



remèdes et astuces d'autrefois

N°25 - 2^e semestre 2013



sommaire



Edito



p2



La parole aux
résidents



p3 à p24

Remèdes et astuces d'autrefois ... avant l'arrivée des articles je me disais qu'ils allaient tous se ressembler !

Mais non ... Nombreux ont été les résidents à raconter leurs astuces, les remèdes, dont certains relèvent de la médecine et je me dis que, à cette époque, la sécurité sociale n'était pas en déficit tel qu'actuellement !

Des articles donc variés, amusants également. Merci aux résidents, aux animatrices qui les accompagnent dans la mise en forme et la rédaction des articles.

Cette année 2013 verra la parution de deux journaux contrairement à l'année 2012 (un seul).

Cela pourra se faire grâce aux adhésions de certains établissements et quelques personnes mais aussi par les dons d'associations : CONVIVAGE et les ANYSETIERS de CASTRES-SIDOBRE. Don également de JADER-ASSISTANCE ONCOPOLE à TOULOUSE (voir une publicité dans ce journal).

Merci donc ainsi qu'à la Mairie de Castres, fidèle à sa subvention annuelle. Le Conseil Général du Tarn n'a pas encore donné sa réponse à l'heure de l'écriture de cet éditorial.

Ainsi l'AJRT va pouvoir continuer à vivre... D'ailleurs le thème du prochain journal a été choisi : il s'agit « des animaux » dont la parution est programmée pour le premier semestre 2014.

Francis CERDAN
Président A.J.R.T



Le thème du prochain numéro
« Sur le Banc » sera :
Les animaux

SI JEUNESSE SAVAIT, SI....

L'atelier mémoire de ce lundi matin a pour thème les bonnes recettes et astuces de nos grand-mères, qui se transmettent de génération en génération.

Antoinette Gaubert : Moi, je me souviens que pour enlever une tache, ou pour raviver un tissu noir, ma grand-mère utilisait du café noir chaud. Elle trempait la brosse dans le café et elle brossait le vêtement, il ressortait impeccable.

Raymonde Pujol : J'en avais noté beaucoup ; mais j'ai donné mon cahier à ma petite fille. Par exemple, je connaissais une prière pour arrêter le feu.

Charly Séverac : Moi, pour arrêter le feu, j'appelle les pompiers!

Marie-Rose Béziat : Quand j'étais petite, je m'étais brûlée et ma mère m'a emmenée voir un monsieur qui m'a mis de l'encre sur la brûlure.

Raymonde Pujol : Pour arrêter le feu provoqué par une piqûre de guêpe par exemple, il faut frotter avec trois herbes différentes.

Antoinette Gaubert : Autrefois on faisait la lessive sur le feu. On mettait de la cendre pour enlever les taches et pour blanchir le linge et des feuilles de laurier pour que le linge sente bon.

Guy Rouquier : Vous utilisiez le laurier un peu comme un désodorisant parce que par exemple on peut aussi utiliser du citron pour se laver les mains quand on a touché quelque chose qui ne sent pas très bon.

Raymonde Pujol : Ah ! Je sais que pour enlever une tache de vin sur une nappe blanche il faut la recouvrir de sel.

Charly Séverac : Je connais une astuce pour soigner le mal à la gorge. Enfin, pour cela il faut avoir une cheminée. Alors, il





fallait faire rougir un pique-feu dans le feu, prendre un bol de lait chaud et un morceau de sucre. On plaçait le sucre au-dessus du bol de lait et au fur et à mesure on le laissait fondre. Cela faisait un caramel qui se mélangeait au lait et c'était fameux. En plus, on pouvait y rajouter quelques gouttes de rhum. Mais ça, c'était au goût de chacun... Je connais aussi une bonne recette pour conserver les œufs durs. Moi, lorsque j'étais mobilisé à Toulouse, je prenais des œufs pour la semaine, et j'avais toujours des œufs impeccables. Je les enveloppais tout simplement dans une feuille de papier journal.

Denise Durand : Nous, pour conserver les œufs frais, on les mettait au milieu d'un tas de grain de blé, et ils se conservaient longtemps.

Marie-Rose Béziat : Est-ce que vous connaissez l'astuce qui permet de faire la différence entre un œuf frais et un œuf, disons, qui l'est moins ? Il suffit de le mettre dans un verre d'eau, s'il tombe au fond il est frais, s'il flotte il ne l'est plus.

Raymonde Pujol : ah ! Et lorsque vous ratez une mayonnaise, pour la rattraper il suffit de délayer dans un autre récipient, une cuillère à café d'eau froide avec une

cuillère à café de mayonnaise ratée, et avec un fouet on continue à monter la mayonnaise en incorporant petit à petit le reste de mayonnaise ratée.

Antoinette Gaubert : Moi, je faisais la même chose, mais au lieu de mettre de l'eau froide, je mettais un peu plus de moutarde.

Denise Durand : Eh oui, enfin tout ça ce sont des astuces de grand-mère maintenant les jeunes, ils ne le savent plus tout ça...

Ehpad Saint-Joseph Mazamet

L'expérience d'une équipe à vos côtés

ASSISTANCE MÉDICO-TECHNIQUE À DOMICILE

Assistance respiratoire
Pression Positive Continue (PPC)
Perfusion
Nutrition
Insulinothérapie par pompe
Matériel de maintien à domicile
Dom' Accueil

N° Vert 0 800 801 108
Permanence 24 h/24 et 7 jours/7
www.sadir-assistance.com

La force d'un réseau national fédéré par l'Antadir

Les Antennes Sadir de Midi-Pyrénées

Siège social
ZAC de la Grande Borde
Voie l'Occitane - BP 87555
31675 LABEGE CEDEX
Tél : 05 62 884 334
Fax : 05 62 884 335
contact@sadir-assistance.com

Antenne des Pyrénées
Route de Pau - Km 5
Centre Commercial « EQUIP'MAISON »
65420 IBOS
Tél : 05 62 884 334
Fax : 05 62 884 335

Antenne de Rodez
Bel Air
Rue des Charpentiers
12000 RODEZ
Tél : 05 65 730 830
Fax : 05 65 730 839

Antenne du Quercy
Lieu-dit Regourd Sud
44000 CAHORS
Tél : 05 65 20 60 80
Fax : 05 65 20 60 89

Antenne d'Albi
105 Av. du Maréchal De Lattre
de Tassigny - 81000 ALBI
Tél : 05 62 884 334
Fax : 05 62 884 335

41 agences en France :
Albi - Angers - Angoulême - Ambilly
Auxerre - Bayonne - Bordeaux - Briçon
Briey - Caen - Cahors - Dijon - Fougères-
les-Liens - Gap - Golexy - Grenoble -
Isnaville - Le Havre - Le Mans - Limoges
- Loos - Mulhouse - Mundolsheim - Nancy -
Nans Grésains - Orvaux - Pau - Poitiers
- Reims - Rochefort - Rodez - St-Avoid -
Tarbes - Toulouse - Tours -
Guadeloupe - La Réunion - Nouvelle
Calédonie - Tahiti

■ Studio Pyrene - Toulouse - Crédits photos: P. M. 2011

REMEDES ET ASTUCES D'AUTREFOIS EN VALLEE DU THORE

L'épidémie de grippe qui a sévi dans la Vallée du Thoré nous a amenés tout naturellement à parler des remèdes d'autrefois si efficaces à nos yeux.

LE PLUS SPECTACULAIRE : LA VENTOUSE



M^{me} CAUMETTE : on allait l'acheter à la pharmacie, c'était comme un pot de yaourt en verre

M^{mes} PONS et SEGUY : On mettait de l'alcool dans un bocal on y trempait un bâton qu'on enflammait pour badigeonner l'intérieur de la ventouse, ensuite on la fixait sur la peau essentiellement dans le dos

M^{me} FERRAND Juliette : la peau montait, devenait noire parfois, le « mal » sortait par là !!!

Toutes d'accord pour dire que ce remède est très ancien puisque leurs grands parents l'utilisaient, mais quand même très efficace autant que tous les médicaments d'aujourd'hui !!

LES CATAPLASMES

Contre la bronchite :

M^{me} GLEIZES : le plus répandu était le cataplasme à la moutarde

M^{me} FERRAND Netou : On trempait un chiffon dans de l'eau très chaude puis on l'essorait fortement, on mettait dessus de la farine de moutarde achetée à la pharmacie, on repliait le chiffon en deux puis on appliquait sur la poitrine. Il fallait le garder le plus longtemps possible, on avait la peau très rouge !! C'était assez difficile à supporter.

Contre les rhumatismes :

M^{me} PONS : le cataplasme à la feuille de chou, il fallait appliquer des feuilles de chou ramollies contre l'endroit douloureux, généralement les articulations, on plaçait une bande pour les maintenir et on gardait le cataplasme quelques heures.

REMEDES A BASE DE PLANTES

Contre les verrues :

M^{me} PONS : on utilisait une plante qui s'appelait la Chélidoïane, on coupait la tige et faisait couler la sève sur les verrues, celles-ci séchaient et tombaient quelques jours après



Contre les panaris :

M^{me} FERRAND Juliette : on faisait une décoction avec des fleurs de lys et de l'huile et on trempait le doigt dedans pour guérir le panaris

Contre les piqûres d'insectes :

M^{me} PONS : On passait trois qualités d'herbes différentes sur la piqûre et le tour était joué

**Les résidents de la Résidence du Parc
à SAINT AMANS SOULT**

LES REMEDES ET ASTUCES D'AUTREFOIS FAITS A BASE DE PRODUITS NATURELS



Pour se débarrasser des poux : utiliser un peigne fin spécial à plusieurs reprises pour les faire tomber, ou imbiber les cheveux de « Marie-Rose », le soir recouvrir la tête d'un linge bien fermé. Les poux seront morts au petit matin étouffés.

Pour calmer les brûlures : Râper une pomme de terre sur la brûlure, le contact avec ce légume apaisera la douleur.

Pour le saignement de nez : Mettre une clef dans le dos, le froid stoppera le saignement.

Contre le hoquet : mettre un couteau dans l'eau et la boire.

Contre les orgelets : Passer délicatement de la crème de lait sur l'œil le soir. Le matin au réveil, l'orgelet aura mûri et aura éclaté.

Contre les plaies : Il existe une plante « herbe de tout mal » qui aide à cicatriser, ou mettre des pétales de lys blancs dans de l'alcool, cela a également un pouvoir cicatrisant.

Contre la mycose : Faire un bain d'aigremoine (plante qu'on trouve dans les fossés, les prés et les bois)

Contre les angines : mélanger de la glycérine et teinture d'iode, appliquer la substance sur un coton fixé à l'extrémité d'un bâton et badigeonner le fond de la gorge (amygdales). Gargariser ensuite la bouche avec une tisane de cœurs de ronces (l'extrémité des tiges). « Méthode Sancho » : faire un cataplasme de farine de lin, imbiber une gaze, l'entourer d'un bas en nylon autour du cou.

Les ventouses : Ampoules de verre à utiliser pour produire sur la peau une congestion.

Contre les coups de soleil : mettre un tissu mouillé sur le « coup de soleil », ou un verre d'eau sur la tête. Avec la chaleur l'eau va bouillir.

Contre les verrues : mettre du lait de figue sur la verrue.

Contre les otites : mettre un peu de lait maternel dans l'oreille.

Contre l'odeur du chou-fleur : mettre un quignon et du sucre dans l'eau de cuisson.

Pour les flacons : pour redonner tout leur éclat aux flacons, on les frotte avec un mélange d'alcool à brûler et du blanc d'Espagne.



**Les résidents de la Pastellière
à SAÏX**

REMÈDES ET ASTUCES D'AUTREFOIS QUI ONT MARQUÉ NOTRE JEUNESSE



La farine de lin ou de moutarde, que l'on achetait en pharmacie, servait à préparer des cataplasmes chauds pour dégager les bronches et soigner les rhumes (M^{me} Thuriez).

On l'étendait sur une serviette, on disposait ensuite une petite mousseline dessus pour éviter les brûlures sur la peau. On faisait ensuite le tour du thorax en laissant agir 10 minutes (M^e Malan). La ouate thermogène était aussi efficace.

Les ventouses servaient à soigner les bronchites et les rhumes dans de nombreuses familles. On enflammait un coton placé imbibé d'alcool que l'on mettait dans la ventouse, on la déposait à même la peau. On positionnait les ventouses sur le dos, sur les épaules. Cela faisait ensuite gonfler la peau et en tirait l'eau et le sang. Quand la peau devenait noire, au bout de 10 min on la soulevait de la peau ; on attendait quelques jours pour voir des effets mais cela brûlait. On les achetait en pharmacie ou au marchand de vaisselle sur le marché.

M^{me} Combes nous raconte qu'en broyant la seconde peau de l'oignon, en la mélangeant avec du lait puis en le posant en cataplasme sur la main, on soignait les panaris, les boutons et les furoncles, tout comme la fleur de lys macérée dans l'alcool ou le pain de mie, trempé dans du lait chaud.

« Quand on a mal au dos, il faut saucer 9 fois son doigt dans un verre d'eau chaude » (M^{me} Jalbaud).

Autrefois, pour soigner les otites, on allait chez une voisine qui venait d'accoucher pour lui demander du lait maternel que l'on déposait dans l'oreille malade. Cela marchait aussi avec du lait de jument (M^{es} Julia et Owezareck).

Dans certaines familles, les anciens se purgeaient à chaque changement de saison en buvant de la tisane à base de sauge. Cela était réputé pour faciliter la digestion et nettoyer les intestins.

On faisait infuser de la camomille pour se nettoyer les yeux car à l'époque les collyres pharmaceutiques n'existaient pas.

On buvait le liquide que l'on récupérait du radis noir suspendu dans un verre pour soigner les rhumes (M. Derruder).

On confectionnait de l'eau de noix avec des noix vertes avec leur peau, on écrasait le tout dans un presseur et l'on faisait macérer le jus des noix avec du sucre et de l'alcool. Cela servait à soigner les maux de gorge, chaque famille en disposait et c'était aussi utile pour la digestion (M^{mes} Button, Thuriez et Mons).

L'ail était très bon pour soigner les problèmes de tension ; écrasé il faisait aussi disparaître les cors aux pieds. Pour assécher les verrues, on utilisait le suc de la tige d'ortie ou le liquide laiteux de la figue.

On brûlait des feuilles de chou blanc des deux côtés que l'on posait ensuite sur le genou pour évacuer l'eau des genoux (M^{me} Combes).



En Sibérie, l'été on se fouettait mutuellement lorsqu'on sortait du bain avec des brassées d'orties pour faire circuler le sang (M. Vardalas).

M^{me} Molinier nous raconte que lorsque l'on est brûlé et que la personne pouvant arrêter le feu n'est pas là, en pensant à cette personne et conjointement en faisant le signe de croix sur l'endroit brûlé, cela peut atténuer la douleur.

M^{me} Azam se souvient qu'à l'âge de 14 ans, on avait utilisé des sangsues pour soigner sa grand-mère. Elle avait été écoeuvrée de voir qu'on les mettait derrière les oreilles pour sucer le sang. Cela soulageait soit disant les maux de tête.

On les déposait ensuite dans de l'eau pour qu'elles se vident de leur sang, elles ne se conservaient pas longtemps, on les achetait chez le pharmacien.

Un résident se souvient une fois s'être cassé une côte et avoir eu recours aux soins d'un guérisseur, M. Douat qui était facteur à Revel.

Comme c'était un voisin, ce dernier lui avait proposé de le soigner. Il a enlevé les bandes posées en amont par le docteur, lui a mis des compresses à base d'orties et au bout d'un mois, il était de nouveau sur pieds.

**Les résidents des EHPAD
« Résidence de l'Etoile et
Résidence Jean Joseph Roquefort »
Centre hospitalier de Revel**



SOLUTIONS RADICALES

Contre les ronflements : A l'armée on prenait les souliers de celui qui ronflait (gros souliers avec des clous dessous), on les raclait l'un contre l'autre, de plus en plus vite, le ronfleur suivait le rythme, jusqu'au moment où ça devenait trop rapide et...il se réveillait ! de rage, il jetait les souliers par la fenêtre, sans se rendre compte que c'était... les siens !!! M. Palazi et M. Montagné

Pour rendre aimable sa belle-mère ! : « Essayer de la séduire ! » M. Montagné

« S'il n'y avait plus de belle-mère, il n'y aurait plus de fille à marier ! » M^{me} Mattioli

Pour se débarrasser des puces : « Il suffit de les castrer ! » M. Palazi

Contre le rhume : « A l'armée, en 1956, on dormait la fenêtre ouverte et sans chauffage, on n'avait pas de rhume de tout l'hiver ! » M. Palazi

A la campagne : « Quand on dépouillait le maïs, on gardait les feuilles tendres, on les faisait sécher en les remuant de temps en temps ; on en faisait les paillasses des lits ou des landaus, mélangé avec de la balle d'avoine. » M^{me} Mauriès

Ces plantes simples qui nous soignent : Les infusions qui calment : le tilleul, on infuse les fleurs séchées

La camomille et la verveine qui sont digestives.

Avec l'aubier de tilleul (la 2^e écorce), on en fait un cataplasme contre les brûlures.

Le sureau est, lui, utilisé, pour faire transpirer.

Les plantes diurétiques : le chiendent et les queues de cerise.

Pendant la guerre, on se servait des barbes de maïs comme cigarettes, ce n'était

pas fameux ! Et les feuilles de tomates servaient de papier à rouler..

Contre les piqûres d'insecte, il faut se frotter avec 3 plantes différentes.

La fleur de lys : on met le pétale de la fleur fraîche à macérer dans de l'alcool, on applique le pétale sur la plaie et on en fait un pansement.

Contre les maux de gorge : le radis noir, la ronce en tisane ou en gargarisme.

La sauge, elle, est un bon dépuratif, ainsi que la centaurée.

Le purin d'ortie : on en arrose les plantes au jardin, contre les pucerons ; pendant la guerre, ça soignait tout !

Contre les rhumatismes, il faut mettre un marron dans la poche... !

La fougère, elle, sert de litière aux animaux, c'est un antiparasitaire.

La tanaïsie était utilisée pour les animaux, pour les faire ruminer.



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

LA MEDECINE POPULAIRE

Les principes de la médecine populaire dans la Montagne Noire et le pays castrais ne sont pas différents de bien d'autres régions de l'Europe et du Monde qui connaissent des variantes sur les mêmes bases.



Cette région a échappé à la grande sorcellerie telle qu'elle a sévi dans les pays du nord à part l'affaire de Labruguière à la Récuquelle.

La culture agro-pastorale conditionne une vision magique du corps. Cette conception vient du fond des âges et a été habillée par le christianisme pour la rendre acceptable, par le culte des saints. Il s'y rajoute des croyances à des êtres fantastiques, et même aux esprits des disparus.

Derrière les rites, les conjurations, on devine l'angoisse du monde paysan devant des phénomènes difficiles à expliquer. Les cycles climatiques sont bien connus et les rythmes de la végétation sont accompagnés par le parcours religieux annuel rituel.

L'évolution de la pensée se fait en **4 étapes schématiques** non exclusives les unes des autres.

1. LA MEDECINE POPULAIRE :

La logique de l'empirisme et l'usage des choses simples utilise leurs actions les plus évidentes. Par exemple, le froid sur la céphalée ou la compression sur l'hémorragie nasale, ainsi que l'usage du thym, serpolet, coquelicot...

2. LES CROYANCES se transmettent sans trop de critiques :

Si la grêle a été évitée à Anglès, c'est que le curé a lancé son chausson à la nuée... Pour chasser les souris de l'étable, il faut enfermer un crapaud dans une cruche...

3. L'IRRATIONNEL arrive :

Les bergers ne compteront pas les agneaux = ils feraient « la part du loup »... Les anneaux faits à partir de l'argent récolté à l'offertoire de la messe guérissent des convulsions...

4. Alors arrive LA MAGIE ORDINAIRE : dont les conseils sont donnés à voix basse.

Une vieille faux, pointe en l'air, empêche **les renards** d'attaquer les poules... quoiqu'il vaudra mieux **faire le pari** : rite complexe autour du poulailler pour éloigner le renard, mais surtout les œufs extraits du périmètre protégé ne devront pas y retourner, sous peine de rompre le pari.

Un bâton en travers de la porte du four conjure les mauvais sorts sur la fournée.

La frontière entre les différentes étapes est difficile à établir car l'une n'exclut pas l'autre et les associer augmente les chances de réussite.

Deux exemples :

Au XVII^e siècle Richard Napier, médecin et pasteur anglais, prie pour la guérison de ses malades auxquels il donne des remèdes et des images magiques et des amulettes.

La rougeole : la fièvre intense et la longueur de l'invasion augmentent la gravité et l'inconfort, et lorsque l'éruption apparaît, la défervescence est progressive, ainsi que l'amélioration. >

Donc, dans un premier temps, on augmente la température par des vêtements en espérant aller plus vite vers l'éruption. La laine arrive bientôt, et le pull-over rouge suivra.

Mais alors, QUI SONT LES ACTEURS :

Le SORCIER, SORCIE : C'est un homme, être maléfique qui appartient à une catégorie para-sociale. On en parle beaucoup mais on le voit peu. Il faudra conjurer le mauvais sort qu'il a lancé.

Le DIABLE a laissé des marques sur son corps, à savoir les 4 B : BOITEUX – BOSSU – BEGLE – BIGLEUX...

Il peut transmettre le don quand il le veut et surtout à sa mort : « **Doné mé la ma !** », mais si on ne veut pas de ce don encombrant, on ne touchera pas la main d'un sorcier mourant.

En pays castrais, celui qui se sait sorcier essaiera de « se retenir » en nouant une étoffe à son mollet -- **la cambialé** – ce qui fait que devant un personnage suspect on dira à l'oreille de son voisin : « **Agatsa, aquèl porta la cambialé !** ».

La DIVINHAÏRE, La TIRAÏTZ DE VOTZ, La TIREUSE DE VOEUX : C'est une femme, plutôt médiatrice, son rôle est secret, mais on la connaît : « Sap fa ! », elle sait « ce qu'il faut faire » pour telle ou telle maladie. Elle connaît le sanctuaire, le saint les plus propices à la guérison. Elle indique le rituel et veille à son exécution =

En général il s'agit d'une **neuvaine** de prières (3x3) puis une messe. Ensuite, on ira au lieu de dévotion **le jour prescrit**. Enfin une messe d'action de grâce dont l'aumône s'appelle « **payer le vœux** », sera dite. S'il s'agit d'un enfant, il sera présent, l'adulte fera les rites à sa place.

Les EMPIRIQUES, les CONTRE-SORCIERS, les GUERISSEURS, les ADOUBAÏRES, les RENOUEURS.

Divers empiriques tentent de soulager leurs semblables. De simples détenteurs de secrets jusqu'à des guérisseurs de réputation incontestable ; les renoueurs font profession de remettre les os disloqués et les côtes enfoncées ou rompues.

Nous en citerons quelques un(e)s : La féna de Galigai de Saint-lieux-les-lavaurs, la féna de Mondragon, le célèbre Dougados de Labastide-Rouairoux.

Toutes ces Pratiques sont traversées par des constantes :

L'eau, le feu, le chaud, le froid, les nombres, les jours signifiants, les sympathies, les signatures, les analogies, les amulettes préventives, les objets qui font circuler la maladie ou porteurs de forces occultes, les retournements, les déplacements, la transgression, le animaux bizarres ou impossibles, les lieux spéciaux, les pierres et enfin les sanctuaires réputés.

Nous allons nous intéresser à quelques unes de ces constantes.

L'EAU

Élément déterminant, de symbolique multiple, l'eau par excellence de nature féminine. Régénératrice, elle est souvent calme, bien que parfois brutale.





Source de vie, ses rapports à la **LUNE** la mettent en relation avec les **rythmes de la vie féminine** et aussi avec tout ce qui croît, les plantes, les cheveux...

Les eaux sont **thérapeutiques, purificatrices, lustrales, magiques ou dangereuses** ; Paracelse, que les croyances perpétuent, dit que l'eau exposée à la lumière de la lune est néfaste.

Au sein des eaux on trouve partout en Europe les **DAMES DES EAUX**, femmes aux longs cheveux dont fait partie la **SAURIMONDE** à Mazamet, qui a laissé échapper son peigne d'or dans l'Arnette.

On y trouve aussi le **MECHANT DRAC**, cheval à taille multiple qui noie ses passagers, bien qu'il soit aussi **un fassillière facétieux** qui met la selle à l'envers alors que le garçon d'écurie l'avait bien assujettie, ou qui défait la belle tresse réalisée à la queue du cheval.

Dans les **MARES MALEFIQUES** comme à Sorèze le personnage qui s'y baignera la nuit deviendra LOUP-GAROU ...

L'eau entre dans de nombreuses recettes : bien sûr, pas de **tisanes** sans eau, mais on gardera **la neige fondue** de l'hiver précieusement... La rosée cueillie tôt le matin a aussi des pouvoirs reconnus.

Les fontaines et les sources sont des lieux de guérison de très longue date

qui ont souvent été récupérés par une sanctification chrétienne : nous citerons AVENE, SAINT-MEEN (Aveyron) dont les vertus dermatologiques sont encore reconnues, La SALVETAT, vendue en supermarché, SAINT-THYRSE (Labruguière) qui guérissait les ophtalmies.

Cependant, quelques unes restées « païennes », comme LA FOUN DE SANTAT à Lacabarède...

LE FEU

Cet élément est opposé à la précédente : masculin par excellence, en rapport avec le **SOLEIL**, ainsi qu'avec le **CHAUD** et le **SANG**. Il a bien sûr des fonctions prophylactiques, préventives, curatives, il est même la purification maximale.

Les **FEUX SACRES** sont centrés sur les solstices, cela remonte à la nuit des temps et ont été récupérés durant les nuits de la **Saint-Jean Baptiste** et la nuit de **Noël** sont animées de feux. Si Noël centré sur le solstice d'hiver est une fête **familiale** d'intérieur, la Sain-Jean au solstice d'été est fête **sociale** d'extérieur. C'était le jour où les futurs mariés se déclaraient publiquement à la communauté. Son avatar moderne paraît être la fête de la musique.



Les bûches brûlées ces jours là, et leurs **cendres**, conservent des vertus magiques qui préservent les bergeries, les poulaillers ; les cendres de Saint-Jean sont >

mélangées à une omelette dans les rites du PARI, conjuratoire du renard.

Par ailleurs, la **SAINT-JEAN** est une **NUIT surnaturelle** qui communique à la **rosée** et aux **herbes** cueillies en ce jour là (à l'aube) des forces magiques. On voit là l'alliance des deux éléments EAU et FEU...

Les fameuses herbes de la Saint-Jean sont nombreuses et mériteraient un chapitre spécial. Retenons la **YEBLE**, Herbe aux Sorcières, Sambucus nigra, qui est le sureau aux vertus très connues, ainsi que la **VERVEINE**, Herbe aux Sorciers....

IL Y A BIEN D'AUTRES CONSTANTES au cœur desquelles le **SECRET** est essentiel dans les rites, pour celui ou celle qui accomplit le rite ainsi que pour celui ou celle qui l'a initié. Ainsi on arrête le **FEU** ou le **ZONA** au secret, c'est bien connu... Les formules sont marmonnées, les gestes doivent être discrets, rapides... Les sorts sont toujours jetés en cachette... Il est classique que lorsque l'on conjure les **VERRUES** ou les **FIEVRES** l'objet est jeté par dessus l'épaule, sans regarder le résultat...

LES NOMBRES ont valeur magique. Le chiffre le plus souvent rencontré est le 3, ou ses multiples, par exemple dans la neuvaine de la devinaire.

Le 7 se trouve aussi : le 7^e garçon d'une famille a les mêmes pouvoirs que les rois thaumaturges sur les écrouelles. Il a aussi le don de double vue et peut entrer en contact avec l'au-delà...

Notre époque serait-elle plus rationnelle ? Citons très simplement les très nombreux mariages célébrés le **7 VII 2007**, et que dire aussi du **21 XII 2012** où cette date a fait jaser sur la fin du monde dont nous avons réchappé...

LES JOURS SIGNIFIANTS sont largement respectés comme le vendredi, la Saint-Jean et les Rogations dont trouve la trace jusque dans les années 1950. Certaines heures sont favorables aux rituels : minuit, l'aube.

Le mois de MAI connaît des restrictions un peu partout ; en M.N. « il n'est pas convenable de se marier à une époque où les ânes sont amoureux ! »

LE CORPS HUMAIN est au cœur des **SYMPATHIES** qui lient l'humain à son environnement ou à sa relation au cosmos...

LES SIGNATURES sont issues de la croyance ancienne, codifiée par **Paracelse** au XVI^e s., qui plaît beaucoup en médecine populaire. Les sucres jaunes du **Bouton d'Or**, de la **Pensée**, de la **Chélidoine** rappellent la bile ; ils soigneront donc la jaunisse et les maladies du foie. **Le Saule**, mais aussi la **Reine des Prés** « ont les pieds mouillés sans en souffrir » = ils seront donc efficaces contre les maladies dues aux pieds mouillés, à savoir les fièvres et les rhumatismes ; ce n'est pas un hasard car ils contiennent de l'acide salicylique, précurseur de l'acide acétylsalicylique, **aspirine**.

LES AMULETTES PREVENTIVES sont bien connues et répandues comme les objets conjuratoires que sont le **fer à cheval à 7 trous**, ou la **Patte de lièvre**. Les dents de Taupes sont utilisées contre les douleurs dentaires des enfants, enfermées dans de petits sachets pendus au cou.



LES OBJETS qui permettent à la maladie **CIRCULER** « **LOGIQUEMENT** ». Par exemple, le malade agrippera un membre du cadavre avant l'enterrement ; celui-ci emportera sa maladie vers l'au-delà. Ceux qui rappellent la **MUE** et qui peuvent prolonger la vie : les mues de **serpents** guérissent les maladies de peau

Ceux qui sont en **contact avec l'au-delà**, avant la **naissance** ou au moment **de la mort**. Les membranes des nouveau-nés « coiffés », le « lait de sorcière », ou les règles « du diable » sont conservés pour des utilisations magiques. On croit que si un enfant a des convulsions, ce sont les morts qui le tracassent. La corde du pendu sera conservée pour des utilisations secrètes.

On devra **VOLER LES ELEMENTS DU RITUEL**. Ainsi dans le pays Castrais une obligation est imposée par l'usage le jour des noces : la soupe aux choux servie aux mariés au cours de la nuit sera faite avec un chou volé.

LES ANALOGIES concernent la correspondance entre un objet et une pathologie.

On mettra un emplâtre d'oignon sur un œil de perdrix ; celui qui a été mordu par une vipère recevra du bouillon de couleuvre.

Cela rejoint **LES NOMS EVOCATEURS** de saints invoqués contre certaines affections : Saint-Clair pour les maladies des yeux, Saint-Fort fortifie les enfants rachitiques, Sainte-Rose pour la couperose, Saint-Aureil contre la surdité...

LES RETOURNEMENTS sont pratiqués contre les sorts néfastes.

Les **Habits** seront portés **à l'envers**, ne serait-ce qu'une chaussette. L'enfant porté au baptême est entouré de nombreux rites conjuratoires pour éviter le mauvais œil,

dont un couvre-pieds tourné à l'envers durant le transport.

La marche à reculons pour le porc qu'on amène à la cuve pour la saignée du mazel ou pour les chiens de chasse ensorcelés.

LES DEPLACEMENTS feront passer par des **chemins détournés**. A Dourgne, on ne portait jamais le nouveau-né à l'église pour le baptême par le chemin que l'on aurait pris pour conduire un enterrement. On frappera **le sort à distance** comme dans la conjuration des voleurs de lait. La recette recommande de « prendre la veste de nocés » que l'on place doublure à l'extérieur sur la croupe de la « vache dévalisée » ; frapper dessus de toutes ses forces : la vache n'aura pas mal, mais le voleur rendra le lait s'il ne veut pas mourir sous les coups.

La TRANSGRESSION est plus complexe, plus désagréable. Donnons un exemple pour **la jaunisse**. Si le malade est un homme, il devra boire de l'urine de femme, si la malade est une femme, elle devra boire de l'urine d'homme. Nous trouvons ici la transgression (l'autre sexe), le répulsif (l'urine) et la signature du jaune (bile = urine) : addition de constantes.

Les **ANIMAUX BIZARRES OU IMPOSSIBLES** signaient de l'usage des crapauds et des araignées le sort des vraies sorcières, mais nous connaissons des pratiques curieuses pour le pays castrais : pour se préserver des maladies et des malheurs les femmes portaient sur elles des **testicules de renard**, arrachés à l'animal encore vivant. Pour l'énurésie, on a proposé de **la tisane de queues de rats**, du **foie de taupe cru**. Contre la fièvre, on a pu proposer de faire boire de **la tisane de galinat** (excréments de poule).



Le scorpion récolté en M.N. et macéré dans l'huile est encore vendu le dimanche vers 1900 à Mas Cabardès, Roquefère, Labastide Esparbairénque, contre les « plaies venimeuses des animaux ».

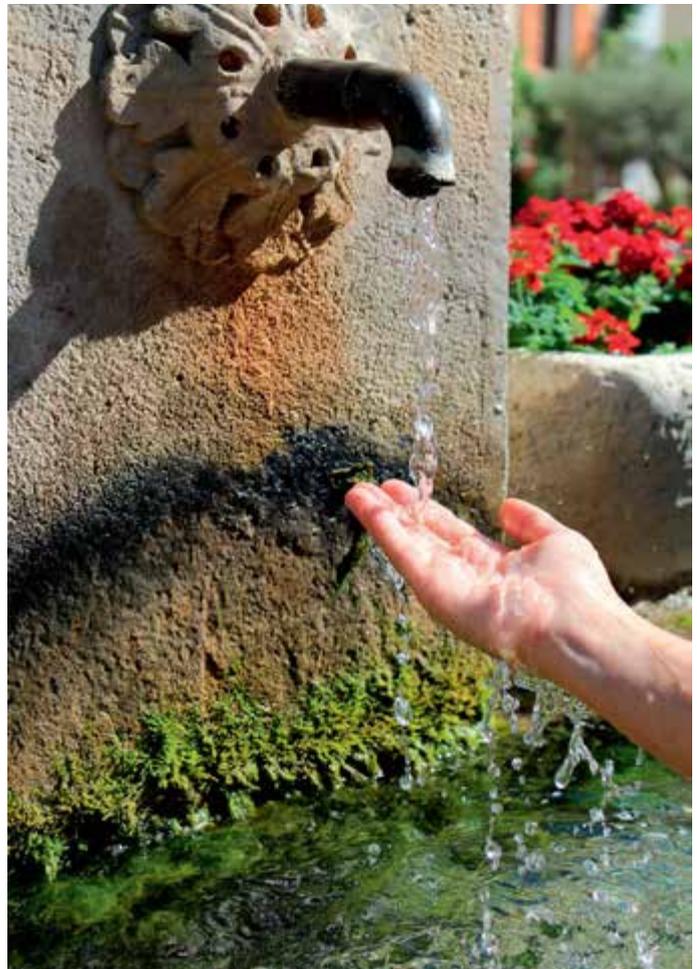
Les **LIEUX** sensés être **MALEFIQUES** comme les **LANDES**, supposées être mal famées (Pré du Bouc =le pré de Satan) ou les **CARREFOURS** : en forme de croix, ce qui leur confère une valeur négative ; il faut s'y tenir à minuit, ou au milieu pour certains rites, et on y cueillera certaines herbes. **Les fiévreux** y laisseront une pièce = celui ou celle qui la ramassera emportera la fièvre.

Les **PIERRES** : les **HACHES CELTIQUES** non connues alors pour ce qu'elles sont, nommées **pierres de foudre** se retrouvent sous le seuil des maisons ou des étables ; elles sont censées éloigner l'orage et la foudre. Sous le nom de **peiros de picoto**, dans les étables, elles préservent les moutons de la clavelée, maladie qui ressemble à la picote, la variole.

Les **DOLMENS ET MENHIRS** ont perdu le sens du néolithique et sont source de légendes et de vénération comme par exemple **l'ostal das mascas**, autel des sorcières. Ils peuvent être récupérés : à Alban on a le palet du Diable faisant face au palet de Notre Dame, deux menhirs.



Les **SANCTUAIRES** sont souvent confondus avec **les sources et fontaines** comme à **Sain-Meen**, mais aussi entre **Dourgne et Sorèze, Saint-Macaire** où à la Saint-Jean le soleil levant dansait sur la fontaine : on s'y lavait la tête, les yeux, les



oreilles et on laissait les linges mouillés sur les buissons alentour. C'est toujours un lieu de dévotion.

Les très nombreux Saints ne peuvent être qu'évoqués. Retenons **Saint Roch** évoqué dans notre région contre la Peste, et aussi pour les animaux.

M. Jean-Paul PAILLON
Famille de résident
Résidence du midi
MAZAMET

REMEDES ET ASTUCES D'AUTREFOIS

Nous avons choisi de rendre hommage à nos chères grands-mères et de remettre à l'honneur les petites astuces qu'elles employaient pour rendre notre quotidien plus doux. Leur connaissance des plantes leur permettait de prendre soin de leurs proches, de guérir certaines maladies, d'entretenir leur foyer et leur jardin dans le respect de la nature.

Petit traité de médecine naturelle d'autrefois



Notre premier souvenir n'est guère agréable et pourtant, il s'agissait d'un produit bénéfique, qui aidait à renforcer les défenses immunitaires de notre corps : l'huile de foie de morue était administrée à la petite cuillère à de nombreux enfants de notre génération. Joli concours de grimaces ! L'huile de ricin n'était guère plus agréable à avaler : on l'utilisait comme purge et vermifuge chez les petits. Les grogs étaient réservés aux plus grands : prenez une bonne rasade de rhum et mélangez-la à de l'eau chaude, des clous de girofle et de la cannelle. Voilà un bon moyen de combattre les refroidissements en tout genre, mais il ne faut pas négliger l'importance du sommeil dans le processus de guérison ! Quant au pastis, on le buvait pur pour faciliter les digestions difficiles.

Pour compléter leurs panoplies d'infirmières à domicile, les bonnes ménagères avaient

quelques ventouses dans leurs placards : on allumait un coton devant leur orifice avant de les placer sur le dos des personnes encombrées des bronches. Pour augmenter leur efficacité, certaines procédaient même à des scarifications. On avait aussi recours aux cataplasmes en cas de rhume ou de bronchites. Ils étaient préparés à base de farine de lin pour les enfants et de farine de moutarde pour les adultes. Gare aux brûlures car il fallait les placer très chauds ! Et enfin, n'oublions pas les sangsues, que l'on plaçait derrière les oreilles après un malaise : une façon naturelle de pratiquer la saignée ?

Voyons un peu ce que l'on pouvait trouver du côté de la pharmacie et des produits de beauté de nos grands-mères :

- des fleurs de camomille séchées : on en confectionnait de la tisane pour digérer.
- des feuilles de noyer : réservées aux belles qui souhaitait colorer leurs cheveux.
- de l'eau oxygénée : pour celles qui, au contraire, voulait les décolorer!
- de l'eau de noix : ce fortifiant, à base de noix vertes macérées dans de l'eau de vie pendant 40 jours, était très employé.
- des feuilles séchées de tilleul : en tisane, le tilleul a des vertus apaisantes pour les nerfs.
- le contre-coup de l'abbé Soury : on appliquait cette lotion sur les bosses et les contusions. Parfois, les mamans plaçaient de grosses pièces de monnaie sur la bosse pour ne pas qu'elle « sorte ». On faisait de même sur le nombril des bébés pour éviter qu'il ne soit proéminent.



- la sauge : elle fortifie le sang.
- la carotte : elle embellit le teint.
- la pomme de terre : elle apaise les douleurs liées à une brûlure. On peut aussi la couper en rondelles, placer ces dernières dans un chiffon et appliquer le tout sur la tête pour calmer les migraines.
- le clou de girofle : il apaise les douleurs dentaires.
- la tisane de thym : elle soigne les rhumes et les infections des bronches.
- la menthe : elle apaise les maux d'estomac.
- le persil : il purifie l'haleine, combat la montée de lait des jeunes mamans et apaise le mal des transports lorsqu'il est porté frais autour du cou.
- les feuilles de géranium : elles font disparaître les tâches de goudron sur la peau.

Pour arrêter le hoquet, il existait plusieurs astuces : certains retournaient leurs mains sur le dos au 3^e hoquet. D'autres préfèrent boire d'un trait un grand verre d'eau. D'autres encore récitent des petites formules pleines de charme: «J'ai le hoquet, Dieu le sait. Dominus, je ne l'ai plus. » « J'ai le hoquet ; passe la rue, je ne l'ai plus ». Et pour se débarrasser des verrues, on les attachait jusqu'à ce qu'elles tombent !

On allait consulter le guérisseur ou le rebouteux pour soigner les coups, les brûlures, les entorses, ou même les mammites des vaches ! Il était plus rare de se rendre chez le docteur, car la sécurité sociale n'existait pas encore. Les pharmaciens confectionnaient beaucoup de préparations à base de plantes.

Dans la maison et au jardin

Pour blanchir le linge, on plaçait des cendres dans un petit sachet que l'on ajoutait à la lessive. On utilisait aussi des « boules de bleu ». Les draps à sécher étaient étendus sur un pré pendant deux jours. La laine était mise à tremper dans de l'eau additionnée de

jus de citron. On dégraissait le linge avec des cristaux de soude. Et pour les graisses les plus coriaces, comme celles des moteurs ou des chaînes de vélo, on mettait les vêtements à tremper dans du lait.

Avant que les bombes insecticides ne soient inventées, on employait des moyens simples pour éloigner les mouches : des rubans qui pendaient du plafond, des buvards spéciaux dans une assiette ou encore de l'essence d'eucalyptus ou un pied de basilic sur le rebord de la fenêtre. Pour repousser les moustiques, la citronnelle est encore très utilisée. Quelques gouttes de vinaigre apaisent les démangeaisons des piqûres d'insectes. Les fourmis étaient éloignées grâce à des granules jaunes de soufre. On pouvait aussi brûler des tiges séchées de menthe, recueillir les cendres et les mettre dans des petites coupelles sur le sol. Quant aux escargots et limaces qui pullulent dans les potagers, la cendre de bois, placée au pied de la plante à protéger, suffisait à les repousser.



**Les résidents
de St Vincent-Ste Croix
à SOREZE**

REMEDES ET ASTUCES D'AUTREFOIS

A la maison de retraite le Pré Fleuri, nous avons trois spécialistes pour les remèdes d'autrefois, Berthe A., Henri K. et Jean-Louis H.

Pour guérir un panaris :

Henri K. : Il faut taper un œuf et tremper le doigt dedans.

Berthe A. : Faire cuire un oignon et envelopper le doigt dedans pendant quelques jours et il disparaît. C'était ma grand-mère qui le faisait.



Contre les coups de soleil :

Henri K. : Prendre une tomate et la partager en deux, puis frictionner le dos avec.

Henri K. : Remplir un verre de farine, y mettre un mouchoir dessus et l'appliquer sur le front.

Berthe A. : Mettre dans un verre un peu d'eau puis frictionner le front et la nuque avec cette eau.

Jean-Louis H. : Faire une pommade avec de l'eau bénite, un œuf et de la farine. Appliquer cette pommade sur le coup de soleil. Jean-Louis H. précise que chaque région avait un procédé.

Pour guérir un rhume :

Berthe A. : Ma grand-mère mettait la pelle du feu dans les cendres jusqu'à ce qu'elle devienne rouge, puis elle la trempait dans un verre de lait que l'on buvait.

La fleur de « la bourrache » soignait les rhumes.

On faisait sécher les fleurs du buisson noir et on faisait des tisanes avec.

« Avant on n'avait pas d'antibiotiques, on se débrouillait. »



Pour guérir les verrues :

Jean-Louis H. : Tremper la main dans une flaque d'eau pleine de mousse après un orage.

Berthe A. : Prendre un escargot, frotter la verrue avec la bave de l'escargot. Ensuite passer un fil dans l'escargot pour l'accrocher à un arbre. Au fur et à mesure que l'escargot sèche, la verrue sèche.



Pour éplucher les oignons sans pleurer :

Berthe A. : Mettre un bout de pain au bout du couteau, ainsi vous ne pleurez pas.

Jean-Louis H. : Pour s'arrêter de pleurer lorsqu'on trie les oignons, tremper les mains dans un seau d'eau.

Pour les rhumatismes :

Jean-Louis H. : Passer des orties sur la partie malade.



Pour dormir :

Berthe A. : Faire une infusion de tilleul, mais attention avec de l'eau qui n'est pas bouillante, sinon le tilleul devient un excitant.

Pour les crampes :

Berthe A. : Mettre la clé de la porte sous le traversin.

Pour les saignements de nez :

Berthe A. : Mettre une clé sur la nuque. C'était le remède de l'institutrice à l'école.

Astuce pour ramasser des orties sans se piquer :

Jean-Louis H. : Ramasser les orties sans respirer (couper la respiration).



Astuce pour faire de belles boutures de géranium :

Berthe A. : Planter une ou deux branches de géranium dans un pot avec une graine d'avoine, au mois de septembre.

Jean-Louis H. arrête les brûlures. L'autre fois il a arrêté le feu au cuisinier.

Il y a des astuces selon si on s'est brûlé avec de l'huile, du feu ou de l'eau bouillante. C'est un don.

Maintenant...à vous de tester !

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

LES PETITES ASTUCES QU'UTILISAIENT LES GRAND-MERES POUR SE SOIGNER AUTREFOIS...



Pour soulager les jambes lourdes, elles utilisaient déjà « la jouvence de l'abbé Soury » Il faut croire que ce médicament est efficace puisqu'on en fait encore la réclame à la TV !

Vous aviez un panaris à un doigt ; il suffisait de le tremper 9 fois dans l'eau bien chaude et le tour était joué.

Si c'était une entorse, il fallait battre un œuf entier, mélanger de la mie de pain, étendre le tout sur un mouchoir fin, l'appliquer sur la partie douloureuse et maintenir le

tout avec une bande. En séchant, la pâte durcissait et permettait de remplacer un plâtre.

Pour la sciatique, il fallait mettre dans une bouteille de l'alcool à 90 °, y ajouter du « baume tranquille », du camphre; le laisser macérer quelques jours, et ensuite l'appliquer sur la partie douloureuse.

Pour faire disparaître une verrue, on devait la frotter avec une pomme de terre ou un oignon que l'on mettait dans la terre. La verrue devait tomber quelques jours plus tard.

Un orgelet devait disparaître lorsqu'on passait dessus une alliance en or

Si quelqu'un était enrhumé, il devait chauffer du vin rouge dans une casserole, y mettre des clous de girofle, du miel, une pomme coupée en morceaux le boire très chaud et aller se coucher sous un édredon de plumes pour transpirer. Si cela ne suffisait pas, on plaçait des ventouses !

Pour la tension on mettait des sangsues que l'on achetait à la pharmacie et que l'on plaçait sur les tempes.

On faisait beaucoup de tisanes avec du tilleul, de la menthe, du serpolet, du thym, de l'aubépine, des pousses de ronce qui étaient séchées et mises en réserve pour l'hiver.

C'était le temps où on se soignait encore avec ce que l'on avait sous la main...

Les residents de la maison de retraite de Labastide Rouairoux

REMÈDES ET ASTUCES D'AUTREFOIS SONT LA MÉMOIRE D'UN PASSÉ OUBLIÉ :

Autrefois, que ce soit dans le domaine de la santé, la cuisine, l'entretien de la maison, le jardin, la vie pratique au quotidien, il fallait faire avec « les moyens du bord », par manque d'argent surtout, et puis « parce qu'il n'existait pas tout ce qui existe de nos jours ».

Alors, beaucoup de remèdes étaient à base de plantes ; la nature était « notre magasin », les simples ou les feuilles d'arbres souvent ramassées aux alentours de la St Jean étaient ensuite soigneusement séchées et conservées au grenier. Certaines plantes étaient aussi achetées auprès d'herboristes qui couraient les foires de la région. Ces pratiques se transmettaient des « anciens aux plus jeunes », de générations en générations.

Certaines familles possédaient des livres de simples comme le « Médecin des pauvres ».

Santé :

Les simples les plus couramment utilisés étaient la camomille (la camomila) pour l'estomac et les yeux ; le tilleul ou des fleurs d'oranger pour calmer ; les fleurs de sureau pour le cœur ou le rhume ; la sauge comme dépuratif ; l'aubépine pour le cœur ; la verveine (la vermena) pour la digestion.

Blessures et coupures :

Pétales de fleurs de lys macérés dans l'eau de vie pendant un certain temps et appliqués sur la plaie arrêtent le sang et aident à la cicatrisation.

Crampe

Poser le pied sur du savon de Marseille

Constipation :

Mettre de la glycérine dans le café ou le lait au petit-déjeuner

Diarrhée :

On faisait bouillir du riz et des carottes, et on en buvait le jus.

Rhumatisme :

Mettre du savon de Marseille dans le lit.

Point de côté ou bronchite :

Application de ventouses sur la poitrine ou sur le dos. On faisait brûler un coton imbibé d'eau de vie dans la ventouse que l'on l'appliquait sur la peau.

Point de côté ou bronchite :

Application de ventouses sur la poitrine ou sur le dos. On faisait brûler un coton imbibé d'eau de vie dans la ventouse que l'on l'appliquait sur la peau.

Application de cataplasmes avec de la moutarde et de la farine de lin sur les côtés ; au bout d'un moment, on ressentait une sensation de brûlure et des picotements. Il fallait le supporter un bon moment ; et ensuite, on passait de la poudre de talc pour adoucir la peau.

Irritation des yeux :

Lotion faite avec de la camomille ou des fleurs de bleuet ; on appliquait cette préparation sur les yeux.

Soin pour les mains :

Râper une pomme de terre crue, la mélanger à 2 cuillères d'huile d'olive. Bien piler, mélanger et passer cette pâte sur les mains qui seront douces et hydratées.

Coups de soleil :

Pour ne plus avoir de douleur due aux coups de soleil, presser un citron et appliquer le jus sur la peau.

Migraine :

Eplucher une grosse pomme de terre et la couper en tranches fines ; les mettre dans une serviette et appliquer la serviette sur le front.



Verrue :

Prendre un oignon, le couper en quartiers et frotter chaque quartier sur la verrue durant 10 minutes. Elle disparaîtra et ne reviendra pas.

(ou) Compter les verrues Trouver le même nombre de cailloux blancs ou de haricots, puis les jeter dans un puits et partir en courant.

Calmer la toux :

Faire cuire des poireaux, les réduire en bouillie et ajouter 2 cuillères de miel. Après avoir mélangé, boire cette préparation au moment des quintes de toux.

Mettre quelques gouttes de teinture d'iode dans du lait et le boire. Faire infuser des feuilles de fenouil frais.

On faisait caraméliser du lait en y trempant un tisonnier rougi par le feu et on le buvait aussitôt.

Rhume :

En été, ramasser des feuilles de soucis, les faire sécher ; ensuite faire infuser quelques feuilles dans de l'eau bouillante environ 10 minutes. Boire 1 verre de cette tisane 3 fois par jour pendant la maladie.

Dents blanches :

Brosser les dents avec un mélange de bicarbonate de soude et de vinaigre blanc ou de citron.

Jambes lourdes :

Préparer un bain d'eau froide en y ajoutant 5 à 6 aspirines effervescentes. Laisser ses jambes dans le bain un quart d'heure.

Jardinage :

Eloigner un nid de fourmis :

Il suffit de saupoudrer un bon paquet de sel sur le nid, et elles vont déménager sans demander leur reste.

Eloigner les chenilles :

Pour cela, planter de la ciboulette dans le jardin car elle est un puissant répulsif pour les chenilles.

Eliminer des pucerons :

Faire macérer des orties dans de l'eau, et traiter les plantes avec ce purin d'orties.

Planter des oeillets d'Inde à proximité des autres plantations.

Repousser les limaces :

Eparpiller de la cendre de bois sur les lieux de passage des limaces. Elles n'aiment vraiment pas cela.

Chasser les taupes :

Prendre une tige de bois d'environ 1 mètre, enfoncer la dans la terre sur les lieux de passage des taupes ; mettre par-dessus cette tige une bouteille en plastique.

Le vent fait vibrer la bouteille sur la tige et provoque un bruit incessant qui résonne dans la terre entraînant la fuite des taupes.

Fongicide naturel :

Fongicide naturel : Mélanger du bicarbonate de soude avec du savon noir liquide, et appliquer sur les plantes malades.

Engrais naturel :

Récupérer des os d'animaux chez un boucher. Les faire brûler dans un poêle ou une cheminée. Quand le feu est terminé, les os sont devenus blancs, ils sont friables, alors on peut les écraser et les réduire en poudre. Ensuite, mettre cette poudre d'os au pied des plantes et elle leur donnera un fortifiant naturel.

Un beau tuteur pour des tomates :

Une astuce simple est de planter des graines de tournesol. Quand les tournesols auront poussés jusqu'à 40 cm de haut, mettre à côté de chacun d'eux un pied de tomates.

Plantes extérieures :

Ajouter de la cendre de bois dans le pot pour les entretenir, et pour les nourrir, arroser avec l'eau de cuisson des légumes.

Aspect et beauté des fleurs coupées :

Ajouter à l'eau d'arrosage du sucre.

Désherber les allées :

Verser l'eau de cuisson des pommes de terre encore bouillante, c'est un désherbant 100% efficace et naturel.

Obtenir de belles laitues :

Planter les laitues entre les plants de tomates ; ainsi elles bénéficieront de l'ombre et monteront moins rapidement.

Multiplier les plantes :

Cueillir des branches de saule pleureur, les faire tremper dans de l'eau de pluie durant un mois.

Utiliser cette mixture pour arroser les végétaux, et ainsi ils se multiplieront.

Intérieurs et Maisons

Fabriquer sa lessive :

Récupérer la cendre de bois et la mettre dans un seau. Recouvrir d'eau et laisser tremper une semaine, puis filtrer avec un torchon. Ce liquide fera un excellent savon.

Mauvaises odeurs :

En versant du marc de café dans l'évier, cela prévient l'engorgement et supprime les mauvaises odeurs.

Lutter contre les mites :

Placer dans l'armoire une poignée de marrons qui sont d'une efficacité redoutable.

Antirouille pour outils :

Pour éviter que les outils ne rouillent, placer un morceau de charbon dans la boîte à outils.

Bricolage :

Pour redonner vie à un pinceau séché, le faire tremper dans un bain de vinaigre très chaud et le rincer à l'eau claire.

Adoucir le linge :

Faire bouillir de l'eau avec des feuilles de lierre. C'est un assouplissant naturel.

Supprimer l'odeur de fromage :

Mettre un petit morceau de charbon dans le placard ou le frigo, cela absorbe l'odeur de fromage.

Vitres :

Les frotter avec un oignon coupé en deux. Utiliser du papier journal tout simplement pour essuyer.

Eviter les odeurs de friture :

Il faut juste rajouter une branche de persil dans l'huile de friture, ainsi l'odeur ne se répandra pas dans la maison.

Eplucher des oignons sans pleurer :

Penser à mettre de l'eau dans la bouche avant de commencer à éplucher. L'eau ainsi gardée dans la bouche durant le temps où on épluche l'oignon évitera d'avoir les yeux qui pleurent et qui piquent.

Conservier les jaunes d'oeuf :

Faire glisser les jaunes dans un bol et les recouvrir d'eau froide en attendant de les utiliser.



Clin d'oeil à l'occitan

Les eaux médicinales

Quelques exemples :

Les eaux de certaines sources étaient considérées comme salutaires
- comme l'eau de la fontaine de Méout sur la commune d'Arthès (Font de Mèut)

« L'aiga de la font de Mèut a gost a uou coat. Me soveni ieu que lo paure papà una annada avià mal d'estomac e i anava cada parelhats de jorns. »

- comme l'eau ferrugineuse de la fontaine de Pampelonne qui redonnait vigueur aux gens fatigués et faibles

« A qui l'aiga totjorn rajava roja. Fasià un despous de rolha. »

- comme les eaux du Viaur à Tanus qui favorisaient la cicatrisation des plaies

« Quand èrem joves, s'aviam una plaga anàvem nos pescolhar dins l'aiga de Viaur e èra lèu garida. La plaga se cicatrisava. »

Pratiques médicinales par le biais des animaux

Quelques exemples :

La graisse de blaireau (tais) était utilisée pour soulager les douleurs rhumatismales.

La chair de couleuvre en soupe ou infusion « Quand lo monde avià de fièvre escorgavan unà sèrp e lor fasià de bolhon »

« Trapavan de sèrps, lor copavan lo cap, las escorgavan e gardavan pas que la carn. Las fasià secar e apèi ne copavan un talhon e ne fasià de tisana »

Les sangsues pour le grand mal de tête « Avià una tanta que quand avià lo cap qu'i dolià anava quèrre al riu o a las posacas de sangsues. Se plaçava aquo aqui darrièr lo cap e aquo i tirava lo sang e la dolor »

Guérisseurs et rebouteux

Les gens croyaient beaucoup à leurs pouvoirs de guérison

Les guérisseurs ou « los guerissors »

« Es quicom que se dona d'un a l'autre mès o cal pas escriure. O cal aprène de per cor. Es una memé que avant de morir o m'avià donat. Mès se lo passatz a qualqu'un perdètz lo don »

Les rebouteux ou « los adobaires ou petaçaires »

« I avià un cantonier un cop que totjorn levava una crotz e aqua crotz tornava tombar. E alara entendèt una votz que ie disià : « Tot ço que serà copat lo petaçaras ! » Era aqui que lo papà anguèt per se far petaçar lo bràç un cop. »

**Résidents EHPAD
MAPAD La Renaudié - 81000 ALBI**

Quelques noms de Résidents :

*Mme Calvet Claire, Mme Gauci Gabrielle, M. Delluc Paul,
M. Alvernhe Joseph, M. Delinotte Robert, M. Villeneuve Robert...*

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° 25

ISSN 1625-774X

Dépôt Légal septembre 2013

Directeur de la publication
et Rédacteur en chef

Francis CERDAN

Comité de rédaction

Animatrices

Martine BENEZETH
Christelle BERNADOU
Marie-Christine BOUISSET
Inès CAMPS
Dominique COLOMBEL
Elodie CZAKO
Myriam CROS
Marie-Pierre ESPITALIER
Danièle LAGOUTE
Dominique PARADIS
Christine RACINE
Marlène NESPOULOUS
Catherine SEBE

Directeurs :

Pauline CREMER
Francis CERDAN
Pierre LEMETTRE
Bruno MARTEN
Brigitte MARTINEZ
Alric SOUCHON

Résidents :

Madeleine BARDOU
Claire CALVET
Ernest CANDILLE
Juliette GAU
Camille GILLOEN
René JUNQUET
Paul MONTAGNE
Christiane NIERAT
Lucette ROUANET
Lucette SALVETAT
Marcelle SANCHO
Henriette THERON
René VINANTE

Fabrication-Maquette
Photogravure-Impression
SIEP FRANCE Imprimerie : 05 63 49 26 26

