calcaire ; généralement très facturés, ils sont perméables.

- **les marnes du Cénomanien (Crétacé supérieur)** de couleur noire à verte, riches en argile, ils sont imperméables.

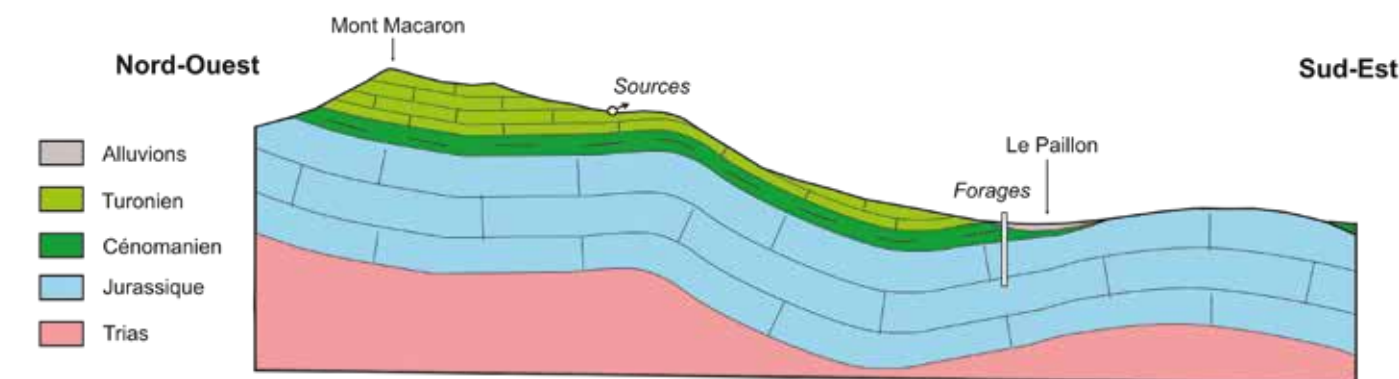
- **les calcaires du Jurassique en bancs massifs**, de couleur grise, dans lesquels se creusent par dissolution de véritables réseaux souterrains (fissures, grottes, rivières) ; ils sont perméables et renferment la principale nappe d'eau souterraine de notre région.

- **les argiles du Trias supérieur**, qui sont imperméables.

Pour qu'un ensemble rocheux constitue un bon réservoir naturel, il faut qu'il soit entouré de niveaux imperméables qui assurent son étanchéité. Sur la commune de Cantaron, les conditions géologiques sont réunies pour que nous puissions bénéficier de deux réservoirs principaux : la nappe du Jurassique, qui est exploitée par les forages de Cantaron, et la nappe du Crétacé supérieur, qui alimente les sources du vallon d'Ellena.



Extrait de la carte géologique au 1/50 000 de Menton - Nice (éditions du BRGM)



Coupe géologique simplifiée avec la localisation des sources et des forages de Cantaron

Les sources du Vallon d'Ellena

Les sources du vallon d'Ellena se situent sur le versant Sud-Est du mont Macaron. L'eau de ces sources sort des calcaires fissurés du Crétacé supérieur en plusieurs endroits étagés du vallon, avec des débits de quelques litres/seconde.

Quatre sources sont aujourd'hui captées : le captage de la Tuile (réalisé en 1970), le captage de Crocchi (réalisé en 1960), le captage de Pastorelli et le captage de Constant (tous deux réalisés en 1958). Le prélèvement qui est effectué à partir de

ces sources représente un débit moyen annuel prélevé de 0,72 litre/seconde, soit 62,2 m³/jour et 22 706 m³/an. En période d'étiage, c'est-à-dire quand le niveau des nappes souterraines est très bas, ce débit est diminué de moitié



Localisation des sources du Vallon d'Ellena

Tous les captages sont protégés par des ouvrages maçonnés et fermés par des portes métalliques. Pour éviter la détérioration et la pollution des captages, un périmètre de protection immédiat est délimité par une clôture grillagée. En respect de la législation en vigueur, un périmètre rapproché et un périmètre éloigné ont également été déterminés pour éviter tout risque de pollutions. Les captages des sources du Vallon d'Ellena et leur périmètre de protection ont fait l'objet de Déclarations d'Utilité Publique (DUP).



Captage de la source Constant (vue extérieure)



Captage de la source Constant (vue intérieure)

Les forages de la Sagna

Les forages de Cantaron se situent en rive droite du Paillon au sud-ouest du quartier de la Condamine (Commune de Drap). Réalisés en 2008, ces forages exploitent la nappe profonde constituée par les formations calcaires du Jurasique, qui se développent au-dessus des séries imperméables du Trias supérieur à une profondeur approximative de 80 m. Cette nappe est artésienne, c'est-à-dire que l'eau sous pression monte naturellement à la surface à travers le

forage sans qu'il soit nécessaire d'utiliser une pompe. La station de pompage de la Sagna comporte deux forages : un premier forage avec une profondeur de 138 m et un débit de l'ordre de 60 m³/heure, et un second forage avec une profondeur de 200 m et un débit de l'ordre de 12 m³/heure. Ces forages peuvent fournir jusqu'à 1000 m³ d'eau par jour, ce qui est actuellement suffisant pour alimenter notre commune en eau.



Les forages et la station de pompage de Cantaron

L'adduction et la distribution de l'eau jusqu'à nos robinets

La commune de Cantaron comprend 3 secteurs de distribution distincts :

- **le village et les quartiers de Rasclaou, Bestagnier et les Cognas,**
- **les quartiers ouest de la commune (la Suc, Bordinas, Saut de Millo, le Mas Duc, le Clair Azur),**
- **les quartiers nord-est de la commune (la Bégude, Tardieu et Baoussé)**

Les sources du Vallon d'Ellena alimentent en partie le village et les hameaux de Rasclaou, Bestagnier et les Cognas. L'eau des forages du Paillon alimente essentiellement les quartiers ouest (la Suc, Bordinas, Saut de Millo, Mas Duc, Clair Azur et l'Hôpital) ainsi que le village et les hameaux de Rasclaou, Bestagnier et les Cognas en période d'étiage. En revanche, les quartiers de la Bégude, Tardieu et Baoussé sont alimentés par le forage de la Sagna, situé à proximité des forages de Cantaron, mais qui est géré par le SILCEN (Syndicat Intercommunal à vocation multiple pour l'équipement et l'aménagement du territoire des cantons de Levens, Contes, l'Escarène et Nice). La commune de Cantaron doit donc acheter l'eau à ce syndicat pour desservir une partie des

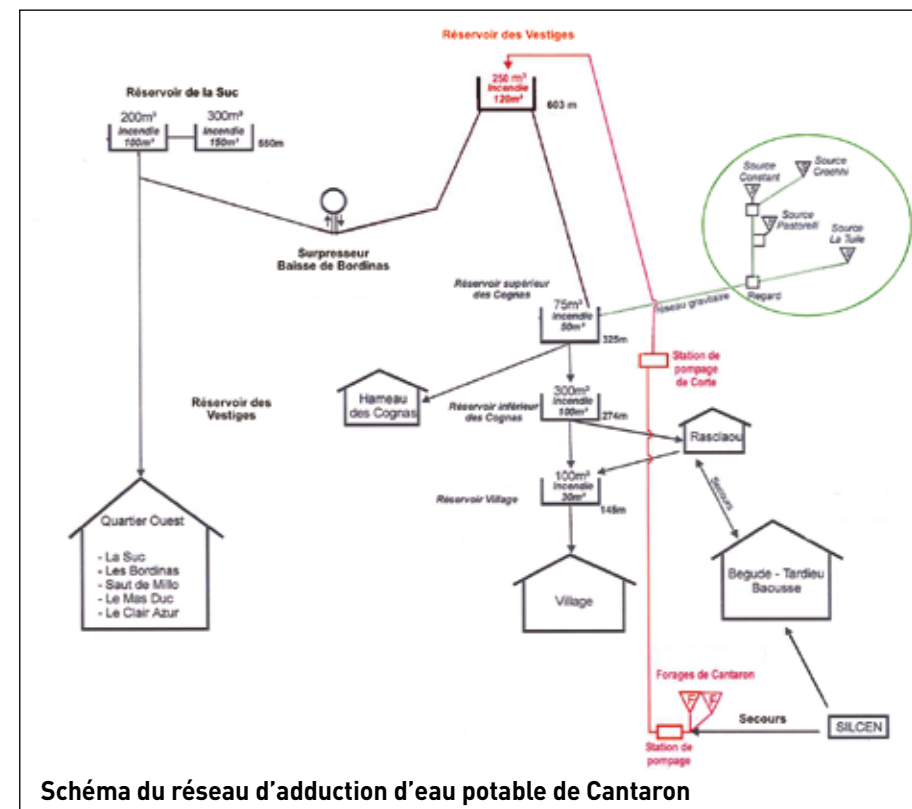


Schéma du réseau d'adduction d'eau potable de Cantaron

quartiers Est. Il en va de même lorsque le niveau de la nappe souterraine baisse en période de sécheresse (étiage) et que nos forages ne sont plus artésiens.

Le réseau d'alimentation en eau potable de la commune de Cantaron est constitué de 7 réservoirs d'alimentation d'une capacité totale de 1225 m³. L'eau puisée au niveau des forages alimente la

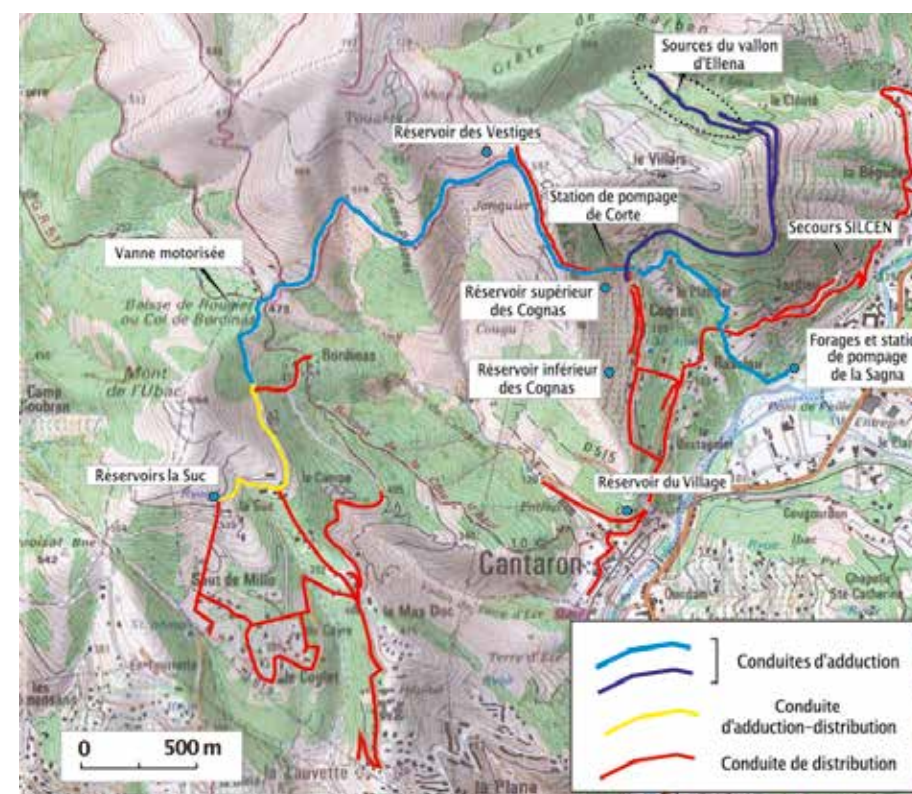
bâche (bassin de la station de pompage), puis elle est montée jusqu'au réservoir des Vestiges situé à 603 mètres d'altitude par l'intermédiaire de 2 stations de pompage : une première station de pompage située à proximité immédiate des forages, puis une seconde station de pompage située à proximité du quartier des Cognas (station de Corte). L'eau est

relevée grâce à des pompes de 40 m³/heure qui fonctionnent en alternance.

Tous les quartiers sont interconnectés par l'intermédiaire du réservoir des Vestiges d'une capacité totale de 250 m³. A partir de ce réservoir principal, l'eau est envoyée de manière gravitaire dans les différents réservoirs de la commune. Les réservoirs de la Suc alimentent en eau potable les quartiers ouest. Au réservoir supérieur des Cognas, l'eau provenant des forages est mélangée à l'eau provenant des sources. Ce réservoir alimente le hameau des Cognas et le réservoir inférieur des Cognas. Ce dernier alimente à son tour les quartiers Rasclaou et Bestagnier, et les quartiers Baoussé et Tardieu en secours, puis le réservoir du village qui alimente le village.

L'eau qui sort de nos sources et de nos forages est de très bonne qualité. Elle est néanmoins traitée au chlore gazeux à l'entrée du réservoir des Vestiges et au chlore liquide au niveau du réservoir supérieur des Cognas. Des analyses d'eau sont réalisées hebdomadairement par la commune et l'Agence Régionale de Santé missionne régulièrement des laboratoires pour effectuer des prélèvements afin de vérifier que la qualité de l'eau est conforme à la législation.

La commune de Cantaron s'est dotée d'un outil de télégestion et d'enregistrement des données des compteurs de production. Les mesures réalisées par ces appareils sont archivées par la commune. L'état des équipements servant à l'alimentation en eau potable est vérifié quotidiennement par un employé communal.



Quel avenir pour notre réseau d'eau potable

Bien que notre réseau d'adduction d'eau potable soit actuellement encore efficient, il souffre néanmoins de certaines faiblesses et mérite d'être rénové et amélioré. En particulier, l'eau des sources, très chargée en calcaire, entartre les canalisations anciennes et réduit fortement leur diamètre. Des fuites très fréquentes sur une partie du réseau viennent également perturber la bonne distribution de l'eau. Il faut donc procéder de manière urgente au changement d'une partie des conduites vieillissantes. D'autre part, une solution doit être trouvée pour diminuer les dépenses importantes liées à l'achat de l'eau au SILCEN pour alimenter une partie des quartiers Est ou même l'ensemble du réseau en cas de disparition de l'artésianisme de nos forages en période de sécheresse.

Pour remédier à ces problèmes et améliorer notre réseau, des études sont en cours pour établir un diagnostic complet et actualisé. Elles nous permettront de programmer prochainement les travaux à réaliser afin d'optimiser le fonctionnement de notre réseau.



ALEX, LE FONTAINIER DE CANTARON

Alex Ellena, notre fontainier, a la charge du suivi et de la maintenance du réseau de distribution d'eau potable de Cantaron. Il vérifie en permanence que tout se passe bien pour que nous ayons de l'eau potable à nos robinets : localisation et réparation des fuites sur les conduites, entretien et surveillance des bassins, surveillance des pompes et des vannes du réseau de notre commune, vérification du dé-

bit des sources et des forages. C'est également Alex qui installe, relève et change nos compteurs. Pour assurer ce travail énorme, Alex est sur le pont tous les jours de l'année. C'est vous dire si l'eau de Cantaron n'a plus de mystère pour lui ! Il connaît notre réseau d'eau comme sa poche et le surveille de manière quotidienne pour que tout le monde ait de l'eau potable à ses robinets.

Interview d'Alex, le fontainier

“Les gens ne s'imaginent pas le travail qu'il faut accomplir pour avoir de l'eau au robinet.”

Je suis né au Cognat et j'habite à Cantaron depuis 1970. Cela fait plus de 35 ans que je travaille à la commune de Cantaron. Ma formation initiale est celle de serrurier-feronnier et j'ai d'ailleurs réalisé de nombreux travaux de ferronnerie sur la commune (garde-corps, portails, clôtures, porte-drapeaux, décoration du fronton de la Mairie, etc.). Cela reste ma passion en dehors de mon travail. Depuis mon entrée à la commune comme employé municipal, je me suis toujours intéressé à tout ce qui concerne l'eau. Je me suis formé progressivement à ce métier de fontainier, en apprenant tous les jours un peu plus sur le terrain.

J'ai aujourd'hui une bonne connaissance de tous les réseaux, des canalisations, des vannes, des bassins, des sources, etc.

Depuis mon enfance et plus tard en tant que chasseur, je n'ai jamais cessé d'arpenter les collines et les vallons de notre commune. J'en connais les moindres recoins et cela m'aide beaucoup dans mon métier.

J'ai grandement conscience de ma responsabilité pour que tout marche bien. Il est important pour moi que les cantaronnais aient toujours de l'eau potable à disposition



POTAGER

Monsieur Arnaud MARTIN (Association Les Jours qui suivent) est intervenu à l'école le vendredi 3 décembre.

Le matin, en classe, il a fait une « conférence » sur les bienfaits de la permaculture et du compostage, adaptée aux enfants de la classe de cycle 3. L'après-midi, il a participé au jardin partagé, avec les élèves et deux parents accompagnateurs, pour préparer les buttes de culture.

Avec leur aide, les enfants ont d'abord dû défaire les deux buttes de l'année dernière pour préparer le terrain avec des graminées.

Ils ont ensuite récupéré la matière organique issue des deux anciennes buttes pour en construire quatre nouvelles en y ajoutant du broyat, offert par l'entreprise Esprit Forêt, puis ils les ont recouvertes de paille.

Ce projet se poursuivra tout au long de l'année avec la participation régulière d'un petit groupe de jeunes travailleurs de l'ESAT EPIS de Cantaron et de leurs accompagnateurs.



VIE ASSOCIATIVE

LA MATERNELLE

Pour le plus grand plaisir des enfants, une lutine ainsi que la mère Noël de l'APE sont venues dans la classe avec un goûter et un calendrier de l'avent le dernier jour avant les vacances de Noël. Un moment riche de partage et de joie !



GOÛTER A L'ECOLE DU CHEF-LIEU OFFERT PAR L'APE

Malgré un nombre restreint des membres, l'Association des Parents d'Élèves aura contribué, en cette fin d'année 2021 à de nombreuses manifestations. L'APE a offert aux écoliers du Chef-Lieu un joli goûter le vendredi 17 décembre. Chaque enfant a reçu un calendrier de l'Avent, une pochette à l'effigie de Noël remplie de pièces en chocolat et papillotes, une mandarine, une boisson et un gâteau.



Un bel après-midi récréatif qui a permis de se mettre dans l'ambiance à l'approche des fêtes de fin d'année.

L'APE s'est aussi impliquée dans la distribution des cadeaux à tous les petits cantaronnais à l'occasion de l'arbre de Noël de la Municipalité. Elle a participé aux portraits des enfants avec le Père Noël, aux photos de classe en groupe et à la soirée spectacle de danses en partenariat avec FOOT-2DANCE.

ASSOCIATION CANTA RENA

Les jardins partagés

Cet automne, après une période estivale calme, les jardiniers, avec beaucoup d'entrain et de bonne humeur, ont repris pioche, pelle et râteau et ont œuvré pour redonner vie au potager. Des pique-niques partagés ont été l'occasion d'échanges conviviaux autour de la table.

Plants et semis de légumes de saison ont été plantés dans les différentes parcelles.

Travail qui sera récompensé dès les beaux jours....

De nouveaux jardiniers nous ont rejoint cette année. Si vous avez des connaissances en agriculture que vous voulez partager ou que vous souhaitez vous initier, venez nous rejoindre !



L'association Canta Rena a pour but

- de développer des activités pour l'éducation à l'environnement et au développement durable,
- de sensibiliser et informer sur les questions d'environnement, l'agriculture et l'agro-écologie
- de préserver et valoriser le patrimoine naturel et culturel de la vallée des Paillons.

Si vous êtes sensibles aux questions d'environnement, que vous voulez partager vos idées, vos projets, vos initiatives, venez nous rencontrer

Contact et renseignements : mcorsini.cantaron@gmail.fr

"Toute l'équipe de Canta Rena vous souhaite une Belle et Heureuse année 2022 riche en rencontres et en échanges"

LOTO DE L'AMICALE BOULISTE DE CANTARON

C'est en marge des festivités de Cantaron, que l'Amicale Bouliste et son Président Charly PIETRI ont organisé pour cette fin d'année le LOTO DU CLUB AB CANTARON, le 11 décembre dernier.

Une centaine de participants a joué le jeu sans rechigner afin que cette belle soirée se déroule sans inquiétude.

Cette belle manifestation, réalisée dans le respect des protocoles sanitaires demandés a permis à des gagnants de bénéficier de nombreux lots offerts par de généreux sponsors. Parmi ces chanceux, citons la petite Paola qui a gagné plusieurs lots dont un séjour pour 2 personnes, ainsi qu'Anthony qui lui, a remporté un téléviseur.

L'association tient à remercier tous les bénévoles qui ont œuvré pour que cette soirée soit une réussite, mais également la Municipalité et particulièrement l'adjoint aux festivités pour leur implication et leur dévouement sans faille.



L'assemblée générale de l'amicale bouliste, qui s'est tenue en fin d'année, a réélu à nouveau à la présidence Charly Piétri pour la 4ème fois consécutive depuis 2009, date à laquelle l'association périlait.

A noter de nouveaux membres élus au bureau : Massimo TORRISI, Jean MARCHETTI et Joël PALLINI.

ASSOCIATION DES JEUX DE SOCIÉTÉ

Tout au long de l'année 2021, les vendredis après-midi, le club a accueilli une vingtaine d'adhérents pour jouer amicalement à des jeux de société. Divers jeux sont proposés aux adultes hommes et femmes : le Rummikub chiffres et lettres, le Triomino, le Scrabble, les Dames, le Yankee, le Rami, etc....

Les passionnés ont découvert et partagé avec satisfaction le nouveau jeu de combinaison : «la Pinnacle» qui se joue avec deux jeux de 52 cartes (sans les jokers) en équipes de deux ou de trois ou en individuel si 2 ou 3 joueurs. Jeu très prenant qui demande un peu de concentration et beaucoup d'observation et de stratégie pour gagner. Après chaque partie qui parfois peut durer assez longtemps, chacun attend le score des autres pour faire des comparaisons. Le vainqueur est l'équipe (ou le joueur) qui a fait le plus grand score après 1100 points minimum. Les autres jeux de société sont aussi très appréciés où chacun note également ses performances pour le plaisir.

Pour fêter la fin de l'année, le club a réuni ses adhérents autour d'un couscous royal, au restaurant « La Table du Maroc » et le dernier vendredi, au club, dans une salle décorée, c'était Noël avant l'heure, un petit présent a été offert à chacun, suivi d'un goûter et de friandises

"JOUER POUR SE FAIRE PLAISIR ET SE DETENDRE AVEC RIRES ET CONVIVIALITE" est notre devise.

Contact 0685719127 ou Mairie de Cantaron



LES DOIGTS AGILES 2021

Cette année, comme la précédente, aura été marquée par les contraintes sanitaires liées à la crise COVID-19. L'activité a malgré tout repris lentement mais sûrement, pour le plaisir de chacune de nos membres dans le respect des recommandations sanitaires et gestes barrières.



La confection du drapeau national pour la cérémonie du 14 juillet aura été notre 1ère création 2021 pour la commune de Cantaron.



Le 11 septembre, la Journée des Associations nous a tous et toutes réunis pour la rentrée. Les DOIGTS AGILES ont exposé quelques-unes de leurs créations.



La saison lancée s'est poursuivie avec la Journée de la Biodiversité, le 3 octobre, au cours de laquelle l'association a fait découvrir de nouvelles confections et échangé avec les visiteurs et autres exposants.

Nos petites mains ont également pris grand plaisir à œuvrer pour la Mission Locale avec la création de bas de porte pour prévenir les courants d'air.

Et puis tout récemment, c'est pour le Noël des Enfants que nos membres ont créé de jolis bonnets de lutin.



Entre chacun de nos projets, nous n'avons pas manqué de rendre service pour de menus travaux de couture, de conseils prodigués avec fierté dans une ambiance conviviale comme nous continuerons à le faire.

Les DOIGTS AGILES remercient la mairie de Cantaron pour son dévouement et son implication à chaque demande.

CALLA MOUNTA DECEMBRE 2021

**Quel est le sport pour les jeunes 50 à 80 ans ?
C'est bien sûr la rando en montagne !**

Déjà le premier trimestre de cette saison se termine, le temps file... encore plus vite quand on avance en âge.

Nous sommes un petit groupe de 14 personnes de 60 à 78ans, soudé par une amitié conviviale et joyeuse.

Nous recherchons des parcours dans notre belle région dont nous redécouvrons la splendeur à chaque sortie.

Depuis la rentrée 2021/2022 nous totalisons tout de même des dénivelés positifs de 5445m sur 13 sorties. Pour certains d'entre nous, c'est une performance !

Nous essayons d'adapter des randonnées afin de satisfaire tout le monde.

Les sorties se font bien sûr en covoiturage, c'est aussi notre démarche écologique.

**Rejoignez-nous, vous êtes les bienvenus !
Gérard HELFTER 07 81 26 12 90**



Plateau de Caussols 04/11/2021



Calmette 11/11/2021

CANTARON VOYAGES

en Alsace

C'est par un temps pluvieux, mais néanmoins dans la gaité et la bonne humeur, que notre association a entrepris un voyage en Alsace du Sud en décembre.

Notre chauffeur, Bruno, de la Compagnie de bus PEIRANI a conduit le groupe de 27 personnes à travers une bonne partie de la France afin d'atteindre sans encombre



le pays d'Auguste BARTHOLDI, créateur de la Statue de la Liberté.

A notre arrivée, nous avons pris nos marques dans le très bel hôtel du Bollenberg, situé au cœur des vignes sur la route des Vins d'Alsace, entre Eguisheim et Colmar.

Dès le lendemain, nous avons eu le bonheur d'avoir un temps magnifique, mais froid.

Notre première visite a été pour la Maison du pain d'épices à GUERTWILLER. Un édifice magnifique crée en 1806. Ce musée, qui comporte plus de 10000 pièces de collections, débouche sur la fabrication artisanale des pains d'épices avec des procédés séculaires ce qui permet de redécouvrir le goût des pains d'épices d'antan.

Après avoir dégusté différents produits, direction la chocolaterie Stoffel à RIBELEVILLE. En préambule de cette visite, une projection sur les différents chocolats nous a confortés sur les bienfaits de cet aliment plein de vertus, produit à partir de la fève de cacao. Eh non Mesdames ! Le chocolat ne fait pas grossir ... surtout s'il est noir ! Anti-dépresseur, anti-oxydant, il est l'allié contre l'Alzheimer, il réduit la pression artérielle, il favorise le sommeil, il stimule la mémoire, la concentration et contient de la vitamine D ! Autant de qualités qui redonne le sourire à tout le monde. Une petite dégustation s'en est suivie avec des chocolats de différentes saveurs.

Nous ne pouvions quitter RIBELEVILLE sans visiter le fabuleux marché de Noël médiéval. Authentique et riche en animations, ce marché exceptionnel plonge les visiteurs dans une ambiance originale. Son lot d'animations (sangliers à la bro-

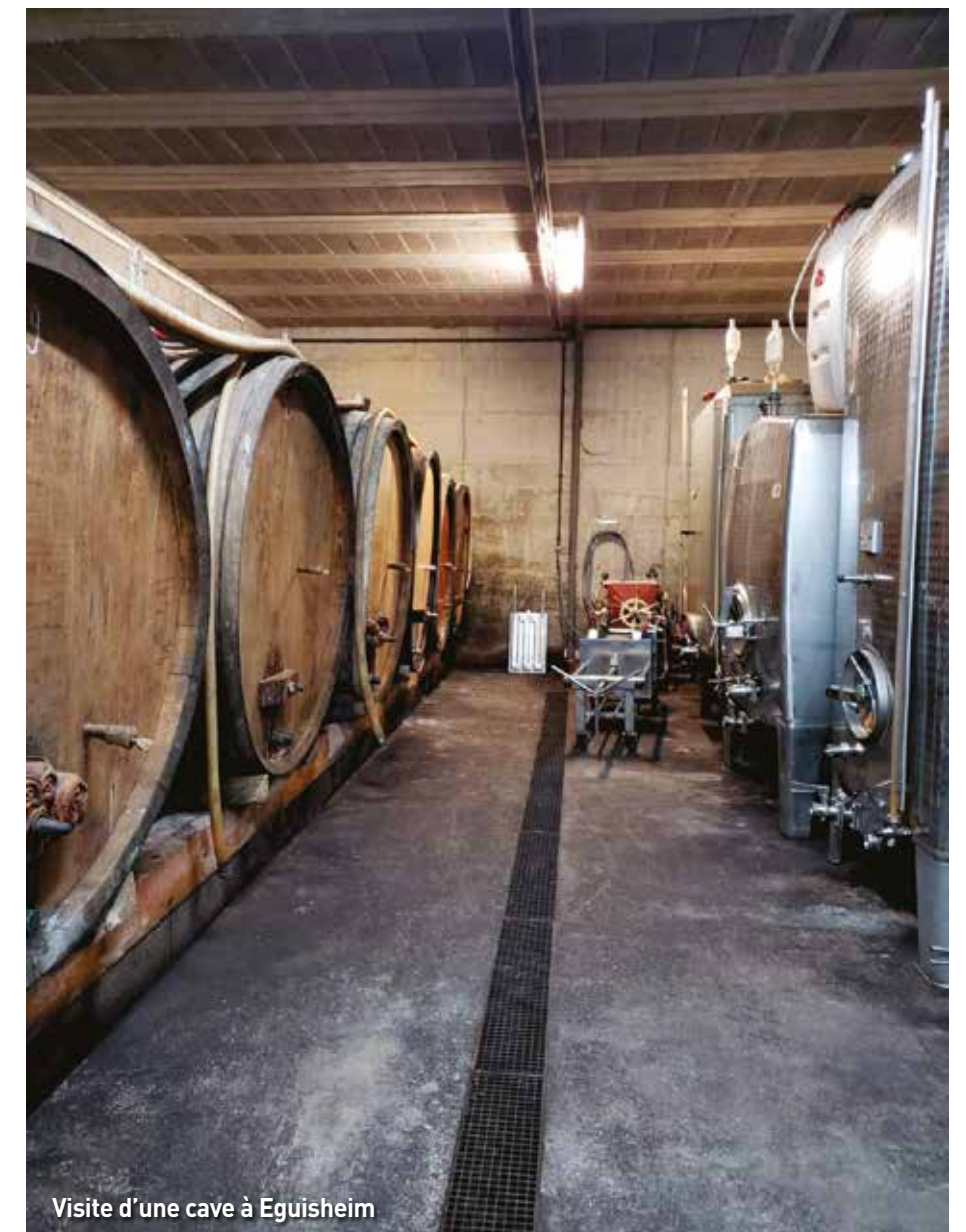
che accompagnés de cervoise ou de vin, danseurs, cracheurs de feu, rois mages et leurs chameaux, artisans de toutes sortes et décorations fabuleuses) est un vrai spectacle pour petits et grands.

Afin de nous substantier, nous avons rejoint le village de KAYSERBERG à quelques kilomètres à peine et avons déjeuné dans une très belle auberge en étage richement décorée.

Puis visite libre du marché de Noël de cette deuxième cité médiévale aux traditionnelles maisons à colombage, aux illuminations féériques qui décorent les fenêtres de sapins et de guirlandes et dont les ruelles se parent, en fin de journée, d'une ambiance joyeuse et festive.

Le lendemain, suite de notre programme avec la visite de COLMAR. Son marché de Noël est l'un des plus beaux d'Alsace. Les chalets des 200 exposants quasiment tous originaires de la région sont implantés en 6 lieux différents dans le centre de la vieille ville. Ils proposent plusieurs produits de terroir alsacien comme le foie gras, la charcuterie, les brédalas, les pains d'épices, les confiseries mais aussi des poteries, des bougies, et des réalisations de sculpteur sur bois, de chapelier, de maîtres verriers, ébénistes, bijoutiers etc... et toutes sortes de décorations de Noël.

La succession des décors et des lumières nous entraînant au fil des rues piétonnes, nous nous sommes retrouvés au bord des canaux jusqu'à la « Petite Venise » dans un quartier pittoresque et emblématique dédié aux enfants. Situées en plein cœur de la vieille ville, toutes ces places qui



Visite d'une cave à Eguisheim



Colmar

accueillent les maisonnettes harmonieusement alignées offrent un spectacle magnifique avec ses décorations hivernales.

Troisième cité médiévale pour la découverte du marché de Noël à RIQUEWHIR. Typiquement alsacien, ce village allie à merveille l'esprit de Noël et sa beauté architecturale. La cité ruisselle de lumières dans un décor féérique. Les rues se parent de décors scintillants, les façades et les monuments s'illuminent, les échoppes du marché s'animent ... la magie de Noël opère !

Les odeurs gourmandes, les couleurs et les senteurs de Noël ont eu raison de nos papilles. Bretzels, pains d'épices, marrons grillés ou vin chaud ... tous les ingrédients étaient réunis pour nous plonger dans cette ambiance festive et lumineuse.

Dernière journée de visite consacrée à l'Ecomusée d'Alsace. Ce village reconstitué est un véritable condensé de l'Alsace et de sa culture. La mission de ce musée est de présenter les bâtiments

et les us et coutumes d'antan, afin d'assurer la transmission d'un patrimoine vivant par la formation d'artisans et la sensibilisation des jeunes. Ouvert depuis le début du XX^e siècle, il vise également à préserver la biodiversité et les espaces naturels. Environ 4400 espèces vivantes sont comptabilisées dans cet espace. La présence d'artisans en activité tels que le potier, le charron, le forgeron ainsi que les maisons rendues vivantes par des guides animateurs et costumés permettent d'illustrer le fonctionnement véritable des villages de l'époque.

Nous avons terminé notre journée avec un passage rapide par Eguisheim ainsi que la visite d'une cave sur la route des vins d'Alsace. Un pèlerinage fort instructif qui a définitivement soudé le groupe après quelques verres de dégustation !

C'est ainsi que s'achève notre périple de 5 jours, laissant à chacun un sentiment de ravissement, d'enchantement et de bien-être. Nous espérons un prochain voyage dans d'aussi bonnes conditions.



Ecomusée d'Alsace



Ribeauvillé



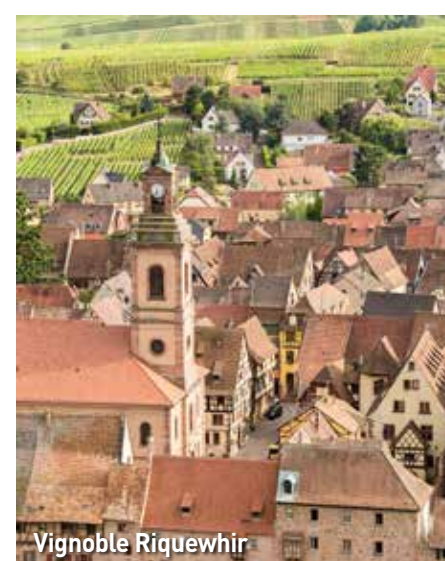
Riquewhir



Kaysesberg



La Maison du pain d'épices
GUERTWILLER



Vignoble Riquewhir



Eguisheim



Eguisheim

COMMEMORATION DU 11 NOVEMBRE

Comme à chaque date historique, la Municipalité a commémoré le 11 novembre en hommage aux soldats de la guerre 1914/1918, tombés au champ d'honneur.



Le Maire, Gérard BRANDA, et les Elus étaient entourés de plusieurs administrés venus des quatre coins de la commune.

Dans le cadre d'un projet pédagogique, les élèves sont associés aux cérémonies patriotiques. La vie des combattants morts pour la France et le patrimoine artistique et littéraire lié à la guerre sont étudiés en classe. Ce travail de mémoire des deux grands conflits mondiaux contribue à expliquer la construction d'une Europe fondée sur la tolérance et la paix.

Quelques enfants du Chef-Lieu accompagnés par leur enseignant Olivier ICARDO ont lu un poème d'ARTHUR RAIMBAUD « Le dormeur du Val » et deux lettres d'anciens Poilus.

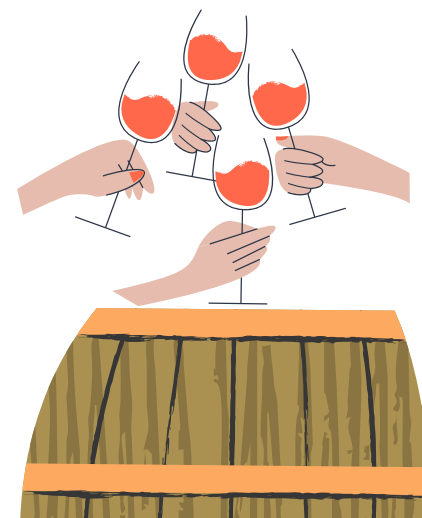
En fin de cérémonie et malgré un temps pluvieux, la population a pu lever le verre de l'amitié

20/11/2021 SOIRÉE BEAUJOLAIS NOUVEAU



Près d'une centaine de personnes avait répondu à l'appel du Beaujolais. Une soirée placée sous le signe de la convivialité et de la bonne humeur, avec un brin d'insouciance nous éloignant des problèmes du quotidien. L'OCJFT avait préparé de belles assiettes de charcuterie et de fromage, il ne manquait rien même pas les cornichons, aidé par de nouvelles recrues de bénévoles : Merci à Aurélie, Anthony, Yannick et Arnaud. Bien sûr suivi d'un dessert et café, mais la vedette de la soirée fut belle et bien le Beaujolais nouveau, chacun a pu apprécier s'il avait cette année des arômes de banane, de framboise, ou de fruits mûrs... Côté ambiance, c'est le groupe rock Ink Blood qui a donné le "la" et (peut-être le vin aidant) a enflammé le dance floor au son des Rolling Stone, Chuck Berry, Lenny Kravitz... Un très bon moment dont ont pu profiter les cantaronnais présents

Vivement le prochain cru !



ILLUMINATIONS A CANTARON

La Municipalité a fait naître la magie de Noël partout dans la commune ainsi que dans le village en offrant aux habitants de jolies illuminations pour cette fin d'année 2021. Sapins décorés de guirlandes éclatantes et boules scintillantes, silhouettes de crèche en bois sur son chemin lumineux, boîte à lettres du Père Noël éclairée, lumières féériques sur les oliviers et église étincelante sous ses flambeaux colorés de lumières divines.

Tous les ingrédients étaient réunis pour démarrer les fêtes de fin d'année malgré la crise sanitaire persistante. Un joli préambule au spectacle de Noël qui a eu lieu le 18 décembre sous le préau du square Thérésius ODDO.

A noter que les illuminations sont toutes à LED, d'où une économie substantielle non négligeable pour la Commune.



ARBRE DE NOEL DE LA COMMUNE



Le thème étant les personnages de Disney, petits et grands ont repris en chœur les célèbres titres de Aladin, la Reine des Neiges, Vaïna, le Roi Lion, le Chat Botté et bien d'autres. Plusieurs interactions avec les enfants ont ponctué le spectacle qui a ensuite laissé place à l'arrivée du Père Noël dans son beau traineau de bois, tiré par l'un de ses rênes.

Un à un, les enfants ont été invités à le rejoindre pour échanger quelques mots, recevoir un cadeau et un goûter offerts par la Municipalité.

Après une séance photo et un échange de promesses, les petites têtes blondes ont regagné leurs foyers avec des yeux brillants remplis d'étoiles.

Un protocole sanitaire strict avait été mis en place pour cette occasion.

Grâce à la pertinence de choix du maître des cérémonies, Christian DI Martino, un magnifique spectacle de la troupe CLAS-SI-JAZZ/BLUE NIGHT, brillamment dirigée par Nadège NATALE-CARLETTI s'est produit sous le chapiteau dressé pour l'occasion. De superbes danseuses ont enchanté le public ébahi par tant de grâce et de talent, de costumes chatoyants et scintillants.



La Municipalité remercie les personnels de mairie ainsi que les élus qui ont œuvré pour mettre en place les décors et ont veillé au bon déroulement de cette journée, ainsi que l'APE qui a accompagné cette manifestation tout au long de l'après-midi en photographiant les enfants avec le Père Noël (photos gratuites disponibles sur demande à l'APE). Un grand merci aussi aux bénévoles qui ont spontanément prêté main forte ce jour-là.



LE SPECTACLE DE DANSES DE NOEL

Le spectacle de danses s'est tenu sous le préau du square Th. Oddo dans le respect des règles sanitaires imposées afin que parents et enfants puissent profiter pleinement de cet instant magique.

Les élèves de FOOT2DANCE ont fait leur première représentation de Noël à CANTARON, au soir du 17 décembre 2021. Enfants, adolescents et adultes ont présenté quelques chorégraphies de leur prochain spectacle qui aura lieu en fin d'année scolaire, le 11 juin 2022, au théâtre de l'Hélène à Contes.

Pour cette petite démonstration d'une quarantaine de minutes, une vingtaine d'enfants de la commune âgés de 3 à 12 ans était associé à une trentaine de membres de la commune Peillon qui par-

tagent le même club et la même professeure de danse, Nathalie.

L'APE de Cantaron a été sollicitée pour tenir un snack salé/sucré, composé de pizzas, de hot-dogs, de crêpes maisons et de tartes aux pommes, accompagnés d'un excellent vin chaud, de chocolat chaud et de boissons fraîches.

Le club de danses FOOT2DANCE remercie le Maire et la municipalité de les avoir accueillis cette année et d'avoir eu la gentillesse de mettre à disposition le matériel scénographique pour cette occasion.



PANIERIERS DE NOEL POUR LES AINES DE LA COMMUNE

Un fois de plus, le contexte sanitaire de décembre 2021 a contraint la Municipalité par mesure de prudence à annuler le repas des Aînés de notre commune.

Malgré cette regrettable mais inévitable décision, la commune a maintenu la confection des paniers aux ayants droits (à partir de 75 ans) en favorisant, cette année, un contenu comportant 80% des produits élaborés dans la vallée des Paillons. Ce choix a été fait en cohérence avec nos engagements pour amorcer un soutien aux agriculteurs et aux artisans de notre vallée. C'est un premier pas qui a pour

objectif de faire connaître les producteurs et les artisans locaux et d'aller vers une alimentation saine, garante d'une bonne santé. En favorisant les circuits-courts de consommation, nous préserverons notre terroir et notre environnement.

De plus, un nouveau concept de réservation et de distribution des paniers avait été mis en place afin de cibler les personnes concernées. Cette formule permet de réduire ainsi les déplacements sur la commune, de trouver portes closes et évite les oublis et les pertes.



Depuis plusieurs années, la commune de CANTARON organise une manifestation lors du TELETHON afin de collecter des fonds pour l'association et venir en aide aux chercheurs contre les maladies génétiques neuromusculaires telle que la Myopathie.

Au soir du 4 décembre, l'association DANSA CANTA et son Président, Christian DI Martino ont accueilli une centaine de personnes sous le préau du square Thé-

résius ODDO autour d'une « auberge espagnole ».

L'accent a été mis sur la démonstration de plusieurs danses populaires comme la Country, le Rock'n Roll, ou encore le Tango Argentin.

Cette soirée animée et en partenariat avec l'association des Doigts Agiles a permis de récolter la somme approximative de 1600 € qui a été reversée intégralement au profit des personnes malades.



REPAS A THEME A LA CANTINE DU CHEF-LIEU

Il est de tradition, à chaque fête calendaire, d'organiser un repas à thème à la cantine de l'école du chef-lieu.

Nos chères têtes blondes ont eu le plaisir d'y prendre part à deux reprises en cette fin d'année 2021.

La Municipalité ayant mis à disposition les décors appropriés, les petits écoliers ont été enchantés de découvrir leur salle de cantine décorée pour deux occasions : HALLOWEEN et NOËL.

Un moment convivial et animé que les enfants apprécient car un petit supplément de bonbons ou de chocolat leur est offert !



PORTAIT DU PÈRE JÉRÉMY HEIN, NOTRE NOUVEAU CURÉ À CANTARON

Depuis un an, nous bénéficions des services d'un nouveau curé, successeur du Père LUIGI, qui était resté sur notre paroisse durant 14 ans.

Le Père Jérémie est né le 17 juin 1982, c'est un jeune curé !

Il est né à Montpellier où il vécut jusqu'à l'âge de 20 ans.

Il fit une partie de ses études à Marseille ainsi qu'en Allemagne, dans une école de commerce.

Mais c'est à 20 ans, à l'occasion d'un pèlerinage international des jeunes au Canada, en présence du Pape Jean-Paul 2, qu'il trouva la vocation.

A 24 ans, il entre au séminaire Sainte Marie-Madeleine à la Seyne sur Mer dans le Var.

Il est ordonné prêtre en 2016.

Il est nommé diacre, ensuite vicaire à la Seyne sur Mer, à la paroisse Notre Dame du Bon Voyage.

Fin 2020, il est nommé à son premier poste de Curé, à la paroisse Bienheureux Amédée IX de Savoie, qui regroupe les 3 clochers de La trinité, Cantaron, et Drap.

Ses passions : les langues étrangères, le foot, la littérature.

Selon ses dires, il fut très bien accueilli par ses nouveaux paroissiens, il est très bien entouré par une bonne équipe paroissiale.

Nous lui souhaitons une pleine réussite dans sa vie sacerdotale au service des cantaronnais, croyants ou pas



Le Père Jérémie au pied de la statue de ST Joseph, saint patron du village. Statue en bois, vétuste, en mauvais état qui mériterait d'être rénovée.

Cette statue est portée par tradition tous les ans, à travers le village à la ST Joseph...hors pandémie.

ANIMAL, UN FILM DOCUMENTAIRE SENSIBLE

Après avoir remporté le César du meilleur film documentaire avec « Demain » en 2015, l'activiste et réalisateur Cyril Dion revient au cinéma avec un nouveau plaidoyer pour la planète et le monde du vivant, à travers les yeux d'une jeunesse engagée et militante.

« *Bella et Vipulan ont 16 ans, une génération persuadée que leur avenir est menacé. Changement climatique, 6ème extinction de masse des espèces... d'ici 50 ans leur monde pourrait devenir inhabitable. Ils ont beau alerter mais rien ne change vraiment. Alors ils décident de remonter à la source du problème : notre relation au monde vivant. Tout au long d'un extraordinaire voyage, ils vont rencontrer différents interlocuteurs politiques, scientifiques, activistes et ils vont comprendre que nous sommes profondément liés à toutes les autres espèces. Il est, lui aussi, un Animal.* »



Bibliothèque et culture

En ce début d'année qui sera meilleure que 2021, ce qui n'est pas difficile, l'équipe de la bibliothèque de Cantaron vous souhaite à tous une année 2022 apaisée et pleine de sagesse.

A l'heure où les réseaux sociaux nous inondent de propos peu amènes et de contre-vérités de moins en moins discrètes, chacun d'entre nous est un peu responsable de la propagation d'une violence qui devient inquiétante. Ce qui devrait être un lieu d'échanges et de construction d'idées est devenu un exutoire géant dans lequel tous expriment en fait la haine de l'autre.

Les conversations à l'époque cantonnées au bistrot du coin autour d'un ballon de rouge sont maintenant propagées à la vitesse d'internet, qui devient le tribunal sans justice de notre société. Comment trouver une information fiable au milieu de ce magma anonyme de bêtises et de lieux communs ?

Certains ont décidé de se couper de ces réseaux, mais n'est-ce pas se mettre la tête dans le sable en attendant hypothétiquement que ça passe ?

Nous pouvons au contraire prendre connaissance des avis de chacun et avec le recul indispensable tenter de faire une opinion sans prétendre détenir la vérité.

La lecture permet de prendre ce recul qui manque tant aux réseaux sociaux. Seul le livre est relativement épargné, et même si l'on n'est pas d'accord avec son auteur, on peut lui laisser exposer ses arguments sans l'interrompre et l'agresser à tout moment.

Vous avez de la chance, nous avons à Cantaron une bibliothèque déjà fournie et qui ne demande qu'à s'enrichir au fil du temps. Des livres assez anciens, des récents, des romans, des essais, bref de quoi satisfaire tous les goûts.

Lire devient un acte citoyen par la réflexion qu'il impose.

Pour tenir cette bibliothèque une équipe de bénévoles, auprès desquelles j'ai dû insister pour leur rendre hommage dans cet article tant elles sont discrètes.

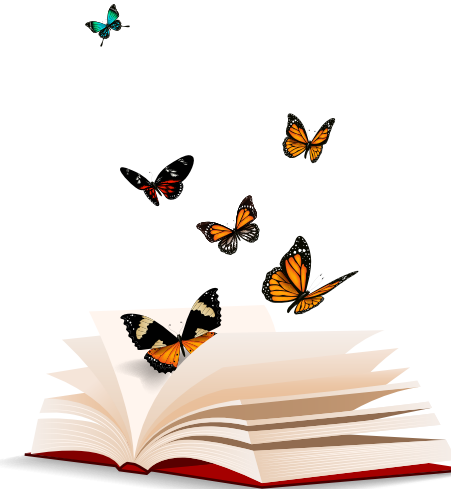
Arlette Schneider est une prof de Français retraitée passionnée évidemment de lecture, cantaronnaise depuis 1975, dont les goûts forcément éclectiques s'étendent du polar aux romans historiques et à la poésie. Elle fréquente peu les réseaux sociaux mais n'y est pas totalement étrangère non plus.

Anne-Marie Contamin est également une enseignante à la retraite, ancienne directrice d'école. Toutes les deux donnent de leur temps pour tenir cette bibliothèque et gérer prêts et retours. Nous aimerions compléter cette équipe par un ou deux nouveaux membres pour peut-être élargir les horaires d'ouverture ou tout simplement soulager nos bénévoles de temps en temps.

N'hésitez pas à nous contacter via la mairie si vous êtes intéressés.

N'oubliez pas également que vous pouvez nous conseiller des livres afin d'enrichir notre offre. Une bibliothèque doit être évolutive et s'adapter à tous les goûts.

A bientôt, j'espère.



Les Capouns niçois (choux farcis)



Préparation

En préalable, faites chauffer une grande casserole d'eau bouillante salée dans laquelle vous ajoutez une cuillère à soupe de bicarbonate de soude. Puis, faites tremper le pain dans le lait.

Faites « crever » le riz (pré cuire). Préchauffez le four sur 180°.

Le chou :

Défaitez délicatement les grandes feuilles du chou et les nettoyer en retirant la partie centrale des feuilles (les côtes). Gardez le cœur du chou et les grosses feuilles vertes du départ.

Préparez 2 torchons propres pour égoutter les feuilles de chou blanchies.

Dès que l'eau bout, plongez les feuilles de chou par 2 ou 3 selon leur taille et la taille de la casserole.

Laissez blanchir 3 – 4 mn à feu moyen, retirez les feuilles délicatement pour ne pas les déchirer

et les déposez sur un torchon propre. Couvrir de l'autre torchon pour éponger toutes les feuilles. Plongez le cœur du chou, les grandes feuilles vertes et les carottes dans l'eau, laissez cuire 10 mn, égouttez et réservez.

La farce :

Epluchez les oignons et l'ail. Faites les suer dans un peu d'huile d'olives. Pressez le pain trempé dans le lait.

Puis, hachez tous les ingrédients (cœur du chou, feuilles vertes, carotte, oignon, ail, persil, chair à saucisses ou jambon et poitrine de porc) dans un mixeur à l'exception du riz.

Dans un grand plat creux, mélangez la farce avec les œufs, un peu de fromage râpé, le riz, le thym émietté, puis salez et poivrez. Goûtez pour rectifier l'assaisonnement.

Le montage et la cuisson

Le montage :

Étalez une à une les feuilles de chou blanchies sur le plan de travail, et déposez une bonne cuillère à soupe de farce au centre.

Fermez en rabattant les 4 bords et serrez entre vos mains. Si vous le souhaitez, vous pouvez à l'aide d'un fil à rôti procéder à la fermeture du Capoun comme un emballage cadeau.

La cuisson :

Déposez dans un plat à four ou une sauteuse tous vos choux farcis, fermeture en dessous, arrosez d'un filet d'huile d'olive, ajoutez le bouillon de volaille ou de légumes à mi-hauteur des choux farcis et rajoutez deux branches de romarin et de laurier. Enfournes pour 30mn et sortez les Capouns du four.

Arrosez avec la sauce tomates et le jus de cuisson et saupoudrer avec le fromage râpé mélangé (Parmesan et Sbrinz). Enfournes encore pour 10 bonnes minutes, le temps de gratiner.

Ce plat très facile à faire demande toutefois une bonne heure et demie de préparation et de cuisson. Et comme beaucoup de plats niçois, les Capouns sont meilleurs à déguster le lendemain.

A vos casseroles !!! Bon appétit !!!

Après les repas chargés des fêtes de fin d'année, chacun aspire à retrouver un peu plus de légèreté dans les repas. Nous vous proposons une recette typiquement niçoise à base de feuille de chou ... le CAPOUN ! Nous connaissons les différents choux qui sont consommés l'hiver et les bienfaits de ce légume riche en fibres, carotènes, vitamines C et antioxydant. Aujourd'hui, nous allons cuisiner un chou vert ou chou frisé pour 6 personnes.

Ingrédients

1 beau chou frisé d'au moins 1kg

250 g de chair à saucisses ou un talon de jambon (certains y mettent la chair des Perugina, des saucisses bien assaisonnées que les charcutiers font chez nous)

200 g poitrine salée et fumée

2 oignons jaunes

2 carottes

3 gousses d'ail

2 œufs

1 bouquet de persil plat

100 g de riz précuit

Un morceau de pain rassis trempé dans du lait

120 g de fromage râpé (Parmesan ou Sbrinz)

50 cl de bouillon de légumes ou de volailles

1 bol de coulis de tomate maison ou une bonne sauce tomates

Thym, romarin et laurier

Sel et poivre du moulin

Huile d'olives

Location de la salle Polyvalente Honoré Bermond sur le square Oddo

Dans l'esprit de rendre service à la population, il est possible de louer aux cantaronnais la salle polyvalente (120 places maximum) pour des événements familiaux.

Voir en mairie les conditions locatives.

AGENDA DES FESTIVITÉS

Samedi 5 février 2022 à 20h30

(ouverture des portes à 19h30)

Pièce de théâtre avec la troupe

"Les Fous du Château" Mamans and Co

Synopsis de cette comédie : Georgette, et Henriette ayant, l'une et l'autre l'envie subite de voir leur enfant respectif, "débarquent" dans l'appartement du couple par surprise. Et quelle surprise !!!!! les voilà en face de deux couples pas vraiment légitimes. Elles vont imaginer un plan pour remettre tout ce petit monde sur les rails.

Samedi 19 mars 2022

**Fête de la Saint Joseph
Cérémonie et dégustation**

Dimanche 27 mars 2022 (14h30)

**Loto de CANTARON VOYAGES
Nombreux lots dont un voyage, plus buvette**

16 avril 2022

Spectacle de sketches Raymond DEVOS

Protocole sanitaire en vigueur

Votre prochain Echo des cantaronnais paraîtra en Avril 2022

N'hésitez pas à nous faire part de vos actualités.

Contactez nous à la mairie au
04 93 27 64 60

Ou par messagerie à :

mairie.cantaron@free.fr
Ou par courrier à l'adresse de la
mairie à l'attention de Monsieur
BRANDA



Les dernières pousses à Cantaron

GERRIET Victor
04 NOVEMBRE 2021

DENIS Jules
15 NOVEMBRE 2021

DESPRES Hilona
20 DÉCEMBRE 2021



Ils nous ont quittés

PORTRAT Marie VVE LADMIRAL
12 OCTOBRE 2021

ORLANDI Maéva
30 OCTOBRE 2021

CERDA Josette Claire née CATTANI
09 NOVEMBRE 2021

ROSA Pierre 29 NOVEMBRE
13 NOVEMBRE 2021

CALDEI Jean
29 NOVEMBRE 2021

GHIONI Jeannine née ORSATTI
03 DÉCEMBRE 2021

MUTEL Patrice
18 DÉCEMBRE 2021

Sincères condoléances