



L'ARBRE



sommaire

 Edito > p 2

 La parole aux
résidents > p 3 à p 19

 Les aidants vous
informent > p 20

L'ARBRE

Qu'il soit dans nos jardins, dans nos villes, au cœur de nos forêts, de nos montagnes... l'arbre fascine les êtres humains à travers le monde entier, depuis la nuit des temps.

Par sa forme, par sa taille, par son âge, il symbolise entre autres :

- **La longévité.** L'arbre vit très vieux, plus vieux qu'aucun autre être. Il nous procure un bien-être physique et mental, nous soulage, calme nos angoisses. De nos jours, nous parlons de plus en plus de « **bain de nature** » ou de **sylvothérapie**, une pratique en plein développement en France mais déjà très présente au Japon et aux Etats-Unis qui consiste à enlacer les arbres pour trouver du réconfort, et pour respirer un air plus pur.

- **La résistance.** Il est essentiel de se rappeler que notre patrimoine végétal est robuste, il a su s'adapter aux changements climatiques et a été témoin de notre riche histoire du passé. Certains ont vécu au temps des Rois et sont encore vivants.

Finalement, nous ne sommes pas si différents de lui car si l'on regarde bien, l'être humain est constitué de la même façon : nous naissons, grandissons, nous nous reproduisons, et nous disparaissions. Nous avons plusieurs races comme l'arbre à plusieurs essences. Nous avons le même cycle de vie.

Nous parlons également d'arbre généalogique pour retracer la généalogie ascendante ou descendante d'un individu avec comme seul point d'ancrage les racines qui sont en réalité nos origines.

Le 22 novembre 2019, j'ai eu le plaisir de partager, d'échanger sur le thème de l'arbre avec quelques résidents. Cela a généré des souvenirs et nous remarquons, que nous avons tous plus ou moins une histoire à raconter à leur sujet.

J'ai le grand plaisir aujourd'hui de leur annoncer que le hêtre multi centenaire de Saint Jammes à Sorèze vient d'être élu « arbre de l'année 2019 préféré des Français » au concours national de l'arbre de l'année organisé par le magazine Terre Sauvage et l'ONF. En plus, il a le privilège de poursuivre l'aventure au concours de l'arbre européen dès le 1^{er} février 2020.

Je remercie infiniment l'animatrice, Inès Camps ainsi que les résidents (même ceux absents ce jour-là), pour leur accueil convivial. Ce fut une rencontre enrichissante et émouvante. Nous avons passé un très bon moment.

Laetitia SOULOUMIAC

*« Ecoute l'arbre et la feuille,
La nature est une voix,
Qui parle à qui se recueille
Et qui chante dans les bois »*

Victor HUGO

Le thème du prochain numéro
« Sur le Banc » sera :
**Les plaisirs de la cuisine
d'hier à aujourd'hui**



L'AJRT remercie très sincèrement les Anisetiers Castres Sidobre pour le don de 400 € de mai 2020.

L'ARBRE

Tout d'abord, je dirai qu'on peut considérer que les arbres ainsi que les arbustes sont les habitants des jardins. Selon les espèces, ils peuvent être violents lorsque se manifeste le vent. Leur atout principal est le tronc qui chez certains peut atteindre plusieurs dizaines de mètres de hauteur. Le tronc devient une véritable arme redoutable car l'objectif c'est la lumière. Les rayons du soleil sont une denrée rare. Tous les ans, des milliers de jeunes plants s'efforcent pour en attraper un peu. Ceux qui n'y parviennent pas s'étiolent et finissent par disparaître. A ce stade, je serais tenté de dire : « c'est l'arbre qui cache la forêt ». Cependant, l'avantage que présente les troncs apparaît clairement : grâce à eux, les cerisiers, épicéas et chênes peuvent atteindre des hauteurs inégalées.

Dans les environs de Montmaur, dans l'Aude, j'ai retrouvé, toujours présent à ce jour, de magnifiques chênes qui remontent à la fin du XVII^e siècle à l'époque où Pierre Paul Riquet creusait le Canal du Midi. J'ai

même visité une ferme appartenant à la famille Rouzau qui porte le nom de Pierre Paul.

Même s'ils nous paraissent éternels, ils ne le sont pas. Nous avons l'exemple des platanes plantés après la mort de son père par Jean-Mathias Riquet, pour ralentir le phénomène d'évaporation du canal. Aujourd'hui, ils sont atteints par une maladie qui porte le nom de Chancre Coloré, une affection redoutable qui oblige la destruction par le feu. Encore à ce jour, il n'existe pas le traitement pour enrayer ce fléau. Observez au passage qu'ils ont plus de trois siècles. Il n'y a pas d'éternité.

Pour parachever ce thème, je citerais Charles Darwin : « *Tout voyageur devrait être botaniste, car, à tous points de vue, les plantes forment l'ornementation principale* ».

Robert JEAN
La maison d'Emilienne à Cahuzac



L'ARBRE

Danielle : « Les arbres, ça me fait penser à la nature. On avait des marronniers à l'époque, et je m'amusais à y grimper. Mon grand-père me surveillait, il avait peur que je tombe. »

Marie : « Pour moi les arbres, ça me fait penser aux saisons, à l'hiver, et au printemps avec les bourgeons qui poussent. A la campagne, il y avait beaucoup d'arbres fruitiers. Souvent on allait sur le terrain d'un paysan, pour lui manger les fruits, surtout les cerises. Un jour le paysan nous a surpris, et il nous a demandé « Vous ne voulez pas un coup de main ? » Nous on répondait : « Oui, venez ! », mais dès qu'il approchait, on s'en allait en vitesse, et on l'entendait dire « Je vous aurai un jour », et un jour il nous a eu. Il a été à la mairie pour nous signaler et à l'époque on était connu comme le loup blanc. Le gardien de Labruguière s'appelait Pelissier et est venu nous voir. Il nous a demandé seulement si on s'était régalé ».

Serge : « Moi, je pense à l'automne. Quand les feuilles tombaient, il y avait beaucoup de travail. Il fallait ramasser les feuilles. Je prenais le panier juste devant la porte pour aller les ramasser. »



Alice : « J'avais un tilleul avant, et d'ailleurs il y est toujours. Lorsqu'il était fleuri à point, on ramassait les fleurs, puis on les faisait sécher à l'ombre. Une fois sèches, on les mettait dans un sac en tissu. Après on faisait des infusions. On faisait des confitures aussi. Moi ma préférée ça a toujours été celle à la pastèque verte. Il fallait attendre qu'elle soit bien mûre pour la faire. On y passait du temps »

Noélie : « Les arbres, ils sont comme nous, ils prennent de l'âge. On les a vus petits et maintenant ils sont grands. Chez nous, il y avait des tilleuls et des marronniers. Je ne sais pas maintenant s'ils y sont encore. Jeune, je montais sur les arbres, je coupais des branches pour les lapins. »

Pierre : « Moi les arbres, ça me fait penser aux fruits : cerises, pêches, prunes. A l'époque, j'avais beaucoup d'arbres fruitiers : cerisier, poirier, figuier, il y en avait une vingtaine. C'est moi qui les avais plantés, quand j'avais 30 ans. J'ai un terrain du côté de Sémalens. Maintenant, c'est laissé à l'abandon. A l'époque, on vivait avec ses fruits, on les achetait pas »

Andrée : « Les arbres, ça me fait penser aussi aux fruits. J'aime tous les fruits. On avait un terrain, il faisait 13 hectares, il n'y avait que des arbres fruitiers. Ce terrain appartenait à la famille de mon mari. On avait de tout : châtaignier, pommiers, pêchers, abricotiers, figuiers. Maintenant on l'a vendu. On avait 8 chevaux, un pour chaque petit enfant, pour ne pas faire de jaloux. Chacun en montait un et on se promenait sur ce terrain le matin et le soir. Lorsque les fruits étaient mûrs, toute la famille se réunissait pour aller les cueillir, et faire des confitures. On était tous gourmands. »



Jeanine : « Lorsque j'étais jeune, je grimpais aux arbres pour aller manger des fruits, surtout des prunes et des pommes. Du coup le soir je n'avais plus faim. Ma mère rouspétait. »

Marguerite : « A l'adolescence, mes parents avaient beaucoup d'arbres fruitiers, poiriers, pommiers. C'était à Castres. Je cueillais les fruits pour les manger ou pour la confiture. Ma préférée c'était celle de figes.

Nicole C. : « Quand on allait chez mes grand parents, ils avaient une grande rangée de pommiers et cerisiers. C'était à la campagne. Ma grand-mère faisait de la confiture. Elle avait un chaudron qu'on nettoyait avec du vinaigre et du sel. On préparait les bocaux, qu'on passait à l'eau chaude. On lavait les fruits et on les découpait en morceaux. Après on les laissait macérer avec du sucre. Il fallait les remuer avec une cuillère en bois ».



Ginette : « J'en ai fait quand j'étais jeune. Je grimpais aux arbres, mais le problème c'est que je ne montais pas jusqu'au bout de la branche. Quand on était gosse, on montait facilement, mais pour descendre on avait peur. Après l'école, avec les copains et les copines, on aimait grimper aux arbres, pour jouer, ou s'y cacher. On était jeune, on ne voyait pas le danger. »



Jacqueline R. : « Moi j'ai toujours aimé les arbres, parce que c'est beau, c'est la nature, c'est vivant. Je n'aime pas les voir saccager. Pour certains c'est leur métier, mais c'est dommage pour des arbres qui ont 100 ans ou plus. Ça fait mal au cœur, même si des fois c'est obligé, s'ils sont malades. Moi, je suis contemplative, j'aime les regarder. A la maison, on avait un saule pleureur, très beau, ainsi qu'un grand sapin que mon conjoint avait planté. C'était en 1970, pour la naissance de notre petite fille. On avait fait appel à un paysagiste car le sapin avait attrapé une maladie, et il a pu le soigner. »

Jacqueline B. : « Moi les arbres, ça m'évoque le jardin. A l'époque, nous avions un grand jardin, avec des allées. Il y avait des arbres et on passait du temps à faire du vélo avec mes frères. »

THÈME : « L'ARBRE »

Que vous évoque le mot arbre ?

- « L'ombre donnée et l'oxygène qu'il donne »
- « Les arbres fruitiers »
- « L'arbre est le symbole de la vie »
- « L'arbre dont on fait les meubles »
- « Le feu de cheminée : avec du bois de chêne ou du hêtre qui brûle mieux »
- « Grimper aux arbres pour cueillir les fruits »
- « Les racines dans la terre »
- « Faire des remèdes avec certains arbres : Le tilleul dont on fait des tisanes pour calmer les tensions. Les queues de cerises : tisane pour uriner, le châtaigner pour faire le tanin dont on se servait pour peler les peaux dans les usines de délainage, le noyer pour faire de l'eau de noix : boisson que l'on buvait en apéritif ou en digestif. »
- « L'arbre est un abri pour se reposer, mais pas sous le noyer car l'enveloppe des noix dégage des vapeurs toxiques »

Quels sont les arbres de la région ?

- « Il y a beaucoup de chênes, de platanes, de châtaigniers, de noyers, de sapins dans la Montagne Noire »
- « L'usine de Labruguière utilisait beaucoup de hêtre et de chêne pour fabriquer ses meubles : bureaux d'écolier, bancs d'église, chaises »

« Aviez-vous des arbres fruitiers dans vos jardins ?

- « Oui, des cerisiers, des pruniers, des poiriers, des figuiers, des cognassiers, des pommiers »
- « Cela servait pour notre consommation des repas, on faisait de la confiture, on préparait des bocaux pour l'hiver »
- « On faisait des prunes, des cerises, des poires à l'eau de vie »
- « On préparait des tartes, des clafoutis »

« Connaissez vous l'arbre généalogique ?

- « Oui, c'est pour retrouver la famille, les ancêtres, retrouver des cousins, connaître de la famille éloignée et savoir les métiers exercés »
- « Mon petit-fils est remonté jusqu'au 16^e siècle en recherchant sur Internet »
- « Moi, on a retrouvé un ancêtre qui a fondé le monastère d'En Calcat »

CITATIONS :

« C'est l'arbre qui cache la forêt » : fixer un détail et ne pas voir l'ensemble

« Quand l'homme n'aura plus de place pour la nature, peut-être la nature n'aura-t-elle plus de place pour l'homme »

Stefan Edberg - LesBeauxProverbes.com

« La famille ; comme les branches d'un arbre, nous grandissons tous dans de différentes directions, mais nos racines ne font qu'un »

citabrain.com

« Faites comme l'arbre, changez vos feuilles et gardez vos racines... Changez vos idées et gardez vos principes ! »

Proverbe tibétain - lesmotspositifs.com

**Les résidents de l'Oustal
d'en Thibaud à Labruguière**

L'ARBRE

Nous commençons à échanger autour d'une table autour de la thématique de l'arbre, en posant ainsi la question : qu'est-ce que vous inspire les arbres.

Les regards se croisent, et les paroles commencent à fuser. *« Quand ils sont bien placés, c'est un vrai bonheur de s'y mettre dessous pour profiter du moment »*. Tout le monde se mit à sourire, et chacun repensa alors à des souvenirs autant adulte qu'enfant. Ainsi certains commencèrent à raconter comment ils construisaient les cabanes pour découvrir le monde d'en haut, et ainsi s'imaginer être chevalier ou princesse, et échapper ainsi au quotidien parfois si difficile de la guerre.

Certains expliquèrent que les arbres servaient à se hisser dessus pour aller chercher des fruits, *« rien de meilleur que de les cueillir sur l'arbre »*. M^{me} B, originaire de Madagascar, nous expliqua qu'elle allait chercher les avocats et les mangues, un vrai régal, qui arrive encore à se lire au travers de son regard empreint de nostalgie. Mais attention, pour manger les fruits, ne faut-il pas que les oiseaux les grappillent... Ainsi, des stratégies étaient mises en place, tout autant sur des épouvantails, que sur des miroirs pour éviter trop de picorage.

Une résidente, souhaite nous interpeller pour rappeler qu'il faut être prudent et ne pas se mettre sous un arbre en cas d'orage. Ainsi, plusieurs résidents racontèrent avoir vu la foudre tomber sur les arbres, et les nombreux dégâts ou blessures que cela engendrait. Alors, soyons prudent, et utilisons les arbres à bon escient.

L'arbre, peut être aussi vu comme un refuge pour les oiseaux. Ainsi M^{me} G. expliqua à l'assemblée, qu'elle allait tous les jours donner à manger aux oiseaux dans les arbres sur l'Ehpad, et que ceux-ci chantaient pour lui souhaiter la bienvenue et s'assurer que demain le charmant festin reviendrait. Mais

M^{me} G. expliqua ne pas avoir besoin de cette petite chansonnette pour revenir les voir, car elle y était bel et bien attachée à ses petits oiseaux.

Nous enchaînons ensuite sur tout ce que le bois peut nous permettre de fabriquer, allant des meubles, des poutres, du papier, de la colle avec la sève, de la résine, des sabots, des allumettes, du bois de chauffage, des bateaux, des santons, des chapelets, des crayons à papier, du journal, des pirogues, des cannes, et encore tant de belles et indispensables choses. Nous nous rendons compte que les arbres ont de nombreuses vertus, vertus que nous ne respectons pas toujours avec la déforestation, et le gaspillage de certaines choses.

Un résident intervenait alors pour raconter qu'en 1956 du côté de Puylaurens, de très grosses gelées avaient vues le jour. Le mois de janvier avait été très doux auparavant, ce qui avait fait monter la sève. Du coup, au moment des gelées, les platanes avaient éclaté, et beaucoup furent coupés. Hélas, la nature, et le temps n'en font qu'à leur tête. Et ce n'est pas avec le réchauffement climatique, les orages, le vent violent, et parfois les températures élevées, que les choses vont changer... le monde change, et hélas, les arbres que nous voyons verdoyants de ces jours, risquent d'avoir un tout autre profil dans les années à venir. Alors essayons de garder en tête que chacun d'entre nous peut contribuer à garder ces arbres, ces fleurs, et au final cette vie, et nos racines bien ancrées dans un monde plus respectueux, pour que les enfants de demain, puissent à leur tour raconter leur souvenir, leur escapade autour de cette nature si généreuse avec nous.

Maison de retraite de Puylaurens

TOI MON ARBRE

C'est un bonheur de t'admirer tous les jours près de ma maison.

Tu es le protecteur des oiseaux qui nichent entre tes branches. Tu sers d'abri aux écureuils et aux hommes.



Toi l'ormeau, tu écoutes les bavardages des anciens évoquant leur jeunesse.

Tu es le confident des amoureux qui se bécotent et gravent leur amour sur ton écorce.

Tu me protèges des rayons du soleil.

De saison en saison, tu te pares de couleurs chatoyantes en automne, de couleurs éclatantes au printemps. L'hiver tu es dépouillé, nu. Tes couleurs sont mornes. Tu sembles dormir pour mieux reverdir.

A la saison nouvelle, l'acacia et le tilleul délivrent leurs odeurs enivrantes qui me donnent le tournis. Ton ami le vent se faufile entre tes branches pour me jouer les quelques notes d'un concert.

Parfois, les hommes te refont une beauté. Ils te taillent pour essaimer tes graines. Une branche par-ci, une branche par-là, pour te donner une seconde jeunesse.

Vous, les cerisiers, poiriers, figuiers ou amandiers, offrez aux gourmands de quoi se régaler. Vous êtes nos arbres nourriciers.

Tu es notre guide, toi le platane qui me conduit sur les routes sinueuses.

Tu aimes la jeunesse. Tous ces enfants qui jouent autour de toi, faisant de grandes rondes, escaladant tes branchages pour chaparder les œufs des pies. Ces gamins qui aiment aussi se balancer comme Tarzan ou construire des cabanes pour jouer à la dinette.

A Noël, Messieurs les sapins s'habillent d'un manteau de neige et de guirlandes pour le plus grand bonheur des petiots.

Mais toi l'arbre centenaire, tu as connu toutes nos guerres, nos défaites et nos victoires. Tu as entendu les cris de joie, la liesse du peuple acclamant la liberté !

Mais tu es aussi le témoin de la folie des hommes. L'arbre pleureur se lamente et ploie sous les erreurs des Humains, ceux-là mêmes qui sont coupables de la destruction de tes frères. Ah si tu pouvais parler ! Tes feuilles grondent de fumée. Heureusement tu n'es pas rancunier et tu nous offres ton oxygène pour lutter contre la pollution.

Tu es le présent et l'avenir de nos vies.

Toi l'arbre de Vie, tu mérites tous nos honneurs.

Merci.



**Les résidents de la maison de retraite
Le Pré Fleuri à Serviès**

L'ARBRE

D'abord il nous faut décrire l'arbre et tout ce qui le compose.

Le tronc, les branches, les feuilles, les racines et la sève.



L'arbre est appelé poumon de la terre car il absorbe le dioxyde de carbone et rejette l'oxygène.

L'arbre produit des fleurs et des fruits.

Parmi ses nombreuses utilités il apporte de l'ombre, de la fraîcheur autant aux hommes qu'aux animaux.

En hiver il est utilisé comme bois de chauffage.

On peut en faire aussi de la sciure, des copeaux, des fagots, de la pâte à papier avec les résineux.

Ah, le souvenir des sabots taillés dans le « vergne » et les jouets en bois creusés à la main !

La liste continue avec l'utilisation du bois comme « bois d'œuvre » dans le domaine de la charpente, de la menuiserie, de l'ameublement (tables, chaises, buffets), de l'ébénisterie, de la tonnellerie.

A la campagne, le bois servait à fabriquer les jougs et les charrettes. ; il existe même des flèches de cathédrale en bois !

La liste s'allonge encore pour marquer les bienfaits des arbres ou arbustes : ils servent à séparer les champs, ce sont des abris précieux pour les oiseaux, ils protègent du

vent, retiennent l'eau et la terre grâce aux racines.

Les arbres fruitiers, quant à eux, nous régaleront tout au long de l'année avec les pommes, les pêches, les abricots, les poires, les cerises, les coings, les prunes, les noix, etc., etc...

Et puis certaines fleurs nous sont bénéfiques comme les feuilles de tilleul séchées en infusion pour faciliter la digestion et le sommeil.

Les meubles anciens ou modernes ont été réalisés avec des bois nobles comme le merisier, l'acajou, le chêne, le bois de palissandre ou l'ébène, le peuplier étant plutôt réservé aux planches.

Les chaises, quant à elles, étaient souvent réalisées en châtaignier.

Cet arbre est très répandu chez nous, au bord des routes, sur les places de village, pour la fabrication d'escaliers, oui, bien sûr, c'est ...le platane !

Les pins, ces résineux qui peuplent nos forêts, sont aussi utilisés pour : les meubles, la charpente, la pâte à papier.



Et enfin, certains arbres se font très vieux, plusieurs centaines d'années : des chênes, des séquoias et le célèbre hêtre de Saint-Jammes près de Sorèze !

**Les résidents de la maison de retraite
Les Arcades à Dourgne.**

L'ARBRE

L'arbre est une plante ligneuse, le tronc est fixé au sol par des racines. Il est chargé de branches et de feuilles à son sommet. Il existe plusieurs espèces et essences. Les résineux : pins, sapins, mélèzes ont les feuilles qui tombent et se renouvellent chaque année. Nos forêts regorgent de frênes, châtaigniers où poussent si bien les cèpes et qui nous régaleront de leurs fruits. Des châtaignes grillées qu'on dégustait souvent à la veillée en hiver. Des noyers et leurs noix que l'écureuil met en réserve avec les noisettes. Les faînes, les sorbes et les glands jonchent les sentiers en automne.



Ces arbres qui font de magnifiques forêts, lorsque les frondaisons s'illuminent le matin au soleil levant. Les forêts sont vivantes avec leurs animaux et sont traversées par quelques courants d'eau où les oiseaux viennent boire. Les saules avec leurs branches pendantes boivent souvent dans les ruisseaux qui miroitent sous quelques rais de lumière. Ces grands arbres servent aussi à faire des meubles et beaucoup d'autres objets. A Noël, on décore des pins et sapins des montagnes avec des boules clignotantes ainsi que le houx, un arbuste à feuilles piquantes. En tout lieu l'arbre nous accompagne.

Que ferions-nous sans l'arbre, qui fait la forêt, qui respire et nous produit de l'oxygène. Il y a tant à faire avec l'arbre et son bois. Les oiseaux y chantent et y nichent. Que dire du pin parasol qui s'étale et l'acacia aux feuilles odorantes... que dire du bois précieux, l'ébène, l'acajou ?

Ne pas oublier les arbres fruitiers, pommiers, poiriers, cerisiers, pruniers et autres qui font de bonnes confitures. Avec les noyers et figuiers, on peut faire tant de chose. Avec le bois, le papier journal, on peut faire de belles cartes postales, bijoux, jouets, coffrets... Autrefois le bois servait à faire des jougs pour atteler les vaches, à faire des râtaux, des manches d'outils. Le vannier faisait aussi des paniers, corbeilles, tout en entrelaçant de fines lanières. Le bois est partout ! Il faut protéger l'arbre qui nous fait vivre ! Maintenant on construit aussi des maisons en bois pour économiser l'énergie. Nous vivons entourés de tout bois et quand la mort nous emporte il est encore là... Depuis la petite tige flexible de son début, quel long parcours, que du temps et de longues années pour un arbre pour donner tout ce qu'il a. Il est partout dans notre vie, quel désastre quand une forêt brûle ! L'arbre ne meurt pas ; il est transformé ! Sauvons nos forêts !

*Que de feuilles qui s'envolent
Et tournoient en s'élevant
C'est la folle farandole
Que conduit le vent.*

**Marie-Jeanne TREMOULET
EHPAD Saint-Joseph de Mazamet**

LES ARBRES

Aujourd'hui nous avons fait un groupe de parole sur le thème des arbres. Pour lancer ce groupe, nous avons pu découvrir différentes feuilles et fruits d'arbres.

- Branches et fruits du Hêtre (faine) : les fruits sont mangés par les sangliers dans la nature.
- Feuilles et graines de Camélia : Nous avons appris aussi que le Camélia s'appelle aussi : «Arbre à thé».
- Branches du Cèdre du Liban : lui, fait parti de la même famille que les épicéas.
- Feuilles de Laurier sauce : nous apportent leurs bienfaits et leurs saveurs en cuisine.
- Feuilles du Marronnier et son fruit : la bogue du marron ne pique pas.
- Feuilles du Châtaignier et ses châtaignes : la bogue de la châtaigne pique et avec le bois, on fabrique des paniers. L'hiver, on fait souvent de bonnes poêlées de châtaignes grillées.
- Feuilles de Noyer et son fruit : on peut fabriquer du vin de noix avec, ou tout simplement manger ses noix.
- Feuilles de Frêne : sont très prisées par les animaux (les lapins, vaches, ...).
- Feuilles de Boulot et sa sève : au printemps, nous pouvons récupérer sa sève pour en faire une cure reminéralisante.
- Feuilles du Noisetier et son fruit : avec le bois, on fabrique des paniers et on mange ses noisettes.

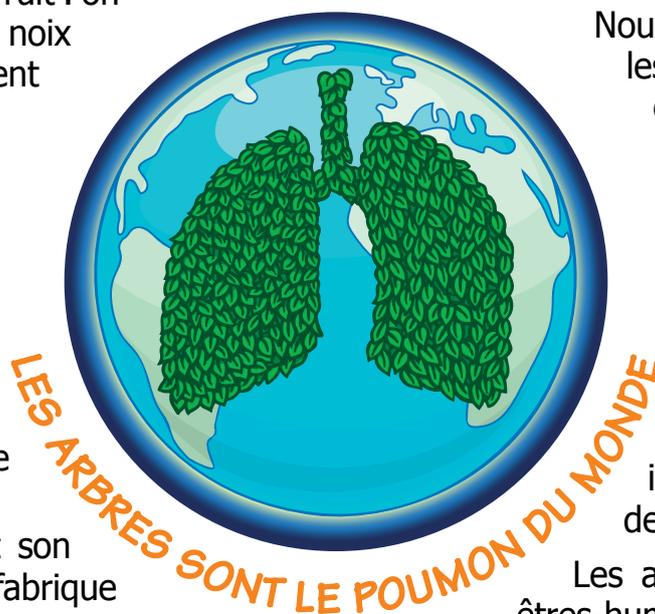
Après tous ces détails, nous avons passé en revue tous les bienfaits que peuvent nous apporter les arbres. Sans eux la vie sur terre ne serait pas possible.

Voici les bienfaits qu'ils nous apportent selon nous :

- de l'ombre et de la fraîcheur.
- de l'oxygène et de la chlorophylle.
- ils peuvent nous servir à nous chauffer, à nous protéger du vent.
- à fabriquer des jouets, du papier, des meubles, des maisons ...
- à nous nourrir avec leurs fruits.
- le plaisir des yeux durant une promenade en forêt.
- ils abritent les champignons.
- ils apportent le logis aux oiseaux et aux animaux, ainsi que leur nourriture.

Avec le réchauffement climatique, les arbres ont beaucoup soufferts et certains sont en train de mourir par manque d'eau et aussi avec les méfaits de la pollution.

Pour des raisons économiques, certains pays sacrifient leurs forêts (Amazonie), ce qui est dommageable pour l'avenir de l'humanité.



Nous avons aussi appris que les arbres communiquent et sont connectés entre eux par leurs racines et qu'ils s'entraident. Ils analysent le sol, afin d'aller y puiser toutes les ressources dont ils ont besoins pour vivre. Ils sont intelligents, c'est une intelligence différente de celle des humains.

Les arbres ne sont pas des êtres-humains mais ils sont tout de même des êtres-vivants ! Sans les arbres et tous leurs bienfaits, l'être humain ne pourrait pas vivre. Ils font partis de l'univers et ne peuvent en être dissociés en aucun cas.

EHPAD Saint-Joseph de Mazamet

UN JOLI PARC À DÉCOUVRIR AU REFUGE PROTESTANT DE MAZAMET

Venez voir notre Maison de Retraite au pied de la Montagne Noire avec ses arbres, ses arbustes et ses fleurs. Les après-midi de beau temps en s'y promenant nous découvrons son beau parc avec :

Son Cèdre plus que centenaire : le Cèdre de l'Atlas



L'Amélanchier qui au printemps nous abonde de sa parure de fleurs blanches étoilées

L'Arbre de Judée qui fleurit au printemps avant même l'apparition de ses feuilles

Le Cerisier à fleurs ou le Cerisier du Japon avec sa floraison abondante de petites fleurs en forme de clochettes pendantes.

Le Tilleul Argenté : cet arbre majestueux
Et notre énorme Tilleul : nous cueillons ses fleurs, les faisons sécher et l'hiver nous buvons le soir les bonnes tisanes

Albizzia est un arbre élégant par son feuillage léger très découpé et ses superbes pompons de fleurs soyeuses et colorées, on l'appelle aussi l'Arbre à Soie

Lagestroemia ou le Lilas des Indes on l'appelle ainsi car ses bouquets compacts de fleurs blanches roses et même rouges ressemblent à la fleur du lilas.

Il ne faut pas oublier notre arbre fruitier Le Pêcher avec ses fruits, nous avons confectionné d'excellentes confitures !!!!!

Ce parc est très agréable il change à chaque saison ; il nous charme de ses couleurs et de ses odeurs

Après nos promenades nous nous sentons vivifiés.....



**Les résidents du Refuge Protestant
de Mazamet**

L'ARBRE

L'ARBRE par Eva BRUNEL

En majorité dans la nature, l'arbre fait notre admiration par sa beauté, il nous apporte la chlorophylle, purifie l'air, il fait partie de notre vie.

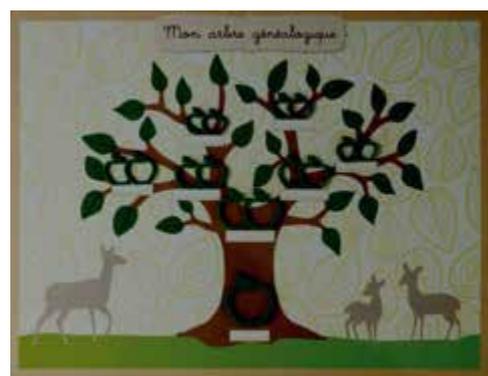
Le chêne majestueux est mon préféré, beauté, force, noblesse ce sont là les qualités que j'aime.

Dès l'âge de quatre ans, je partais de chez moi, bâton à la main, je faisais deux kilomètres pour aller voir les magnifiques ormes de la ferme la « Rolandié » de Lagardiole.

Il y avait une grande allée bordée d'au moins cinquante ormes.

Je restais un bon moment, ravie, devant les arbres identiques, beaux, grands, énormes. Quelle merveille de la nature !

Il faut que tous, grands et petits, nous protégeons nos arbres et surtout que nous en replantions, pour le bonheur de tous.



L'ARBRE par George BIGOT

L'arbre, en fait, peut signifier plusieurs définitions.

La première : l'arbre est dans la vie humaine une chose qui nous est indispensable en apportant de l'oxygène dans l'air, ce qui nous aide à respirer et nous maintient en vie ; car il y a plus que l'humain qui a besoin de ça pour vivre, ce sont aussi les animaux, les plantes, les insectes qui se nourrissent aussi de certains arbres. Mais l'arbre aussi peut être nocif pour la respiration en

provoquant des allergies pour certaines personnes. Par exemple : le sapin, le peuplier, le bouleau, les chênes à l'époque de la floraison...

Il existe sur la commune de Sorèze à une dizaine de kilomètres en direction d'Arfons, à « St-Jammes » lieu dit de l'implantation d'un hêtre ; un *fagus sybotica* multiséculaire environ 450 ans ; 15/20 mètres de haut, 6 mètres de circonférence. C'est un arbre qui est très beau à voir et unique dans la région. Il avait un collègue qui se trouvait dans la forêt de l'aiguille, majestueux aussi mais qui a été déraciné par une rafale de vent d'autan en février 2017, si mes souvenirs sont exacts.

Il était très apprécié des gens des « Cammazes » qui se trouvaient à quelques centaines de mètres du village, car cet arbre avait été planté sous Louis XIV. C'est pour cette raison qu'on le surnommait le roi de la forêt.

La seconde : il y a aussi l'arbre généalogique qui retrace toute la vie d'une famille à partir des arrière grands parents, racines de l'arbre, jusqu'aux bout des branches les arrière petits-enfants.

Petit conseil : Pour définir l'âge d'un arbre sur pied, il faut mesurer la circonférence du tronc à 1 m 50 du sol et diviser par 2,5. Sachant que 1 m 50 suggère environ 60 ans.

Maison d'Accueil Saint-Vincent - Sainte-Croix à Sorèze

L'ARBRE SOURCE DE VIE

L'arbre est à la base un petit fruit qui donne l'immensité dans toutes les étapes de sa vie. Nous allons tenter de les décliner en étant sûr d'en oublier avant de commencer.

La graine de l'arbre se sème par l'être humain, au gré du vent ou animaux qui le déposeront à un endroit hasardeux. Cet arbre, s'il a la chance de devenir un tant soit peu arbrisseau, peut être déjà piétiné, arraché, ou replanté s'il dérange.

Petit arbre tu deviens grand. Ton feuillage vert du printemps te rend majestueux et fort. Tu symbolises la vie par l'oxygène et l'humidité que tu apportes aussi bien à l'espèce humaine, qu'à l'être vivant (animaux, végétaux). Cette forêt amazonienne par exemple, cache peut-être encore des espèces animales qui nous sont encore inconnues.

Les fruits que tu nous offres selon les saisons, de la cerise à la nêfle en passant par la châtaigne, régaleront les papilles des petits et des grands quel que soit le lieu géographique ou culture.

Repus, nous aurons encore besoin de toi pour faire une bonne sieste à l'ombre de ton feuillage.

L'automne arrive, du vert tu passes au jaune orangé. C'est un festival de couleurs que le vent emporte et jonche au sol. C'est la période où tu fais plaisir aux enfants qui cueillent bogues, marrons, hélicoptères et peuvent offrir à leur amourette un bouquet de feuilles colorés.

On taille tes branches mortes pour certains afin de te garder en forme et pour d'autres, les plus fatigués, seront tronçonnés et remplacés.

Ces branches serviront à réchauffer les foyers et l'humus de tes feuilles aideront à l'émergence de ces champignons toujours étranges (trompettes de la mort, chanterelles, bolet...) autour de toi.

L'hiver est là, les cimes sont maintenant blanches. On profite de ce temps rigoureux pour transformer ton tronc en poutre ou planche. Le reste servira à nous chauffer dans l'âtre qui embellit la fête de Noël. Tu participes à ta manière à ces retrouvailles familiales par la présence du sapin coloré, mais aussi dans nos assiettes où champignons, marrons mis à l'honneur par les cuisinières s'invitent à ces festivités. Tu as su trouver ta place pour ceux qui n'auraient pas de cheminée, on a trouvé le moyen de trouver un dessert que l'on appelle bûche.



Toi, arbre chanceux, épargné par le bûcheron, tu te mets en veille pour affronter l'hiver. Ta sève s'est endormie en attendant le réveil du printemps.

A la fonte des neiges, ça y est, l'hiver s'achève, tu reprends force et beauté. Les moineaux reviennent faire leur nid pour redonner la vie. Ta sève se propage jusqu'au bout de tes branches et grâce à ces couleurs verdoyantes dont tu rayannes, tu redonnes du baume au cœur à tous les amoureux de la nature.

**Les résidents du Clos de Siloé
à Roquecourbe**

L'ARBRE

A quoi l'arbre vous fait-il penser ?

G. Y. : Aux Grands Chênes, bien sûr !

« *L'arbré es poulit* »

Traduction : L'arbre est joli

B. P. : « Quand on est dans le jardin, on ne pense plus à rien. »

C. G., M. R. : « *Qué es poulit aquel arbré !* »

L'arbre peut évoquer beaucoup de choses

D. P. : « Des joies pour les enfants »

R. M. : « Il y a le bois de chauffage. »

B. H. : « On le souhaite pour les fêtes. Pour commencer, l'arbre de Noël, c'est la joie pour les enfants. »

D. P. : « La joie des commerçants. »

T. J. : « Ca évoque la nature. On pense que l'arbre nous donne le bois pour faire des constructions, pour brûler. »

D. P. : « Des processions dans le jardin. »

T. J. : « A une matière vivante. Il vit, il change sans cesse d'une saison à l'autre. »

La cueillette

Les arbres à fruits : Le cerisier, le pommier, le poirier, les amandiers, les figuiers, le prunier. Quand ils sont prêts, il faut les cueillir.

D. P. : « Quand on est enfant, il y a des interdits qu'il faut appliquer dans l'arbre. »

T. J. : « Il y a des gros arbres. Dans notre famille, il y en a un, il faut être deux pour l'entourer. »

L'arbre évoque aussi...

B. H. : L'ombre

D. P. : les belles décorations dans les arbres
Noms d'arbres : les sapins, le saule pleureur, le châtaignier, le noyer, le chêne, le frêne

R. M. : « Le chêne, c'est le meilleur pour le bois de chauffage. »

D. P. : Une idée : Suspendre des dragées, des fruits confits, des chocolats que l'on dégusterà à la fête de Noël, au milieu des bougies qui sont très jolies. Et ça plairait aux grands...

T. J. : La cabane dans les arbres : « Mes petits-enfants, ils devaient avoir 12-13 ans, et ils ont continué ça pendant 20 ans, chaque année, tant qu'ils ont été en âge d'aller en vacances. Nous, on faisait semblant d'y dormir et eux, ils y ont dormi pendant 3 nuits. J'ai mon petit-fils de Paris qui revient pour la fête du village. C'est le village de Bouisset, à côté d'Anglès. »

Quels animaux vivent dans les arbres ?

G. C. : « Ceux qui chantent, les oiseaux. Ça égaie la vie. »

R. M. : « L'écureuil. C'est joli, ça mange des noisettes. C'est un destructeur. »



Quelques charades :

Trouvez ces noms d'arbres

- Mon 1^{er} chasse les souris
- Mon 2^e protège mon oreille
- Mon 3^e se trouve au milieu du visage

Réponse : CHATAIGNIER

- Mon 1^{er} est un logement de fortune
- Mon 2^e est un bord de mer

Réponse : ABRICOTIER

- Mon 1^{er} est l'inverse de chaud :
Un temps -----
- Mon 2^e peut s'attacher dans les cheveux

Réponse : FRENE

- Mon 1^{er} est un liquide désagréable qui colle
- Mon 2^e est le verbe « Rire » conjugué à l'impératif

Réponse : POIRIER

Résidence Les Grands Chênes à Saix

"L'ARBRE" C'EST LA VIE



Lors d'une activité, nous avons pu échanger nos idées sur le thème de l'arbre.

Chacun a pu s'exprimer et c'est ainsi que les paroles, expressions ou souvenirs ont pris place sur le papier.

- L'arbre généalogique pour connaître ses origines,
- L'arbre c'est la végétation, la forêt,
- L'arbre c'est oxygène,
- L'arbre médicament avec le Ginkgo Biloba. Il fait partie de la plus ancienne famille d'arbres connue (plus de 270 millions d'années). C'est un arbre très résistant, il a été le premier à repousser après la bombe atomique à Hiroshima en 1945. On le retrouve dans la médecine comme antioxydant et on lui attribue certaines vertus protectrices contre la maladie d'Alzheimer,



- L'arbre symbole de la réunion avec le «sapin de Noël». Réunion et partage,
- L'arbre pour faire «le bois» de chauffage, le papier, la colle, la résine,
- L'arbre dans la construction : pour les charpentes, les maisons en rondins de bois,
- L'arbre dans l'ameublement comme à «Revel», ville connue pour ses meubles de qualité en bois noble comme l'orme, le merisier ou le noyer.
- L'arbre dans la confection de tissus avec le mûrier blanc pour la culture du ver à soie.
- L'arbre dans la vie quotidienne des agriculteurs : fabrication d'outils de jardin, joug pour les vaches, les sabots...



Quelques souvenirs :

- 50 ans en arrière, mon fils m'a ramené un noyer qu'il avait planté à l'école. Je l'ai replanté dans le jardin près de la maison aujourd'hui il fait plus de 10 m de haut.
- Pour marquer la naissance de sa fille «Olivia» mon fils a planté un olivier le jour même de sa naissance.
- Nous avons replanté le sapin de Noël dans le jardin, le jour d'une communion nous avons fait la photo de famille juste à côté.
- Il faut regarder la lune lorsque l'on taille les arbres. C'est à la lune vieille qu'on coupe le bois.

Dicton connu de tous : «A la Sainte Catherine, tout bois prend racine».



LES 4 SAISONS DE L'ARBRE

Nous sommes tous d'accord pour dire que dans le jardin de notre « Maison » nous aimons bien l'été nous retrouver sous le grand cèdre du Liban. L'hiver, quand il est couvert de neige c'est un magnifique paysage qui nous rappelle les sorties dans notre Montagne Noire.

Tout près de là ; il y a un « Albizia », celui-ci se couvre de pompons roses après la floraison, il est splendide et rappelle plutôt les vacances en bord de mer. L'olivier a été planté un peu plus tard en contrebas bientôt il nous offrira de belles olives que nous préparerons à notre façon. En attendant nous profitons bien de ce coin de verdure en plein village.

**Les résidents
de la Maison d'Accueil
de Sorèze**



Voici le printemps,

Les beaux jours résonnent

Et l'arbre bourgeonne

Il deviendra grand.

Paré de ses belles feuilles,

Son ombre nous accueille

Pour de belles soirées d'été

Avec nos amis bien aimés.

Voici l'automne

Et ses jours monotones,

L'arbre s'habille de ses couleurs mordorées

Et ses feuilles, sur le sol, finissent par tomber.

Ses branches sont dénudées,

L'hiver est arrivé ;

Encore de nombreux jours

Pour qu'il se pare de ses atours.

**Les poètes de La Mazière
à Cordes sur Ciel**



LES RÉSIDENTS DE LA PASTELLIÈRE À SAÏX VOUS PRÉSENTENT LEURS RECHERCHES ET LEURS TÉMOIGNAGES...



M^{me} Do Nascimento ouvre la réflexion en soulignant que le premier arbre est représenté par le pommier avec Adam et Eve

Recherche internet :
L'arbre le plus ancien de France, de Roquebrune-Cap-Martin (Alpes Maritimes)

Celui-ci atteint une circonférence de 23,5 m et une hauteur de 15 m, il a plus de 2 000 ans.

Lorsque le mot arbre a été évoqué, les souvenirs ont ressurgis...

L'arbre de la cour de mon école

- Je me rappelle du grand arbre dans la cour de l'école. Il nous protégeait du soleil. Nous organisions une ronde et en chantant nous faisons le tour de l'arbre.

M^{me} Bardou M

- J'ai également le souvenir du tilleul dressé dans la cour de l'école privée. Nous ramassions les fleurs pour les faire sécher afin d'élaborer la tisane.

M^{me} Gastou Huguette

L'arbre de tous les secrets...

- Les amoureux pouvaient s'attarder sous le beau feuillage d'un arbre et échanger un baiser furtif à l'abri des regards. Il était aussi un point de rendez-vous pour les pique-niques, les jeux d'enfants... Même les animaux pouvaient y trouver repos et fraîcheur.

L'arbre pratique

- Je me rappelle la cabane que les garçons avaient construite dans l'arbre, ce sont des beaux souvenirs d'enfance.

M^{me} Do Nascimento M

- A la campagne loin de la route, il y avait une caisse pendue à l'arbre pour que le boulanger puisse y déposer le pain et autres denrées pour la famille.

M^{me} Bardou Madeleine

- Les arbres ont souvent servi à délimiter les parcelles, les habitations ou les routes. Chez nous il y a beaucoup de platanes et de peupliers.

Anonyme

- Le chêne servait à fabriquer les charpentes, c'est un bois très dur.

M. Brugier C

- On installait souvent les toilettes au fond du jardin attenant à un arbre
- Les arbres cachent de nombreuses habitations ! Les oiseaux peuvent nicher, se cacher et se nourrir.

M^{me} Bardou M

L'arbre est utile pour fabriquer du papier

L'arbre gourmand

- Chez moi à Lescout, j'avais des pins. Quand les pignes tombaient on les ramassait pour récupérer les « pignous » c'était très bon, puis nous gardions les pignes pour le feu.

M^{me} Toulze Y

- Dans mon jardin, j'ai le souvenir d'abricotier, de cerisier, de pommier et de figuier. Nous ramassions les fruits pour la confiture. Quel bonheur de cueillir les fruits !

M^{me} Bardou M >

Les arbres où aiment bien pousser les champignons : chêne, sapin hêtre (cèpes), frêne (morilles)

L'arbre « expérience »

- Mon mari adorait les arbres, il s'amusait à greffer diverses variétés mais toujours en restant dans la même catégorie de fruits (variétés de prunes...)

Anonyme

- Nous avons planté une datte devant notre maison et maintenant il y a un très grand palmier dattier !

M^{me} Gastou H

L'arbre qui pique

- Le premier arbre qui me vient à l'esprit, c'est le marronnier ! Je me rappelle lorsque les bogues nous tombaient sur la tête, cela faisait très mal !

Barthes M-T

- J'ai en tête un souvenir des promenades en famille le dimanche. Il y avait une allée jonchée d'énormes marronniers. Enfants, nous ramassions les marrons pour les jeter dans l'Agout. Nous faisons une pause sur les bancs ombragés et parfois des bogues venaient piquer notre cuir chevelu ! J'aimais ramasser également les grandes feuilles pour les dégarnir.

S.A



Le jeu des associations

- Si je vous dis ----- vous pensez à -----

Cocotier : bikini, soleil, mer, plage, noix de coco, sable

Chêne : force, gland, meuble, ombre, champignon, cathédrale de Notre dame

Olivier : olive, huile, paix, colombe, le Midi

Marronnier : école, bogue

Châtaigner : balade, ramasser, confiture, grillée, rassembler, veillée

Tilleul : tisane, ombrage, parfum

Peuplier : limitation de parcelles, bordure, ruisseau

Sapin : Noël, montagne, fête

Frêne : morilles

Les symboles de l'arbre

Pour la plupart des résidents l'arbre est symbole de vie, de force et d'espoir. Nous avons besoin des arbres pour survivre, ils absorbent beaucoup de carbone et rejettent de l'oxygène. Le feuillage et les racines filtrent l'eau de pluie naturellement. Ils abritent également une multitude de faunes et de flores.

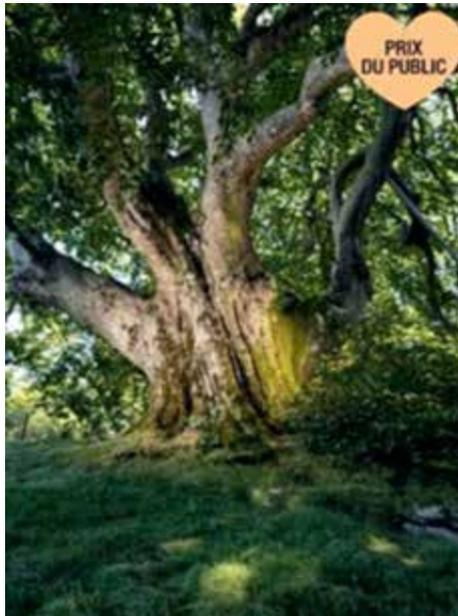
L'arbre généalogique a été abordé mais succinctement, il ne reflète pas l'intérêt des résidents.

CONCOURS ARBRE DE L'ANNÉE PRIX DU PUBLIC POUR LE HÊTRE DE SAINT-JAMMES À SORÈZE

Le hêtre de Saint-Jammes a reçu le prix du public au concours national de l'arbre de l'année 2019 organisé par le magazine Terre Sauvage et l'Office National des Forêts !

Le majestueux hêtre de Saint-Jammes situé à Sorèze vient de recevoir à Paris le Prix du public du concours « Arbre de l'année ». **La Puylauren-taise Laetitia Souloumiac**, qui avait inscrit l'arbre au concours, a reçu ce Prix, « très émue par la mobilisation de tous ». Grâce à cette mobilisation et 7560 votes, cet arbre tarnais remporte ce concours organisé depuis huit ans par le magazine Terre Sauvage et l'Office National des Forêts qui récompense chaque année les plus beaux arbres du patrimoine tarnais.

Ce colosse trône depuis plus de **450 ans** dans le Tarn, au cœur de la région Occitanie, dans le Parc Naturel Régional du Haut Languedoc, tout près des ruines de la chapelle préromane plus connue sous le nom



de Saint-Jammes de Bezau-celle datant du XI^e siècle. Cela fait de lui, le plus vieil arbre de la Montagne Noire.

Du haut de ses **20 m** et d'une **circonférence de 5,80 m**, il fascine les habitants de la région et les touristes depuis de nombreuses années. Cet arbre légendaire est le témoin de notre histoire et a vu de nombreux pèlerins passer devant lui pour se rendre à la chapelle.

Merci à tous pour votre mobilisation et vos 7560 votes !



La Puylauren-taise Laetitia Souloumiac qui a œuvré pour l'élection du hêtre de Saint-Jammes

A.J.R.T.

Association pour le Journal
des Résidents du Tarn

Site : ajrt.org

Tél : 05 63 61 02 08

Adhésions :

Individuelle : 20 €

Etablissement : 65 €

par chèque à l'ordre de AJRT
ou mandat administratif

Siège social

Villégiale Saint-Jacques
Place Carnot - 81108 Castres Cedex
05 63 71 63 02

savin.sacro@wanadoo.fr

Sur le Banc - N° 38

ISSN 1625-774X

Dépôt Légal septembre 2020

Directeur de la publication

et Rédacteur en chef

Laëtitia SOULOUMIAC

Comité de rédaction

Animatrices :

Stéphanie ASLANIS

Martine BENEZETH

Christelle BERNADOU
Marie-Christine BOUISSET

Inès CAMPS

Dominique COLOMBEL

Elodie CZAKO

Myriam CROS

Danièle LAGOUTE

Dominique PARADIS

Daniel SARGUEUX

Catherine SEBE

Directeurs :

Francis CERDAN

Pierre LEMETTRE

Bruno MARTEN

Concepción SICH

Alric SOUCHON

Résidents :

Madeleine BARDOU

Claude BRUGIER

Claire CALVET

Yvette CHABBERT

Bernadette CLAVEL

Christiane NIERAT

Lucette ROUANET

Lucette SALVETAT

Marcelle SANCHO

Jeanne VANBAELINGHEN

René VINANTE

Fabrication-Maquette

Photogravure-Impression

Reliefdoc Imprimerie :

05 61 24 49 98



PEFC[®] 10-31-2959 / Certifié PEFC