

Le GEM à domicile

Newsletter n° 7

Trucs et astuces pour s'occuper



Citation de la semaine :

"Le bonheur est un état d'esprit. Il s'agit de la façon dont vous regardez les choses." Walt Disney



Sommaire

Bricolage :

- Collage de journaux page 3
- Miels médicinaux page 4
- De la litière pour mon chat page 5

Couture :

- Un cordon d'appareil photo page 6

Recettes :

- Gelée de rose page 7
- Gommages page 8

La page d'Histoire page 9

Culture page 10

Les rendez-vous de la semaine page 11

Jeux page 12

Concours page 15

Bricolage



Aujourd'hui je fais

Un collage de journaux

Matériel :

- de vieux journaux
- de la colle et un pinceau
- des ciseaux
- un chiffon

Le 3 Mai est la journée de la liberté de la presse, prenons donc la liberté de découper dans la presse des articles rigolos afin d'en recouvrir une porte de placard, ou autre meuble...

1. Sélectionner et découper les pages des journaux en les tailles.
2. Coller d'abord les plus grandes , à l'aide du pinceau trempé dans la colle, puis organiser les petites tout autour.
3. Bien maroufler avec le chiffon pour pousser l'air du centre des papiers vers l'extérieur.
4. On peut passer un vernis ou le laisser tel quel : le jaunissement des articles apportera un petit côté vintage !



Bricolage



DES MIELS MEDICINAUX

Anti-grippe

- 1 petit pot de miel
- 1 tête d'ail

1. Peler les gousses d'ail et les mettre dans un pot de miel.
2. Laisser infuser pendant 1 mois, puis filtrer. On peut alors consommer les gousses.
3. Consommer 2 cuillères à café de miel à l'ail par jour en cas de grippe ou en prévention pendant les maladies de l'hiver

Adoucissant pour la gorge

1 petit pot de miel
des pommes de pin vertes

1. Cueillir les pommes de pin alors qu'elles sont encore vertes (fermées et collantes de sève).
2. Les laisser infuser dans le miel pendant 1 mois, puis filtrer.
3. Ce miel accompagne merveilleusement le thé et les tisanes, auxquels il ajoute un parfum "bonbon des Vosges". Il est décongestionnant et apaise les maux de gorge.

Stimulant

- 1 petit pot de miel
- 1 rhizome de gingembre
- 1 bâton de cannelle

1. Couper le gingembre en fines lamelles et les laisser infuser pendant 1 mois dans le miel. On retirera la cannelle au bout d'une semaine.
2. Filtrer et consommer tel quel ou dilué dans de l'eau chaude additionnée d'un jus de citron. C'est le remède des chanteurs, pour se chauffer la voix, et un stimulant qui aide à combattre les infections. On peut aussi l'appliquer en cataplasme.



Anti-septique

1 petit pot de miel
1 poignée de thym

1. Laisser infuser le thym dans le miel pendant 1 mois, puis filtrer.
2. Prendre 1 à 2 cuillères à café de miel au thym pour combattre le rhume et l'encombrement des bronches. Les propriétés antiseptiques du miel sont renforcées par celles du thym ; on peut donc en mettre sur une plaie pour aider la cicatrisation .

Bricolage



Idée
recyclage



De la litière pour chat

Matériel :

- du papier journal
- du bicarbonate de soude
- du liquide vaisselle
- de la terre de sommières



1. Déchiqueter le papier journal en petits morceaux.
2. Le faire macérer dans une marmite d'eau chaude avec un peu de liquide vaisselle.
3. Vider l'eau et la renouveler, cette fois sans liquide vaisselle, pour rincer.
4. Essorer cette bouillie autant que possible, puis la mélanger avec le bicarbonate de soude.
5. L'égréner dans un plat et la laisser sécher au soleil pendant 2 jours.
6. Verser la litière dans un bac et la saupoudrer de terre de sommières, qui à la fois absorbe les liquides et désodorise.



Couture

Un cordon d'appareil photo

Matériel :

- Un foulard
- des chutes de faux cuir
- 2 petits anneaux
- 2 petits mousquetons
- une machine à coudre



1. Découper deux petits sabliers dans le faux cuir.
2. Les coudre solidement aux extrémités du foulard en inclant les anneaux qui tiendront les mousquetons (récupérés sur des porte-clés).

Recette de cuisine



Gelée de rose

Ingrédients

- 10 roses très parfumées
- 60CL d'eau
- du sucre à confiture avec pectine
- 1 citron



Préparation

1. Cueillir, le matin, une dizaine de roses très parfumées. Les faire macérer dans 60CL d'eau frémissante pendant 10 minutes.
2. Laisser refroidir, puis filtrer en pressant les pétales.
3. Peser le liquide à la rose. Le mélanger avec le même poids de sucre à confiture et le jus du citron.
4. Faire bouillir en remuant pendant 5 minutes, puis verser en pot.

Recette cosmétique



Gommage Corps tonique et hydratant

INGRÉDIENTS :

- 3 cuillères à café de noix de coco râpée
- 2 cuillères à café de sucre
- 4 cuillères à café d'huile de coco



Gommage Visage détox

INGRÉDIENTS :

- 1 cuillère à soupe de yaourt
- 1/2 cuillère à café de charbn actif
- 5 gouttes d'huile essentielle de tee tree
- 1 pincée depoudre de noyau d'olive



La page d'Histoire

Mais que s'est-il passé le 4 Mai des années passées? Voici un petit récap'

Dans le monde un 4 mai

- Journée internationale des pompiers le 4 mai de chaque année.
- Jour du Souvenir en Afghanistan, en souvenir des martyrs et des handicapés.
- Fête de la Jeunesse en Chine en commémoration du 4 mai 1919 .
- Fête de la littérature à Taïwan.
- Journée de l'oiseau aux Etats-Unis d'Amérique.
- Repos national au Japon.
- Journée de Cassinga en Namibie en mémoire du massacre du même nom en 1978.
- Journée nationale du souvenir aux Pays-Bas.
- Anniversaire du couronnement du Prince au Royaume des Tonga.
- Bonne fête aux Sylvain, Eneour, Florian, et leurs dérivés. Bonne fête également aux Antonine et Florimond. A la saint Antonin, les amoureux se prennent la main. C'est à la saint Antonin, que vend son vin le malin.

ça s'est passé un 4 Mai

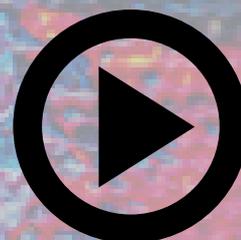
- 4 mai 1855 : William Walker, un aventurier et flibustier, quitte San Francisco pour conquérir plusieurs pays d'Amérique Latine. Il réussira son projet puisqu'il sera président du Nicaragua un an plus tard.
- 4 mai 1919: En Chine, 3000 étudiants manifestent à Pékin, devant la porte Tian'anmen pour protester contre la présence japonaise induite par le traité de Versailles.
- 4 mai 1945: Capitulation de l'Allemagne par la signature de la convention de Lunebourg. La capitulation vaut pour les troupes au nord-ouest de l'Allemagne mais également les Pays-Bas et le Danemark
- 4 mai 1979: Margaret Thatcher devient la première femme Premier ministre au Royaume-Uni. On la surnommera la Dame de Fer.
- 4 mai 1990: La République socialiste soviétique de Lettonie proclame la restitution de son indépendance, à la fin de l'occupation soviétique.
- 4 mai 1994: Yasser Arafat et Yitzhak Rabin signent l'Accord du Caire, afin de concrétiser le projet d'autonomie de Gaza et Jéricho. Ils recevront le prix Nobel de la paix quelques mois plus tard.
- 4 mai 2000 : Internet est touché, pour la première fois, par un virus qui va se propager de façon massive. Le virus, connu sous le nom "I Love You" se propage via une fausse lettre d'amour. Il touchera plus de 3 millions de machines en quatre jours seulement, et plus de 10% du parc informatique connecté à Internet sera touché.
- 4 mai 2010: Le tableau de Picasso "Nu au plateau de sculpteur" est vendu aux enchères chez Christie's à New York. Adjudgé 106,4 millions de dollars, il devient l'oeuvre d'art la plus chère jamais vendue aux enchères.

Culture

Film à voir : "Time out"
réalisé par Andrew Niccol



Livre à écouter : "L'arbre des
possibles et autres histoires" de
Bernard Werber



Musique : Les Croquants " Le
Tourbillon de la vie"



Cliquez sur le lien pour voir/écouter

Rendez-vous de la semaine

Concert des Rolling Stones !!!

Les Rolling Stones ont suivi le mouvement, et s'apprêtent à diffuser une série d'anciens concerts intitulée « Extra Licks ». Ces performances rares seront à suivre en streaming gratuit sur leur chaîne Youtube, chaque dimanche, dès le 3 Mai.

Pour voir le concert du dimanche 3 Mai cliquez sur le bouton



Allez à l'Opéra de Paris

Carmen, le Lac des cygnes ou encore le Barbier de Séville, pendant le confinement, l'Opéra de Paris dévoile une belle programmation de spectacles accessibles gratuitement en ligne. Cette semaine retrouvez "Le songe d'une nuit d'été" en cliquant sur le bouton.



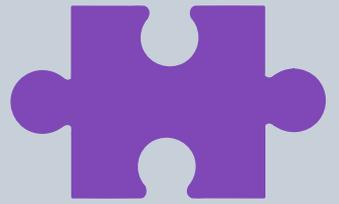
Jeux



Voici un lien vers des jeux
de société en ligne
Cliquez sur le Dé



Lien vers des puzzles
en lignes
Cliquez sur le puzzle



Mots mêlés : Développement durable



ARBRE
BIO
CARBONE
CLIMAT
DECHETS
DIVERSITE
DURABLE
ECOLO
ENERGIE

EOLIENNE
ESPECES
NATURE
OGM
PETROLE
POLLUTION
RESPECT
VERT

Jeux



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
I													
II													
III													
IV					■								
V						■					■		
VI			■	■	■					■			
VII							■		■				
VIII					■			■					
IX												■	
X										■			
XI											■		
XII													
XIII				■									

HORIZONTALEMENT

I. A donc rendu les armes. II. Passe donc de "visage pâle" à "peau rouge". III. A forcément sa place dans la famille des "Beaux hamais". IV. Cet ingénieur fut entre autres le fondateur de BMW. Sur Mame dans le Val-de-Mame. V. Il recouvre de vastes surfaces en Europe, en Chine et aux Etats-Unis. Au coeur d'un lieu saint. Symbole d'une unité de mesure physique. VI. Préfixe. Élément architectural. Grecque dans un sens comme dans l'autre. VII. Symbole d'une unité de mesure du système international. Un quartier de Roanne. Rien qu'à entendre ce mot et ça jette "un froid". VIII. Mena, mais dans le sens inverse. En novembre et décembre mais pas en octobre. Nom donné par les Tahitiens aux étrangers. IX. Auriez donc une attitude qui dénote un comportement de mépris. Un quartier de la Villette. X. Qui concerne l'art du médecin. Respecté l'ordre du jour. XI. Toutes petites écailles. Certains prétendent qu'il repose sur rien et que ce n'est qu'une illusion. XII. Général spartiate qui dirigea avec Thémistocle la flotte grecque à la bataille de Salamine. Suffixe que l'on ajoute à un adjectif numéral. XIII. Grâce à "l'Origine des sentiments moraux" ce philosophe allemand fut promu docteur en philosophie. Boissons emblématiques des Pieds-Noirs.

VERTICALEMENT

1. Disjoindre, dissocier en parlant de deux pièces de fonctionnement d'un mécanisme. 2. Est donc atteint du syndrome de "Clérambault". 3. Désigne entre autres un groupe de louveteaux dans les mouvements scouts. Dans certaines circonstances, sa tête est soutenue par un bras. 4. Sa bataille se termina par la victoire de Septime Sévère contre son rival Pescennius Niger en 194. Commune de France qui se situe dans l'aire géographique et dans la zone de production de l'AOP Valençay. 5. Prénom d'une actrice qui se fit connaître à 18 ans grâce à un film où elle joue le rôle de Lucy Hamon. Une des cinquante Néréides. Mit une auréole autour de la tête des saints. 6. Il fut fondé en 1983 par Rémy Rachou. Fromage du Bugey. 7. Tangué quand il est grand. Touchai au but. 8. Ville et cours d'eau en Bavière. Si vous y mettez bon ordre, ça vous donnera forcément des idées. 9. Cariset. En fin d'étape et en tête du peloton. Il oeuvrera à la création de l'École Normale Supérieure de Sèvres. 10. Petite toile de tente à un seul mât. Une chanson de Félix Leclerc dans le répertoire de Céline Dion. 11. Les habitants de cette ville sont les Saglens. Peintre, sculpteur, poète et écrivain. Niais mais pas devant un tribunal. 12. Etude des problèmes stratégiques liés à la situation géopolitique de l'Europe. 13. On les a à l'œil.

Jeux



Mots fléchés : jardinage

FLIEUR DES CHAMPS DÉCOR DU JARDIN	NON RELIÉ VARIÉTÉ DE PLANTE	MILLE ALLEMANDE	MIS EN TERRE PLANTE GEMMANTE	AMAS	NOTE DU CHEF ESPACE VERT	COUPON- ON JARDIN PLANTES QUI POUSSENT L'ÉTÉ
↳	↓	↓	↓	↳	↓	↓
LIQUEUR PAILLÉE		CRISTAL EN FAIT UN À CACA DÉTENTE		PLANTE SUCCLULANTE CAPITALE DE LA MONDOLIE		QUATRE ROMAINS FLEUR ROYALE
↳		↓	↳	↓		↓
AGENT DE LIÉGION BOYER		MOIS PENTAGON OÙ IL JARDINIER	VIEILLE AU JARDIN JARDIN D'ÉTÉ		MÉMOIRE DE LA SÈNE NOY	
↳		↓	↳	↓	↳	
BOULE PETIT PÈRE ANNE ÉPÉE		DOMINA DEUX À ROSE		ASTRE DES MONTAGNES CHAPÉAU CLAUDE		FILS DE MOÏ TRAVAIL FORCÉ
↳		↓		↓		↓
APPLAÏNT DU DOIGNE VIEUX CO			ÉCHAPPER	ÇA SUFFIT D'ÊTRE UNE TULIPE OU UN GLAÏOL		PROMON PÉLÉON FUMÉE
↳			↳	↓		↓
		PROMO- NEUR	HÉTÉROGÈNE PHOTO- GRAPHIE DU COP			COUPURE
		↓	↓			↓
RENDEZ HOMAGE	PÉRIODE DES FOSSES QU'EST ÉPÉE					VILLE DES HAUTES- ALPES PÉLÉTON PÉLÉON
↳	↓					↓
			BRAS PÉLÉON	TAPI SUR LE SYSTÈME	DIYAGNA TULIPE	
			↓	↓	↳	
TRÈCHE, BÈNE ET APRÈS LA MAIN VERTE EN EST UN					SANS ÉPÉE	
↳					↓	
		FLIEUR TROPICALE ANNÉE				TERRE CENTE TEL UN BOSSA
		↓				↓
CÉLÈBRE DE PÉLÉON VIEUX PÉLÉON					POMME CLIMAT	
↳					↓	
			FAIT L'AFFAIRE	OPRA		FEUILLE ARTICLE
			↓	↳		↓
QUARANTE SANS VÉGÉTAL				COLOMBE		
↳				↓		
		GRÈVE DE MARTINIE			ÉCOU- VERTE	
		↓			↳	

Concours

Enigme du Père Fouras

C'est un oiseau qui nage et n'est pas frileux.

Mais aussi un poisson plutôt onéreux.
Cruel ou héroïque, il a pu se montrer
Dans la Rome antique, en maître, il a régné. Qui est-il ?

Envoyez-moi votre réponse avant le vendredi 8 Mai 2020
sur sg.aftc14@yahoo.fr

Réponse de l'enigme de la semaine dernière :
Je commence la nuit, je finis le matin.
Je suis dans l'étang,
Je suis dans le jardin.
Et je passe deux fois dans l'année. Qui suis-je ?

La lettre N

N'hésitez pas à m'envoyer également les photos
de vos bricolages !