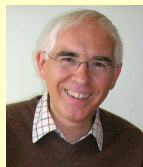


L₁ A₁ G₂ A₁ Z₁₀ E₁ T₁ T₁ E₁ D₂ E₁ S₁

B₃ O₁ N₁ N₁ E₁ S₁ N₁ O₁ U₁ V₄ E₁ L₁ L₁ E₁ S₁



EDITO

Numéro **116**
Septembre 2017

La citation du mois :

« Si tu ne peux
être une étoile au
firmament, sois
une lampe dans
la maison »
(*proverbe
arabe*) ».

Mois historique, notre Gazette vient de franchir la barre des 500 lecteurs : Julie L. vient en effet de s'inscrire dans la liste de diffusion !

Mais mois également de reprise du chemin de l'école, des études, du travail ou d'autres occupations diverses et variées.

C'est vrai que le réveil qui sonne à 6h00 le matin, avec 3h45 de transport par jour, cela me change un peu du rythme des vacances...

Cependant, chacun peut trouver des petites compensations pour mieux aborder ce changement de tempo.

De mon côté, je voudrais vous partager quelque chose de très banal et de très facile, qui me donne beaucoup de joie : faire de la compote !

Mais attention, pas n'importe quelle compote...

Cette année, nous avons eu la chance (du moins en région parisienne), d'avoir eu une excellente année à fruits. Dans notre jardin, abricots, pêches, raisins, noisettes et... pommes ont été très abondants.

La nature nous a vraiment gâtés !

Alors depuis 3 semaines, tous les samedis, je vais ramasser les pommes du jardin, et je fais 6 ou 7 kg de compote, ce qui me prends bien 2 ou 3 heures.

J'ai maintenant ma technique : après avoir lavé la peau, je coupe les pommes en deux et les mets directement dans une grande cocotte, en gardant la peau et les pépins. Et le secret, c'est qu'ensuite, je passe tout au moulin à légumes, pour avoir une compote bien lisse et bien onctueuse. Chacun sait que le meilleur dans la pomme, c'est la peau (vitamines) et les pépins (la pectine lutte contre le mauvais cholestérol).

Préparer de la compote en bocal ou au congélateur, c'est préparer du soleil pour l'hiver, mais c'est aussi retrouver les gestes d'antan, le contact avec la nature.

Nous avons tous des racines paysannes, plus ou moins lointaines, et c'est bon de les retrouver, de les connecter et de les faire revivre...

Jean-Yves



Dans la vie, il y a des hasards assez étonnants !

Rencontre

Il y a quelques années (3 ans, peut-être), j'avais eu une très forte pensée pour un chauffeur que je ne connaissais pas mais qui, disait le journal, était à l'hôpital après un accident, des chevaux lui ayant barré le passage sur ...l'autoroute.

Mais aujourd'hui, je suis dans le train.

- Vous permettez, Madame?

- Mais bien sûr, Monsieur.

- Je préfère m'asseoir car je peux avoir un manque d'équilibre. Je ne vois que d'un œil.

Je le regarde, il a un beau sourire. Ses deux yeux sont très beaux. Je le lui dis.

- C'est incroyable, vous ne voyez rien et vous avez des yeux magnifiques ! Il me dit :

- Oui, mais c'est dans mon cerveau que cela se passe, j'ai perdu l'odorat également mais j'ai de la chance, car je peux conduire. Aujourd'hui, je n'ai pas pris la voiture car les places de parc sont rares vers la clinique où je me rends et les PV sont abondants. J'en ai eu la preuve !

- J'ai eu la même expérience que vous, lui dis-je. Je me suis rendue là-bas plusieurs fois pour une amie et pour moi-même. J'ai eu 2 fois un dépassement car à la clinique, on nous fait toujours attendre. Mais j'ai rapidement payé, ainsi je ne suis pas de mauvaise humeur longtemps !

Nous avons poursuivi notre conversation ainsi gaiement, puis son arrêt s'approchant il me dit :

- Au fait, savez-vous pourquoi j'ai eu cet accident ?

- Non, lui dis-je.

- Des chevaux, sur l'autoroute.

- Mais, vous êtes « passé » dans le journal ?

- Oui.

Il était temps pour lui de descendre. J'avais l'impression de l'avoir toujours connu. Je lui ai mis la main sur l'épaule et lui ai dit chaleureusement.

- Bonne route dans la Vie et passez une bonne journée.

- De même pour vous Madame, j'ai eu du plaisir de bavarder avec vous.

Andrée de K.

Chacun donne ce qu'il peut : un bel échange...

Une attention

Je m'en allais, les mains dans mes poches crevées...

Ce matin, ce n'est pas mon paletot mais une rencontre qui fut idéale.

A un feu rouge, un type s'est avancé vers ma voiture. Probablement pour quémander.

Moi, gêné par une absence de monnaie, j'ouvre quand même la vitre par politesse.

Le type me décoche un large sourire, me serre la pince et balbutie un :

"Bjour monsieur, j'espère rentrée bien passée pour vos enfants !"

Et il s'en va. Me laissant tout déconfit. J'essaie de le rappeler, mais il est déjà trop tard. Le feu est au vert.

Au fond, ce type a tout compris. Donner à l'autre ce dont il a le plus besoin.

Un regard.

Un sourire.

Une attention...

Daniel G.

Des réparations à prix coûtant

Un garage solidaire

Mme Clarisse Briot écrit, dans le journal du Secours Catholique, qu'un nouveau garage solidaire soutenu par l'Association a ouvert au mois de mai 2017, à Chadrac, dans la banlieue du Puy en Velay (Haute Loire).

Dans ce secteur, explique Mr Alain Guérin-Boutaud, délégué local, le territoire

est enclavé et les transports publics disparaissent peu à peu. Aussi la voiture particulière est indispensable.

Ce garage solidaire, qui fait partie du réseau Solidarauto, réseau soutenu aussi par deux autres partenaires (FIT 43 et Auto liberté pour tous), reçoit également des fonds publics.

Il s'autofinance néanmoins à hauteur de 50%. Il permet à des personnes aux revenus modestes, orientées par les services sociaux, de faire réparer leur véhicule pour moitié moins cher.

En effet, les pièces détachées y sont vendues à prix coûtant et avec une exonération de TVA. Il est également possible d'y louer à la journée un vélo, un scooter ou une voiture. Des voitures d'occasion à petit prix (de 800 à 2000 euros) peuvent aussi y être achetées.

Pour en savoir davantage sur ces garages solidaires, consulter sur Internet les sites :

<https://www.consommerdurable.com/.../>

Ou-trouver-garage-solidaire-pres-de-chez-soi.com

www.selfgarage.org/

www.garages-solidaires.fr/infos/carte-garages.html

Lyliane M.

Jeunes et moins jeunes

*Il faut faire
quelques
réparations...*

Cet après-midi dans une petite ville de province, je vois arriver sur le trottoir d'en face un jeune couple, se tenant par la main et parlant tout en cheminant.

Et juste après sur ce même trottoir, un couple de personnes âgées, allant dans l'autre sens se tenant par le bras, parlant tout en cheminant.

Deux moments de la vie d'un couple qui se sont croisés, deux moments emprunts de tendresse et d'attention.

Et j'ai imaginé que dans soixante ans, avec un peu de chance ce jeune couple marchera encore en se tenant par la main ou par le bras.

Dans la précédente Gazette il y avait un article sur l'obsolescence programmée des appareils électroménagers et l'anecdote de Jean-Yves et de son vélo de 25 ans. J'aimerais dire à tous les jeunes et moins jeunes qu'il n'y a pas d'obsolescence programmée de l'amour dans un couple.

L'amour s'entretient, parfois il faut faire quelques réparations.

Alors ne jetez pas votre amour à la première difficulté.

Anne Claude C.

(30 ans de mariage cette année)

Nouveaux adhérents

*Un merci à partager
pour 500
personnes !*

Je suis heureuse de lire le nom de nouveaux adhérents, à qui j'ai vanté les mérites de cette gazette !

Je continue au fil du temps à en parler autour de moi, car je sais que les petits ruisseaux font les grandes rivières.... 500 bientôt !

Je me souviens émue des débuts.... et moi aussi j'ai eu le bonheur durant 8 jours sur le GR10 de vivre la belle aventure humaine.

Merci pour ce que vous avez créé !
Belle continuation.

Corinne l'H.

Un potager sur un super marché

*Bonne idée
chez nos amis
du Canada.*

Montréal. Un supermarché de Montréal vend depuis le 19 juillet, des fruits et légumes cultivés sur son toit végétalisé, une première au Canada.

Le potager, de 2.300m2, propose une trentaine de variétés de fruits et légumes biologiques certifiés qui seront commercialisés jusqu'à l'automne.

L'eau permettant d'irriguer le potager est récupérée, à même le système de déshumidification du supermarché.

Huit ruches ont également été installées sur le toit, avec l'objectif de vendre

près de 600 pots de miel. "Le toit vert potager" permet une culture de légumes "dans le plus grand souci de l'environnement" a indiqué le propriétaire du supermarché, Richard Duchemin.

A quand cette merveilleuse idée ici en Europe, nos pays disposent en effet d'un nombre incroyable de centre commerciaux?

Source: Metro vendredi 21 juillet.

Erice D.

Un verre de trop...

J'ai participé à une « convention » dans mon entreprise, regroupant 140 personnes venant de toute la France, et à laquelle on m'avait demandé de participer pour une table ronde.

Avant d'intervenir, il y avait un déjeuner qui était sous forme de buffet debout. Juste à la fin du repas, arrivant au buffet des desserts à la recherche de chocolat, une personne me bouscule du coude, et envoie valser mon verre de Bordeaux moitié sur ma cravate et moitié sur ma chemise !

Déjà que je n'étais pas très à l'aise à l'idée de parler devant un public de cette taille, là, je me suis retrouvé carrément sous l'emprise d'un grand stress !

J'ai couru alors en dévalant les escaliers pour aller aux toilettes, et essayer de voir ce que je pouvais faire...

Je n'ai pas lésiné sur l'eau chaude, le savon liquide et les frottements.

Premier miracle : j'ai réussi à sauver ma cravate de ce désastre, ouf...

Par contre, pour ma belle chemise blanche, même en m'y reprenant à 3 fois, je n'ai pas réussi à faire partir complètement les auréoles bordeaux...

En sortant des toilettes, je rencontre un collègue et lui demande : « tu ne trouves rien de particulier sur moi ? ». Il me regarde : « si, ton nœud de cravate est à resserrer ! ».

C'était le 2° miracle : mes auréoles coupables étaient cachées par les pans de ma veste.

J'ai donc participé à ma table ronde en étant bien soulagé sur mon côté « extérieur », et ma prestation s'est finalement bien déroulée.

J'en tire la conclusion que, même dans une situation qui semble désespérée (le vin et les habits font rarement bon ménage), avec un peu de foi et d'énergie, les choses peuvent s'arranger !

Jean-Yves L..

Flash sur des nouvelles entendues sur Europe 1

☞ Des entrepreneurs et des restaurateurs lancent l'idée du « Frigo Jaune ».

Placés bien en vue dans les salles de restaurants, ceux-ci sont destinés à recevoir les plats du jour qui n'ont pas été consommés et que ceux que cela intéressent peuvent venir, gratuitement, récupérer chaque soir.

Cette formule tend, paraît-il, à se généraliser. Limiter le gâchis n'est-ce pas une très bonne nouvelle ?

☞ Dans la même émission, on a évoqué la création, en Bretagne, d'une entreprise qui fabrique des gobelets en algue, donc, bio-dégradables en très peu de temps !

Anny B.

Belle histoire d'amour

Même la mort n'a pas réussi à les séparer. Mariés depuis 75 ans, Jean Spear, 94 ans, et son époux George, 97 ans, sont décédés à quelques heures d'intervalle, à l'hôpital Carleton d'Ottawa (Canada), la semaine passée.

Le couple s'est rencontré en 1941, à Londres, en temps de guerre. Lui était soldat canadien, et elle une jeune Anglaise pétillante. Le couple s'est accordé une danse lors d'une soirée qui s'éternisera, et les deux amants se marieront

*Comment se sortir
d'une situation assez
cocasse...*

*Respect
des aliments
&
respect
de la nature*



*Fidèles pendant
75 ans*



*Le vent porte les
initiatives
collectives*

*Un lieu de
rencontre
très inédit !*

*Covoiturage régulier
et partage de
véhicules, lors de longs
trajets.*

l'année d'après.

Vendredi 15 septembre, ils sont donc morts à seulement quelques heures d'intervalle. Jean a développé une pneumonie et a été admise à l'hôpital le mardi ; George l'a appelée le mercredi.

Le lendemain, ce dernier est tombé dans un sommeil profond et a également été admis à l'hôpital, où les infirmiers ont essayé de réunir le couple au même étage. Avant que cela ne puisse être fait, Jean est tombée dans un sommeil paisible et est morte à 4 h 30 le vendredi, suivi de George à 9 h 45.

"Nous nous racontons des histoires pour nous sentir mieux. Mais cela défie toute sorte de logique. Nous avons été submergés par la soudaineté", a expliqué leur fille Heather Spear au quotidien OttawaCitizen.

Leur fils a dévoilé que le bonheur et la longévité du mariage de ses parents résultait d'un respect mutuel pour les intérêts de chacun. Chacun a reconnu que l'autre avait besoin de ses propres intérêts pour être heureux ", explique-t-il.

Les Histoires d'Amour finissent mal en général ... Les Rita Mitsouko

Comme disait Jacques Brel : "En partant ensemble au paradis, ils ont évité à l'autre de se retrouver en enfer."... histoire de terminer sur un mode plus humoristique.

Cécile F.

Aux sources de « l'éolien citoyen »

Le premier parc éolien porté et financé par des citoyens a vu le jour à Béganne, dans le Morbihan, il y a 3 ans et maintenant cette initiative a essaimé en Bretagne et au-delà.

L'idée de départ vient d'un couple d'agriculteurs qui voulait installer une éolienne individuelle et s'est demandé pourquoi ne pas entraîner d'autres personnes ?

C'était pour ces gens « le souhait

profond de se réapproprier un bien essentiel : l'énergie, comme les colibris de Pierre Rabhi. Ils ont l'impression de faire leur part dans la transition énergétique indispensable aujourd'hui ».

Ces pionniers sont résolus à transmettre leur expérience bien au-delà de la Bretagne.

Il y a déjà une trentaine de projets aux 4 coins du pays !

Paul B.

Des moutons à Nanterre

Non, décidément, les gens ne restent pas les bras ballants : ainsi avons-nous découvert des légumes au pied des tours à Nanterre ...

Sur le campus de l'Université de Nanterre, à côté de la Ferme du Bonheur, se situe un espace de verdure : le PRE (Parc Rural Expérimental).

Mais, en dehors du jardin nourricier c'est un lieu où se mélange un public très différent.

Lieu de rencontre : face à la nature dit le créateur du lieu, on est tous au même niveau, en récoltant tu ne fais pas que du jardinage, tu discutes !

Auriez-vous pensé que, chaque dimanche, les moutons traversent le campus universitaire pour se rendre au Parc ?.

PAM

L'auto-stop organisé, « Rézo Pouce ».

Une application mobile permet de mettre en lien autostoppeurs et conducteurs. Une mode des années 1970 : l'auto-stop, pratique autrefois, peu sécurisante et souvent trop aléatoire, pourrait connaître un nouvel essor.

Le dispositif est déjà bien connu en Aveyron, des Saint-Africains et des Larzaciens.

Vendredi 15 septembre, Millau Grands Causses est devenue la troisième Communauté de communes du Sud-Aveyron à adopter Rézo Pouce, système



Journal de Millau

d'auto-stop organisé et sécurisé.

L'adhésion au dispositif a coûté 4 000 € à la Comcom. Le reste, c'est le Parc des Grands Causses qui le prend en charge, dans le cadre du Territoire à énergie positive.

"Il s'agit d'un auto-stop organisé", résume Gérard Prêtre, le président. En tout, soixante-huit points d'arrêts, disséminés dans trente-huit villages de l'Aveyron.

Tous les détails du fonctionnement ici:

<http://www.ville-saint-affrique.fr/?lang=1&gr=1&th=19&art=3240>

Cécile F.

Ne nous privons pas du plaisir de faire connaître un « concurrent » de la Gazette, qui œuvre dans le même esprit

PositivR

POSITIVR TOP SOCIÉTÉ FAMILLE PLANÈTE ANIMAUX VIDÉOS DOSSIERS PLUS

VOTRE DOSE QUOTIDIENNE D'INSPIRATION POSITIVE

SOCIÉTÉ
Victoire : les Saoudiennes obtiennent enfin le droit de conduire.

INDOLITE
Des passages piétons trompe-l'œil font ralentir les automobilistes islandais. Explications. (VIDÉO)
27 septembre 2017

PLANÈTE
Cancie à base d'eau et d'argile, cette climatisation écolo fonctionne sans électricité. Explications.

CITATIONS
E PERDS JAMAIS. IT JE GAGNE, J'APPRENDS.
10 des citations les plus inspirantes de Nelson Mandela : le courage et la détermination. (VIDÉO)

TESTIMONES Un papi formidable - il construit des mini montagnes russes pour ses petits-enfants. (VIDÉO)

À NE PAS LOUPER

Santé
Baumes à lèvres toxiques : 10 produits célèbres... mais à éviter.
Victoria Ouïcher 26 septembre 2017

Énergie renouvelable
Énergie : le Royaume-Uni va équiper 800 000 foyers en panneaux solaires, et ce, gratuitement !
Axel Leclercq 26 septembre 2017

Planète
Ce couple a acheté des terres abandonnées sur le Bon Coin pour en faire une réserve sauvage.
Raphaëlle Dormieu 25 septembre 2017

<https://positivr.fr/>

Transmis par Chantal B

Nous accueillons ce mois-ci la 500^e lectrice !

Julie L.

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 Octobre 2017**



**Diffusion de ce numéro par courriel : 500 personnes
Courriel : gazette.dbn@free.fr
Blog partenaire : www.bonnes-nouvelles.stress-info.org/**