

# Le GEM à domicile

Newsletter n° 8

Trucs et astuces pour s'occuper



## Citation de la semaine :

"L'amitié est la chose que les hommes doivent sauvegarder plus que tout."

Dona Maurice ZANNOU



# Sommaire

## Bricolage :

- Pots de fleurs en boîte de conserve page 3
- Vases en bouteilles recyclées page 4
- Décor mural page 5

## Couture :

- Un sac à main en housse de coussin page 6

## Recettes :

- Sucettes de fraises page 8
- Shampoing pour cheveux secs page 9

**La page d'Histoire** page 10

**Culture** page 11

**Les rendez-vous de la semaine** page 12

**Jeux** page 13

**Concours** page 16

# Bricolage



Aujourd'hui je fais

## POT DE FLEURS EN BOITE DE CONSERVE

### Matériel :

- des boîtes de conserves
- de la sous-couche
- des peintures de couleurs
- un feutre peinture ou feutre indélébile



1. J'applique une sous couche sur mes boîtes de conserves afin que la peinture accroche.
2. Je peins les boîtes avec les couleurs choisies. Plusieurs couches peuvent être nécessaires.
3. Avec mon feutre peinture, je trace des motifs simples le long des rainures.
4. Il ne reste plus qu'à planter !

# Bricolage



Aujourd'hui je fais

## VASES EN BOUTEILLES RECYCLEES

### Matériel :

- Bouteilles ou pots en verre
- Sous-couche
- Peinture

1. Après avoir bien lavé mes bouteilles et enlevé les étiquettes, je passe une sous-couche.
2. Je peins les bouteilles de la couleur de mon choix.
3. Et voilà ! Des supers vases hyper tendance !

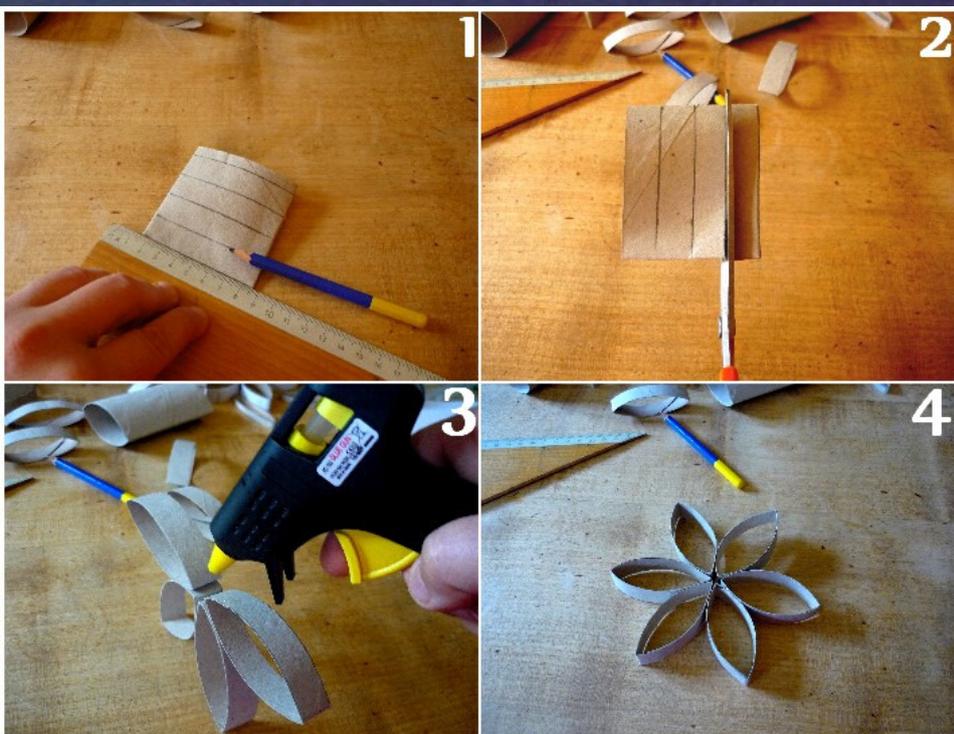
# Bricolage



## Un décor mural avec des rouleaux de papier toilette

### Matériel :

- des rouleaux de papier toilette
- un crayon à papier
- des ciseaux
- une règle
- une bombe de peinture
- pistolet à colle



1. Ecraser les rouleaux de papier toilette afin qu'ils soient plats.
2. Faites des marques tous les centimètres pour faciliter le découpage.
3. Découper les bandelettes en suivant vos repères.
4. Assembler vos bandelettes grâce au pistolet à colle, vous formerez ainsi des rosaces.
5. Une fois que votre motif vous semble fini, déposez le délicatement sur un carton et aspergez avec la bombe de peinture que vous avez choisi.



# Couture

## Un sac à main avec une housse de coussin

### Matériel :

- 1 housse de coussin
- 1 morceaux de carton
- 1 fermeture éclair
- 1 aiguille et du fil à coudre
- Des ciseaux



1. Déposez la housse de coussin sur une surface plane.



2. Découpez un morceau de carton de la même dimension que la housse et insérez le carton à l'intérieur.



# Couture



@dicadaka

3. Pliez la housse en deux et coudre les deux extrémités à l'aide d'une aiguille et du fil à coudre.



@dicadaka

4. Maintenant il ne reste plus qu'à coudre la fermeture éclair le long de l'ouverture restante.



@dicadaka

5. Et voilà un nouveau sac !

# Recette de cuisine



## Sucettes de fraises

### Ingrédients

- 12 fraises
- 100 g de chocolat pâtissier



### Préparation

1. Rincer les fraises et les sécher avec du papier absorbant de façon à ce qu'elles ne soient plus humides.
2. Mettre le chocolat cassé en morceaux dans une petite casserole et faire fondre au bain-marie.
3. Lorsque le chocolat est fondu, le remuer avec une cuillère en bois. Piquer chaque fraise avec un pic en bois puis les enrober de chocolat.
4. Laisser durcir en piquant les sucettes sur un support.
5. Manger les sucettes dans la journée car les fruits s'abiment vite.

# Recette cosmétique



## Shampooing pour cheveux secs

### INGRÉDIENTS :

- Une cuillère à soupe de savon de Marseille râpé
- Une cuillère à café d'huile d'argan
- Une cuillère à café de miel
- Une petite tasse à café d'eau bouillante
- 2 gouttes d'huile essentielle au choix

### Préparation :

1. Faire fondre au bain-marie le savon de Marseille.
2. Mélanger le tout puis ajouter petit à petit l'eau bouillante.
3. S'appliquer le mélange sur les cheveux. Masser et bien rincer.



# La page d'Histoire

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

## **Dans le monde un 12 mai**

- Journée internationale de l'infirmière le 12 mai de chaque année
- Journée mondiale de la fibromyalgie chaque douze mai.
- Journée mondiale du commerce équitable.
- Journée du patrimoine finlandais en Finlande.
- Bonne fête aux Achille, Servan et Servane. Bonne fête également aux Epiphane et Pancrace.
- A la Saint-Achille, herbe à pleine faucille.Saint Pancrace et Saint Urbain (19 mai), sans pluie beaucoup de vin.Saint-Servais, Mamert et Pancrace apportent souvent la glace.

## **ça s'est passé un 12 Mai**

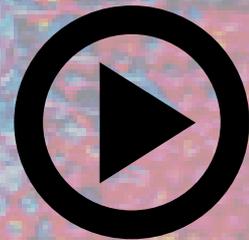
- 12 mai 1926 : La grève générale des travailleurs prend fin au Royaume-Uni. Elle avait débuté le 3 mai et annoncée le premier par Ernest Belvin. Au plus fort, elle aura compris plus de trois millions de grévistes.
- 12 mai 1949 : Le blocus de Berlin prend fin, l'Union soviétique lève les blocages de circulation, considérés comme la première défaite soviétique dans la guerre froide.
- 12 mai 1975 : Les forces armées américaines affrontent les Khmers rouges. Ces derniers ont arraisonné illégalement le porte-conteneurs américain SS Mayagüez dans les eaux internationales proches du Cambodge. Cette bataille est considérée comme la dernière de la guerre du Viêt Nam.
- 12 mai 1996 : Arrangement de Wassenaar sur le contrôle des exportations d'armes conventionnelles et de biens et technologies à double usage. Signé au Pays-Bas par 41 pays, il a pour but de réguler les flux d'armes pour installer la stabilité dans les pays signataires.
- 12 mai 2002 : Le toit du bâtiment abritant la navette spatiale soviétique Bourane 1.01 s'effondre et détruit la navette.
- 12 mai 2018 : A Paris, un terroriste attaque plusieurs personnes à l'arme blanche, tuant un homme et en blessant quatre. S'attaquant ensuite à une patrouille de police, il sera mortellement blessé par l'un d'eux.

# Culture

**Film à voir** : "Divergente 1 "  
réalisé Neil Burger



**Livre à écouter** : "Le livre du voyage" de Bernard Werber



**Musique** : Tash Sultana "Jungle"



**Cliquez sur le lien pour voir/écouter**

# **Rendez-vous de la semaine**

---

---

**Mardi 12 mai 2020**

**"Les Bodin's Grandeur Nature", pièce de théâtre humoristique enregistrée au Zénith de Nantes en avril 2019 à voir sur M6 à 21h05**

**Samedi 16 Mai 2020**

**"C'est Moi la plus Belge !", one-woman-show de Nawell Madani à voir sur C8 à 21h05**

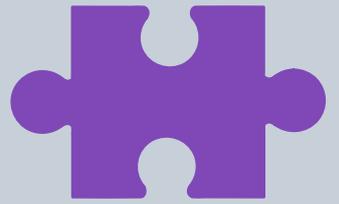
# Jeux



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 : Villes de Provence



www.francejeux.com

AIX  
APT  
ARLES  
AUBAGNE  
AUPS  
AVIGNON  
BANDOL  
CANNES  
CASSIS  
DIGNE

FREJUS  
HYERES  
LUNEL  
MIRAMAS  
NICE  
ORANGE  
SALON  
SORGUES  
TOULON  
VENCE

# Jeux



## Sudoku

5	2		6				7	1
7	6		1		9	3		
		3			4			8
6						7	3	
9			5		3			4
	1	7						9
8			2			5		
		6	8		5		1	7
4	5				7		8	6

www.brainiac.com



# Concours

## Enigme du Père Fouras

Sa chevelure n'est pas brossée,  
Son noyau ne peut germer.  
Ponctuellement on l'aperçoit,  
Sur elle, ne planifiez pas. Qui est-elle ?

Envoyez-moi votre réponse avant le vendredi 15 Mai 2020  
sur [sg.aftc14@yahoo.fr](mailto:sg.aftc14@yahoo.fr)

Réponse de l'enigme de la semaine dernière :  
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 ?

**L'empereur**

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