



Edito hors série La vigie à Mimet



Les cinq optimistes du jour



Hocine Bentayeb
Joëlle Giraud
Agnès Barbot
Jocelyne Barra



Et
Gadget





Après la pluie le beau temps

Départ de la poste de Mimet
Pour une petite grimpette
Tout le monde est motivé
Aller c'est parti

Bon courage Hocine!!!!
aujourd'hui tu es tout
seul avec 3 femmes



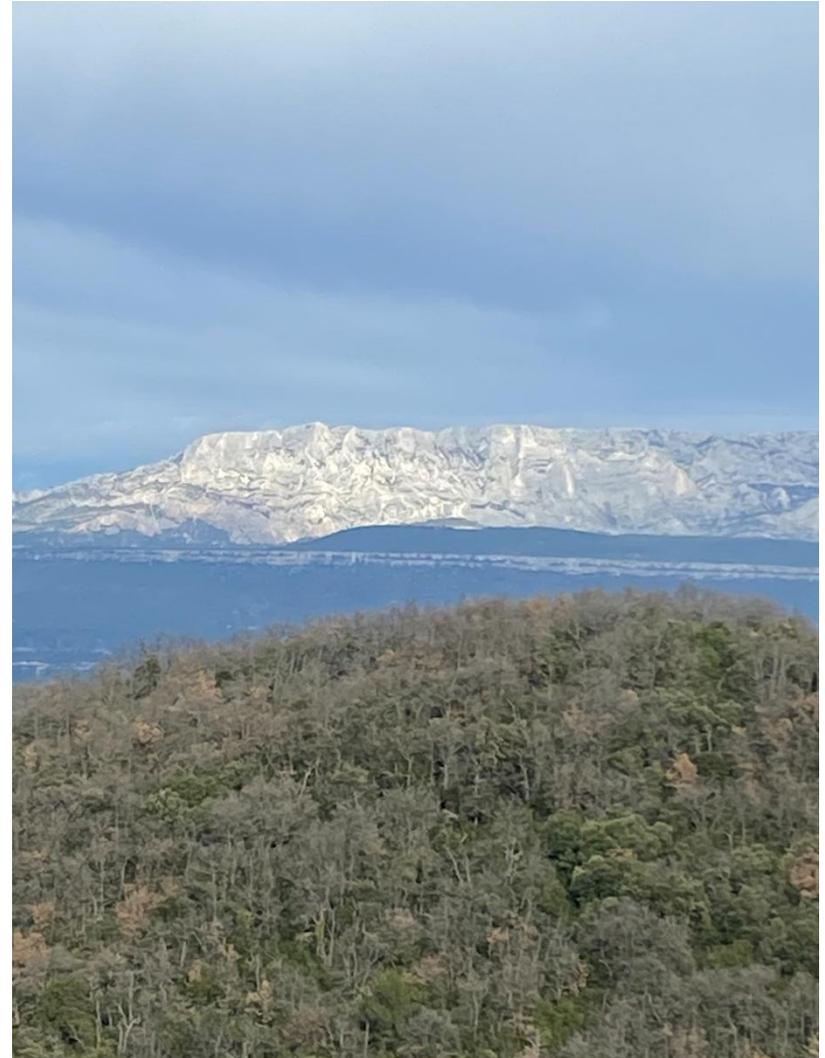
Les photos du jour



En chemin



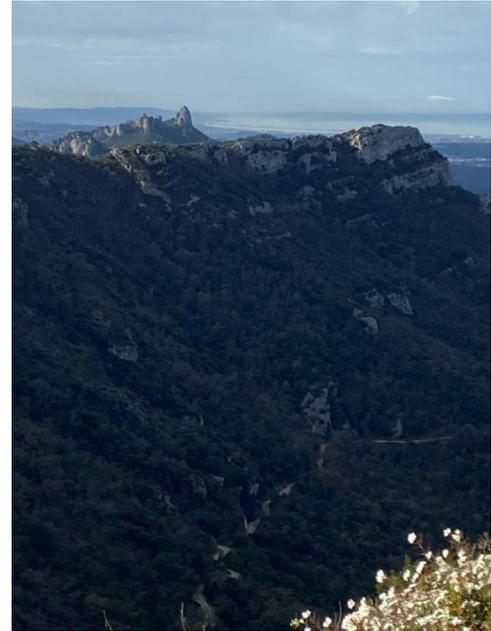
Elle est toujours là
Et toujours aussi belle!!!!



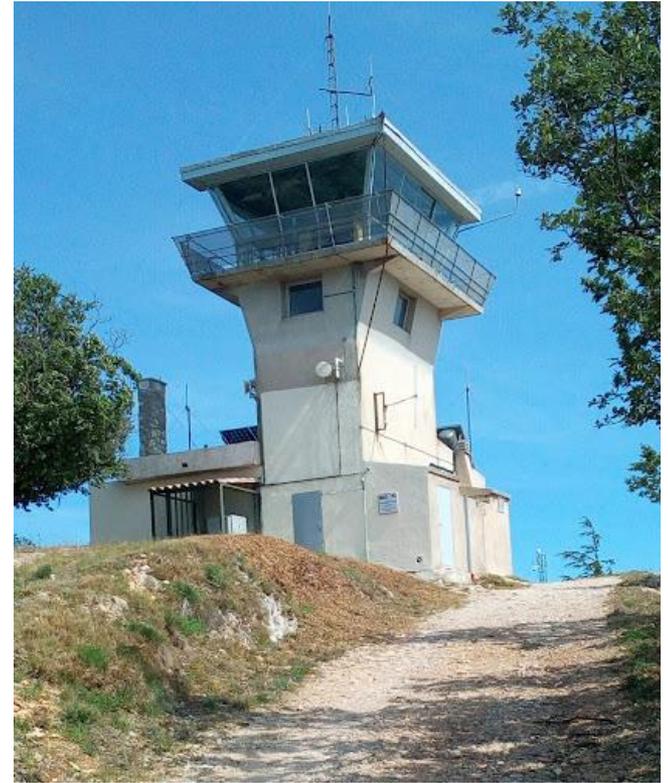
Les photos du jour



Les photos du jour



Quelques photos



Les photos du jour

Un peu de repos bien mérité



Les photos du jour



Un peu de culture

Le Rocher de la Mourre

Étonnant rocher situé à une altitude de 537 mètres sur les hauteurs de Mimet au pied de la montagne Baù Trauqua (rocher troué),

l'aire de la Mourre a des faux airs du Ayers Rock en Australie...mais cependant sa couleur rouge et son environnement vert flashy n'ont ici rien de naturel...

cet immense espace est en effet une cible d'entraînement pour les canadiens de la sécurité civile basés à Marignane.

Rocher de l'Aire de la Mourre, Cible pour Canadiens, Mimet, Marseille Le rocher de l'Aire de la Mourre qui signifie "le museau" avec ici le sens de «monticule arrondi», est un site physique et représentatif de la gestion des risques de futures catastrophes, liées à l'activité humaine.

Cette zone, contrairement au reste du massif, est arrosée périodiquement d'eau salée et de "retardant" rouge par des Canadiens et autres Trackers, ce qui a pour conséquence la modification du site "naturel", de sa flore et de sa faune.

Les Canadiens larguent ici 6 tonnes d'eau à 300km/h à n'importe quel moment de la journée dans le cadre d'entraînement pour la gestion des incendies. Il est donc absolument déconseillé de s'aventurer dans la zone.

Les retardateurs de flamme réduisent l'inflammabilité soit en bloquant physiquement le feu soit en déclenchant une réaction chimique qui arrête le feu.

Le retardant est composé principalement d'un sel ignifugeant (phosphate d'ammonium) permettant de retarder la décomposition de la cellulose des végétaux en faisant passer la température de destruction de la végétation d'environ 300°C à 700°C et d'un colorant naturel rouge (oxyde de fer) rendant visible la trace au sol du largage, afin de ne pas laisser de trous où l'incendie pourrait s'engouffrer.

Le cake au crabe de Agnès



Mélanger 100 gr de farine avec 3 œufs,

1 sachet de levure,

200 gr de gruyère râpé

1 tasse à café de lait

½ tasse d'huile (on peut réduire un peu l'huile)

Incorporer à la pâte une dizaine de bâtons de faux crabe (surimi) décongelé

Verser dans un moule à cake

Faire cuire pendant 1 heure à four moyen

Démouler le cake refroidi et server à l'apéritif





En suivant le chemin
qui s'appelle plus tard,
nous arrivons sur la place
qui s'appelle jamais



Sénèque

