

DEMAIN ... JE ME LEVE

de Bonheur

Gazette #3
2020

ANJOU
LOIR &
SARTHE
communauté de communes



Le saviez-vous ?

POURQUOI AVONS-NOUS LES PIEDS SUR TERRE ?

Notre planète attire vers son centre les êtres vivants et les objets qui se trouvent à sa surface. C'est pour cela que nous avons les pieds sur le sol, à n'importe quel endroit de la Terre. C'est aussi pour cela que lorsque l'on lâche un objet, il tombe toujours vers le bas. Cette force s'appelle la gravitation.

Lire, jouer, s'informer, mais surtout oublier les actualités du jour ! ... Cette petite gazette vous est proposée par la Communauté de communes pour vous apporter ce petit temps de bonheur simple.

JE PASSE MON CERTIFICAT D'ÉTUDE

Deux sortes d'épreuves composaient le certificat d'études : les épreuves orales et les épreuves écrites. Parmi ces dernières, figurait une dictée d'orthographe de quinze lignes dont seuls les points finaux des phrases étaient indiqués. En voici une (truffée de fautes !) donnée au certificat d'études de Tende dans les Alpes-Maritimes le 3 juin 1957

Sur le paquebot...

Après une journée étouffante le soir semble venir vous délivré... C'est la vie qui renait d'un coup à l'heure routinière ou le reste du monde va dormir. En un clint d'œil tout change. La mer la première s'assombrie, la vague clair prend un ton gris d'éthain, puis le ciel se sendre et l'on ne voit plus au couchan que la gorge rose du jour que l'horizon marin paraît tranché. Là-bas une barque de pêcheur emporte dans sa voile ce qui reste de lumière. C'est finit, la nuit tombe...ou plutôt non, elle monte. Elle s'élève de a mer comme un brouillart, comme un lourd voile bleu qui joint la vague au ciel. A onze heure tout s'éteint. L'escalier se remplit des dernier rires, le bard se vide : tout le paquebot va dormir.

Réponse au verso

JE SUIS LOGIQUE

Il est 7h du matin. Vous êtes endormi et il y a un coup soudain à la porte. Derrière la porte se trouvent vos petits-enfants qui sont venus prendre le petit-déjeuner. Dans votre frigo, il y a du pain, du lait (pasteurisé), du jus de fruit et un pot de confiture. Qu'allez-vous ouvrir en premier ?

Réponse : Si vous avez répondu "ouvrir la porte" ou "ouvrir le frigo", vous êtes tombés dans le panneau. Vous allez d'abord ouvrir vos yeux puisque vous étiez en train de dormir. En frappant à la porte, vos petits-enfants vous réveillent.

JE CUISINE

GALETTE DE RIZ

Portez à ébullition un demi-litre de bouillon de volaille et un verre de vin blanc.

Versez 200 grammes de riz, deux échalotes hachées, deux cuillères à soupe de persil haché, et cuisez jusqu'à ce que le liquide soit absorbé. Incorporez quatre fonds d'artichauts (en boîte) hachés, trois œufs battus, quatre cuillères à soupe de parmesan, formez des galettes et faites-les dorer dans le beurre 3 minutes de chaque côté.





Dessins, créations confectionnés par les enfants du territoire

JE M'INTÉRESSE DE PRÈS

ENFIN UN CONGÉ RÉMUNÉRÉ

A partir d'octobre 2020, les personnes prenant soin d'un proche en perte d'autonomie pourront bénéficier d'une indemnité journalière du proche aidant. Ce dispositif se substituera à l'actuel congé du proche aidant instauré en 2017, très peu utilisé car non indemnisé. Le nouveau congé sera rémunéré à hauteur de 43 € par jour pour les personnes vivant en couple et 52 € pour une personne seule. Versée par la Caisse d'allocations familiales et celle de la Mutualité Sociale Agricole, cette indemnité sera prise en compte dans le calcul de la retraite. D'une durée maximale de trois mois, ce congé sera fractionnable.

DES EXPLOITATIONS AGRICOLES

TOUJOURS PLUS GRANDES...

Surface agricole utilisée (SAU) moyenne par exploitation

1988 : 28 hectares
2000 : 43 hectares
2010 : 56 hectares
2016 : 63 hectares

... ET DE MOINS EN MOINS DE FERMES

1955 : 2.3 millions
1988 : 1 million
2000 : 0.6 million
2017 : 0.4 million

(Source : Agreste)

JE JARDINE



RONGEURS ET BULBES

Les mulots, les souris et d'autres rongeurs se montrent très friands des bulbes : ils les déterrent, surtout en hiver et les dévorent. Si vous plantez en groupe, recouvrez les bulbes d'une légère couche de terre, puis posez un grillage métallique ou en plastique, à mailles pas trop grosses, qui fera échec au fouissage des rongeurs.

RÉPONSE «Passez votre certificat d'étude»

Sur le paquebot...

Après une journée étouffante le soir semble venir vous délivrer... C'est la vie qui renaît d'un coup à l'heure routinière où le reste du monde va dormir. En un clin d'œil tout change. La mer la première s'assombrit, la vague claire prend un ton gris d'étain, puis le ciel se cendre et l'on ne voit plus au couchant que la gorge rose du jour que l'horizon marin paraît trancher. Là-bas une barque de pêcheur emporte dans sa voile ce qui reste de lumière. C'est fini, la nuit tombe...ou plutôt non, elle monte. Elle s'élève de la mer comme un brouillard, comme un lourd voile bleu qui joint la vague au ciel. A onze heures tout s'éteint. L'escalier se remplit des derniers rires, le bar se vide : tout le paquebot va dormir.

JE ME RELAXE

FAVORISER L'ENDORMISSEMENT

En posture allongée, sur le dos, la tête dans l'axe de la colonne vertébrale, vos bras le long du corps, les jambes écartées de la largeur du bassin, fermez les yeux.

Prenez trois grandes inspirations et sur, chaque expir, déposez votre corps sur votre matelas et votre oreiller.



Prenez conscience de tous les points d'appui de votre corps en faisant cheminer votre regard intérieur de la tête jusqu'aux pieds, en conscience des parties qui s'enfoncent et de celles dont le toucher est plus subtil. Placez maintenant votre attention sur votre respiration : sentez la fraîcheur de l'air à l'inspiration et la douce chaleur sur l'expiration, ayez conscience de l'air qui chemine sur l'inspiration par le nez jusque dans vos poumons et qui reprend le chemin inverse sur l'expiration par la bouche ou par le nez.

ANJOU
LOIR &
SARTHE
communauté de communes

Magazine réalisé par la
Communauté de communes
Anjou Loir et Sarthe
103 rue Charles Darwin - TIERCE

Service solidarités - 06 42 49 29 27
www.ccal.fr
facebook : ccanjouloirsarthe