

L<sub>1</sub> A<sub>1</sub> G<sub>2</sub> A<sub>1</sub> Z<sub>10</sub> E<sub>1</sub> T<sub>1</sub> T<sub>1</sub> E<sub>1</sub> D<sub>2</sub> E<sub>1</sub> S<sub>1</sub>

B<sub>3</sub> O<sub>1</sub> N<sub>1</sub> N<sub>1</sub> E<sub>1</sub> S<sub>1</sub> N<sub>1</sub> O<sub>1</sub> U<sub>1</sub> V<sub>4</sub> E<sub>1</sub> L<sub>1</sub> L<sub>1</sub> E<sub>1</sub> S<sub>1</sub>

Numéro **137**  
Juillet & Août  
2019

**La citation du  
mois :**

« Si vous pouvez  
le rêver, vous  
pouvez le faire »  
(Walt Disney)



## EDITO

Les mois d'été sont souvent riches en découvertes et en expériences.

A nous de les vivre en prenant du recul pour en retirer le meilleur, même si, a priori, ce n'est pas toujours facile.

Après cette introduction un peu énigmatique, vous devinez bien que j'ai un événement précis à vous partager, dont je ne suis d'ailleurs pas très fier, au premier abord !

La scène se passe un samedi soir du mois d'août, dans une petite commune des bords de Loire, au sud d'Angers.

Je vais chercher à la gare Isaure, épouse de mon fils Jérôme qui m'accompagne. Tout va bien, nous sommes à quelques minutes de la gare, mais... je viens de dépasser la rue pour nous y rendre. Du coup, les quelques minutes d'avance sur l'horaire du train risquent de ne plus être suffisantes pour attendre tranquillement sur le quai.

Montée d'adrénaline : je réalise qu'il faut que je fasse rapidement demi-tour.

Sauf que nous sommes sur la « levée » de la Loire, et qu'il n'y a pas beaucoup de rues pour tourner : tout doucement, un mauvais stress se glisse en moi : nous allons être en retard !

Ouf, une petite rue qui tourne à droite semble faire l'affaire.

Je me range sur le côté, et commence ma marche arrière prudemment, car j'ai aperçu un petit muret.

Pas de « bip-bip » de la voiture, donc pas d'obstacle : je vais rattraper mon retard !

C'est alors qu'un grand bruit survient : la voiture vient de s'affaisser sur le côté. En effet, la rue est en pente et en épingle à cheveux, et j'ai une roue dans le vide, avec le bas de caisse posé sur le haut du muret.

Je descends : c'est la « cata » !

Impossible de repartir en avant, même en poussant le véhicule.

Le stress a pris les choses en main : l'adrénaline est maintenant au maximum...

Les voisins accourent, à peine étonnés, car c'est un épisode assez fréquent, vu le contexte.

Je propose à Jérôme qu'il aille à la gare à pied, pendant que j'essaie de trouver une solution.

Pas de tracteur disponible pour me tirer, mais il reste la garantie d'assistance de la Matmut.

Un samedi soir du mois d'août, je n'y crois malgré tout pas trop...

J'appelle une charmante opératrice, qui m'assure qu'un véhicule sera là dans ¾ d'heure.

Les voisins restent avec moi pour me soutenir, la dépanneuse arrive en moins de 30 mn, se met en travers de la route et en 5 mn, son câble me tire de l'ornière, « alléluia » !

Les voisins ont assuré spontanément la circulation, Isaure et Jérôme arrivent de la gare, tout se termine bien.

Conclusion : j'ai frôlé un événement bien plus grave, (basculement complet de la voiture), j'ai apprécié la présence rassurante des voisins, et j'ai surtout pris conscience qu'une marche arrière dans ces conditions doit vraiment se faire avec 100% de visibilité.

Une bien bonne leçon !

Jean-Yves

*Une mobilisation  
extraordinaire de  
l'Éthiopie !*

## 353 millions d'arbres contre le réchauffement climatique

Voici le genre de nouvelle qui donne du baume au cœur.

Ce 29 juillet, l'Éthiopie a réalisé un record mondial en plantant 353 millions d'arbres en 12 heures. Il s'agit d'une opération de reboisement exceptionnelle pour lutter contre le réchauffement climatique.

Pendant toute la journée du 29 juillet, les services administratifs de la capitale, Addis-Abeba, avaient été fermés afin que les fonctionnaires de la ville joignent leurs forces pour réussir cette prouesse.

L'objectif était clair, planter au moins 220 millions d'arbres pendant la journée. Même le Premier ministre, Abiy Ahmed, a participé.

Dans tout le pays, plus de 1000 événements ont été organisés pour permettre à la population de participer à cette opération massive.

Le dernier record en date était détenu par l'Inde et avait mobilisé 1,5 million de personnes afin de planter 66 millions d'arbres en une journée.

Pour l'Éthiopie, ce record n'est pourtant qu'une étape puisque cette opération fait partie d'un plan national appelé #GreenLegacy (Héritage Vert), qui vise à planter 4 milliards d'arbres d'ici la fin du mois de septembre : un objectif ambitieux, mais déjà bien entamé avec cette première action massive.

Symboliquement, l'ambassade d'Éthiopie en France a même planté 20 arbres dans son jardin à Paris pour participer aussi à l'évènement.

*Par Harold Paris sur positivr.fr, 31/07/2019*

Sylvie P.

## Le goût des mûres plein la bouche...

J'ai la chance de rentrer de la gare, tranquillement, à pied.

Cet été, de délicieuses mûres sauvages bordent le chemin en un coin que je garderai secret !

Ce soir-là, mon humeur est sombre, après une journée fort difficile. Je m'arrête donc pour savourer quelques mûres que j'aime tant.

Un grand black costaud me rejoint et me dit :

- Ca se mange ça ?
- Ah mais oui ça se mange ! C'est même très bon !
- Ce sont des fraises ?

Là je comprends qu'il ne connaît vraiment pas ce fruit (ni les fraises d'ailleurs).

Je l'incite donc à goûter, lui redis combien c'est bon. Et le voilà qui en prend une, deux et trouve cela très bon. Il m'en cueille une et me la donne.

- Si mes copains me voyaient, ils se moqueraient.

Là je n'ai pas bien compris, peut-être était-ce comme un retour en enfance un peu honteux.

- Au contraire, vous leur apprendrez que c'est bon !

Et nous nous quittons le goût des mûres plein la bouche, heureux de cette rencontre éphémère et insolite, effaçant l'amertume de la journée.

Aurélien C.

## Une belle expérience à Evry

En France et à l'étranger les réseaux RERS promeuvent la connaissance comme bien commun.

A Evry, environ 1 300 personnes offrent et demandent des savoirs. On échange toutes sortes de savoirs : bricolage, cuisine, informatique.

Le principe phare est la réciprocité.

Tout demandeur de savoirs est incité à partager les siens, mais pas nécessairement avec la personne qui lui en offre. C'est comme une sorte de contrat moral.

Entre autres choses, une personne a décidé d'apprendre à jouer de la guitare pour les enfants du quartier «car la musique, cela rassemble» dit-elle. Le réseau

*Des réseaux  
d'échanges  
pour diffuser  
le savoir*

propose aussi à 10 enfants à apprendre à s'organiser dans leur travail, et favorise les pratiques sportives et culturelles. Il y aurait en France 500 réseaux de ce type. Belle expérience et bravo Claire Hébert-Suffrin, la créatrice qui se dit «intéressée par le concept de réciprocité et la reconnaissance par tout un chacun de ses propres savoirs »

PAM.

## Un outil révolutionnaire contre les incendies !

*Des drones innovants,  
pour lutter contre les  
feux de forêt.*

Les pompiers et les ingénieurs cherchent depuis des années les moyens de lutter contre les risques encourus dans leur travail.

Le drone est un outil qui permet de patrouiller au dessus d'une zone suspecte, d'agir directement.

Non seulement, il peut accéder à tous les types de terrain et protège la vie des hommes.

De plus, dit un pompier interrogé par le journal : «équipé de nouvelles

technologies embarquées, il peut faire mieux que l'homme».

Le projet est d'en fabriquer qui seront capables de survoler de grandes zones de garrigue à moindre coût et faisant fi des vents forts !!

Moi qui suis un peu réticente devant la multiplication de ces engins, je dois reconnaître que je reviens sur mon opinion, en réalisant que cela peut éviter beaucoup de danger pour les hommes !

Anny B.

## La rentrée

*Une nouvelle  
émission  
à suivre !*

La rentrée et...une belle découverte dans la nouvelle grille des programmes de France Inter (87.8):

"La terre au carré", tous les jours du lundi au vendredi, de 13h30 à 14h30, animée par Mathieu Vidard.

Nature, climat, pollution, idées, engagements, solutions : toute l'actualité de la planète pour

imaginer le monde d'aujourd'hui et de demain.

J'ai écouté toute la semaine: c'est passionnant et interactif.

Ca booste pour s'engager davantage et c'est ...joyeux!

Disponible en podcast aussi.

Cécile L.

## Donner du sens à nos existences

*Le minimalisme ...  
en Inde.*

J'accueille cette semaine-là en France un collègue indien avec qui je travaille presque chaque jour, sans pouvoir nous rencontrer réellement très souvent.

Nous nous apprécions mutuellement professionnellement et j'apprécie son contact chaleureux.

En nous rendant à la cantine pour déjeuner, il m'explique qu'il est devenu végétarien depuis 6 mois.

Cela me surprend car j'avais dans l'idée qu'en Inde, 50% des gens sont végétariens, 50% ne le sont pas, uniquement par naissance, selon l'usage de sa famille. Je n'avais pas imaginé possible que certains y dérogent et passent d'un camp à l'autre.

Bref, je lui demande donc quelle est sa motivation, m'attendant à quelque chose en rapport avec l'avenir de notre planète ou le respect des animaux. Eh bien non, il me parle du minimalisme.

Grâce à Cécile, je comprends de quoi il me parle et mes yeux s'agrandissent de surprise.

Par souci de structuration personnelle, il souhaite orienter sa vie vers ce minimalisme, pour donner plus de sens à sa vie, pour ne pas se laisser aller à acheter sans que cela ne soit vraiment nécessaire (son niveau de vie, sans être riche, est très supérieure à la moyenne indienne). Il applique cette philosophie dans le domaine de la nourriture, des vêtements, de tous ses achats. Sans idéologie, progressivement, avec beaucoup de discernement et de sagesse, sa

femme n'étant pas dans cette même démarche.

Il me donne l'exemple de l'anniversaire des 60 ans de son père qui donne lieu à une fête gigantesque organisé par ses enfants, avec plus de 1000 invités pendant 5 jours.

La tradition est que les enfants en particulier soient habillés de neuf. Mon collègue a donc dû négocier arduement avec son père, d'accord pour la chemise mais pas pour le reste.

Et il était tout content que quelques semaines plus tard, une autre chemise soit suffisamment usée pour être mise au rebut, la nouvelle chemise prenant alors sa place sans être en plus dans l'armoire !

J'accueille cet échange avec gratitude, me sentant mystérieusement reliée dans nos humanités par une recherche concordante de juste rapport aux choses, pour donner sens à nos existences.

Aurélie C.

### L'Amour à 86 ans.

Un jeune homme de 86 ans monte dans l'autobus 46 et se place devant une jolie dame.

Ils échangent quelques paroles et découvrent qu'ils ont le même âge, un cancer etc. Le jeune homme est admiratif de la jolie dame, malheureusement il doit descendre pour prendre sa correspondance, à peine a-t-il fait quelques pas qu'il regrette de n'avoir pas continué le voyage avec la jolie dame.

Arrivé chez lui, décidément subjugué, il écrit à la main plein d'affichettes qu'il va coller sur les arrêts d'autobus du 46 sur le parcours emprunté avec la jolie dame, pour essayer de la retrouver.

Des jeunes gens s'émeuvent en lisant ce message et le transmettent sur tweeter ainsi que la mairie.

Une généalogiste pareillement intriguée, à l'aide de ses réseaux va retrouver les coordonnées des deux voyageurs et les mettre en relation.

Et bien à vous d'imaginer la fin de l'histoire...l'amour à 86 ans!

Annette C.

### Une devinette ?

"Lorsque je suis donnée spontanément, on m'obtient quasi systématiquement en retour, qui suis-je?"

Et ça ne coûte rien !

Vous voulez une bonne nouvelle? Savez vous que vous êtes responsable de la réussite de vos enfants, de la qualité du travail de vos employés....

Ils donnent le meilleur d'eux-mêmes lorsqu'ils se sentent **valorisés** ! (le contraire est malheureusement aussi vrai!)

Ainsi, en félicitant l'intelligence chez votre aîné, en souriant aux boutades du cadet ou en admirant le travail d'un artisan, ces derniers prendront plaisir à renouveler l'expérience et ainsi à s'améliorer toujours davantage !

Et si, comme le suggère Laurent Gounelle dans un de ses romans, nous nous engageons à faire, **chaque jour**, un compliment que ce soit à quelqu'un de notre entourage, un commerçant chez qui nous avons nos habitudes, voire une inconnue ou notre supérieur - qui reste humain donc perfectible bien que nous avons tendance à lui oublier cette caractéristique ?

Dans tout domaine... vous serez les premiers surpris des conséquences qui en découlent!

L'humain donne le meilleur de lui-même lorsqu'il est reconnu et valorisé.

Vous l'avez sûrement deviné : la réponse à la devinette ci-dessus est "un sourire"!

Claudie L.

*Une belle  
histoire  
d'autobus*

*Pour donner  
le meilleur  
de soi-même*

## Les pouvoirs des cheveux

*Une bonne idée  
d'échange  
avec  
votre coiffeur !*

Ce matin, j'ai entendu une chronique assez étonnante sur France Infos.

Une association de coiffeurs (Coiffeurs Justes), vient de lancer le concept de la récupération des cheveux !

En effet, ces derniers seraient dotés de plusieurs vertus étonnantes :

- Pouvoir de filtration, notamment pour filtrer les bassins de déversement d'orage sur les autoroutes,

- Pouvoir d'isolation, pour fabriquer des isolants thermiques,

- Pouvoir absorbant, pour pomper 8 l de pétrole à partir de 1 kg de cheveux, en cas de marée noire,

- Pouvoir de résistance, pour consolider le plastique ou le béton, car un seul cheveu résiste jusqu'à 100 g à l'étirement, Etonnant, non ?

Tous les coiffeurs ne sont pas encore sensibilisés.

Demandez donc au vôtre la prochaine fois que vous le verrez !

Raymond L.

## Une idée de lecture

*Une nouvelle  
série à dévorer  
pour les prochaines  
vacances !*

J'avais promis à Jean-Yves que si j'avais un coup de cœur pour un livre pendant mes vacances, j'en ferai part aux lecteurs de la Gazette.

J'ai dévoré une série de livres que mon fils m'a apportée.

Je n'ai pas fini, car j'ai lu les 9 premiers tomes et il y en a je crois déjà 15 de publiés. Ce ne sont pas des livres qui plairont à tout le monde j'en suis bien consciente.

Mais si vous avez aimé la série "Game of Throne" et si vous aimez lire (il y a 15 tomes tous bien gros et écrit en petits caractères), plongez vous dans les livres de George RR Martin : "Le trône de fer"

Tout d'abord, c'est écrit dans une langue très riche. Les descriptions sont fabuleuses. L'intrigue est encore un peu plus complexe que dans les films.

Et si vous avez vu les films et que vous n'avez pas aimé la fin, rassurez vous George RR Martin n'a pas encore terminé l'écriture de ses livres : à partir de la saison 6, les films ont pris de l'avance sur les livres et donc on a deux versions différentes.

A ceux qui se lanceront dans cette aventure livresque, bonne lecture!

Anne Claude C

## Nous accueillons ce mois-ci 1 nouveau lecteur :

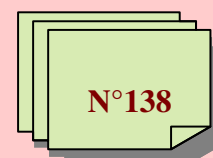
Claude F.

**2 articles (2 500 caractères au maximum) par lecteur.**

**Du vécu de préférence !**

**Les sujets d'ordre politique ou religieux sont à éviter, tout le monde n'ayant pas la même sensibilité.**

**Prochain numéro le :  
Dimanche 29 Septembre 2019**



**Diffusion de ce numéro par courriel : 534 personnes**

**Courriel : [gazette.dbn@orange.fr](mailto:gazette.dbn@orange.fr)**

**Blog partenaire : [www.bonnes-nouvelles.stress-info.org/](http://www.bonnes-nouvelles.stress-info.org/)**

**Pour vous désabonner : [gazette.dbn@orange.fr](mailto:gazette.dbn@orange.fr) / RGPD : aucun nom ni courriel n'est communiqué.**