

# L A G A Z E T T E D E S B O N N E S N O U V E L L E S

**N°70 – Juin 2013**

La citation du mois :

**«Se laisser aller à la facilité, c'est faciliter le laisser-aller».**  
(Pierre Dac)

## Mensuel gratuit diffusé par courriel

### EDITO



**Aujourd'hui, c'est la fête !**

**C'est même doublement la fête : notre Gazette fête son 70° numéro (elle fait maintenant partie des Séniors !), et nous accueillons ce mois notre 300 °lecteur.**

**Restons très modestes et très humbles, mais ne sous-estimons pas le travail de fourni au quotidien.**

**Deux expressions me viennent à l'esprit :**

**- La « politique des petit pas », de Gandhi,**

**- « Les petits ruisseaux font les grandes rivières ».**

**Nous ne sommes effectivement qu'un tout petit grain de sable dans le paysage médiatique français, mais nous existons malgré tout, et ne sommes pas les seuls ?**

**Régulièrement, un article d'un de nos lecteurs nous fait part d'autres initiatives existantes, à l'instar de notre Gazette : réjouissons-nous !**

**Notre blog partenaire ([www.des-bonnes-nouvelles.org](http://www.des-bonnes-nouvelles.org)) est la principale source de nos nouveaux lecteurs, ce qui prouve que nombreux sont ceux qui, sur internet, recherchent de l'information positive...**

**Pour ma part, je suis le premier surpris d'avoir la chance, et il faut bien le dire, le vrai bonheur, de pouvoir écrire un petit édito régulièrement depuis février 2007.**

**C'est grâce à vous tous, c'est votre succès, alors, je vous en remercie bien vivement !**

**Et dans la série des congratulations, je terminerai par un remerciement spécial à Tante Honorine, qui revient parmi nous, après une interruption le mois dernier. Du coup, nous avons droit ce mois-ci à un double clin d'œil !**

**Bonne lecture !**

JY

### Un recensement particulier...

Ah toi, belle hirondelle !

Par ces temps de crise, il peut être réconfortant d'observer le ciel et les arbres. Or chacun de nous, en France, est invité à participer au recensement des oiseaux hivernants puis (jusqu'au 30 juin), à celui des hirondelles et des martinets.

Il existerait au moins quatre excellentes raisons de dénombrer hirondelles et martinets : mieux comprendre l'évolution de leurs populations, protéger les nids, découvrir ces oiseaux charmants et passionnants, qui sont des « bio-indicateurs » de premier ordre, et enfin... faire connaissance avec ses voisins !

Reste évidemment, pour tous ceux qui ne sont pas des ornithologues chevronnés, à se renseigner pour savoir comment procéder !

Béatrice Le R.

### Encore un autre recensement !

Réparer ses appareils, c'est bien. Acheter des produits qui ne tombent pas en panne, c'est mieux ! Parce qu'il est difficile de choisir entre toutes les marques concurrentes, parce que les fabricants n'affichent pas la durée de vie prévue de leurs produits, nous avons voulu faire appel aux consommateurs pour savoir quels sont les produits durables... ou jetables !

Quelles est la marque de votre vieux jean indéchirable ? Quelle machine à laver vous a lâché avant l'heure ? Quel téléphone mobile s'autodétruit après quelques appels ? Ensemble, nous pouvons créer un guide de référence de la durée de vie des produits. Pour choisir les plus fiables, et éviter les plus friables.

Déjà plus de 400 produits référencés en une semaine : c'est un bon début, mais il en faudra beaucoup plus. Venez participer sur [www.produitsdurables.fr](http://www.produitsdurables.fr) et diffusez l'info à tout votre entourage. L'adresse du site : <http://www.produitsdurables.fr/>

Damien R

### Un tarot improvisé...

Installés dans le TGV dans le coin "carré" (quatre places) avec des amis, nous nous apprêtons à commencer une partie de Tarot.

Une femme seule, face à nous, nous demande timidement si elle pourrait se joindre à nous. Nous acceptons alors de jouer avec elle, pour plusieurs parties même ! Vive la convivialité des carrés TGV d'où peuvent naître de nouvelles amitiés !

Fanny L.

## De belles images de solidarité

Je voudrais vous signaler des vidéos d'actes de gentillesse que j'ai trouvées sur Youtube dont l'une est intitulée : « Acts of Kindness Caught on Camera in 2012 »

<http://www.youtube.com/watch?v=gJWrBjdI4HY&feature=endscreen&NR=1>

Apparemment sur la proposition d'autres vidéos qui figurent à droite de celle-ci, il y en a d'autres toutes aussi "BONNES NOUVELLES".



### Moments That Restored Our Faith In Humanity This Year

de Lennon Aldort  
42 294

SÉLECTION



### 22 Random Acts of Kindness.

de Syed Muzamil Hasan Zaidi  
201 455 vues



### Random Acts of Kindness

de Mathilde Rand  
42 620 vues



### Act of Kindness by an Entire Group is Caught on Tape

de lordofpraise  
104 215 vues



### RANDOM ACTS OF KINDNESS

de ItsMattHoff  
8 606 vues



### Random Acts of Kindness

de Orthodox Notes  
92 554 vues



### 22 Random Acts of Kindness.

de Syed Muzamil Hasan Zaidi  
201 455 vues



### 100 Kind Acts In 100 Minutes

de BKind2Movement  
70 060 vues

Giovanni B.

## Des petits trucs...

### Mouches :

Pour chasser les mouches noires de votre plat de fruits, conservez les bouchons de liège de vos bouteilles de vin et mettez-les dans le panier de fruits.

### Noir ravivé :

Ajoutez quelques feuilles de lierre à la lessive de vos vêtements noirs : elles vont raviver le noir sans frais !

### Taches de vin :

Du vin sur un tapis ?

Pas de panique, versez immédiatement dessus de l'eau gazeuse et absorbez-la avec une éponge

### Verres rénovés :

Donnez un coup de neuf à vos verres : frottez-les avec un chiffon doux et un peu de dentifrice : les éraflures vont disparaître et les verres retrouver leur éclat.

Andrée de K

## Mangez des insectes !

Très bonne source de protéines, de matières grasses et de minéraux, les insectes pourraient contribuer à nourrir 9 milliards d'individus en 2030.

C'est du moins l'avis de la FAO, qui insiste sur le côté écologique et peu coûteux de leur production.

Il ne faut que 2 kilos d'aliments pour obtenir 1 kilo d'insectes, contre 8 pour 1 kilo de viande.

Un tiers de la population mondiale pratique déjà l'entomophagie

Jean-Yves L.

## Un audio guide tactile pour les malvoyants.

Progressivement, le numérique ouvre la culture à tous publics.

C'est ainsi qu'une non-voyante a pu parcourir en toute autonomie, avec son smartphone le cloître de Cadouin en Aquitaine.

En effet, ce système conçu par une société bordelaise GMT Editions, en collaboration avec le groupement des intellectuels et amblyopes d'Aquitaine, la guide entre chaque point d'intérêt en lui indiquant le nombre de pas à faire.

Ce nouveau système intéresse de nombreux sites d'ailleurs.

PAM

## Des salariés entraînés dans le Mécénat

C'est ce que propose « Giving Corner » à des entreprises pour qu'elles invitent leurs salariés à faire, par des gestes simples, une action solidaire en France ou dans le monde.

Le fonctionnement est le suivant : en acceptant de venir en transports en commun, ou de prendre les escaliers plutôt que l'ascenseur, de ne pas imprimer des documents inutilement, etc..., on gagne des points.

Pour que ces actions se transforment en actes solidaires, on se connecte à son compte, et on choisit de donner par exemple un kit scolaire à un enfant malgache ( 20 points) planter un arbre au Brésil (5 points), etc....

Ceux qui ont créé cette entreprise Giving Corner disent que les actions de mécénat n'impliquent à peu près jamais les salariés.

Pourtant 80% le voudraient parait-il. Donc là, ils engrangent des points, choisissent l'association et l'entreprise reverse la somme à l'association concernée.

Pour de plus amples informations : [www.givingcorner.com](http://www.givingcorner.com)

PAM

## **Du côté de chez nos amis Canadiens**

Au Canada, les voisins se donnent la main pour supprimer l'asphalte ; fleurir leurs rues et motiver leur municipalité à changer !!! C'est une bonne nouvelle qui pourrait bien faire des émules chez nous aussi !!!



### **500 tonnes d'asphalte :**



Des voisins qui, pour la plupart, ne se connaissaient pas, ont joint leurs efforts pour arracher les 500 tonnes d'asphalte qui recouvrent les trottoirs de leur rue, et les remplacer par des fleurs

Corinne L'H

## **La filière miscanthus**



### **Du nouveau dans les céréales !**

En région parisienne (à Vernouillet et Chanteloup), certains agriculteurs commencent à cultiver le miscanthus, ou « herbe à éléphant ». La première récolte (photo) a eu lieu fin mars.

C'est une plante qui peut faire jusqu'à 3 mètres de haut, mais surtout, qui a des caractéristiques vraiment très intéressantes :

- elle est 3 fois plus productive que le blé,
- elle peut pousser sur des sols pollués,
- elle est non invasive, mais pérenne,
- sa biomasse peut être utilisée comme combustible,
- elle peut servir de base à la construction de biomatériaux (isolant, béton), ou pour l'industrie (bio composite des nouveaux plastiques). D'ailleurs, le fabricant de béton Calcia souhaite l'intégrer dans un processus spécial de production, pour en faire un béton plus léger et isolant.

Encore un peu de recherches avec l'aide de l'INRA, et le déploiement à grande échelle pourra être envisagé !

Jean-Yves L.

## **Un jerrican qui purifie l'eau, à l'énergie solaire**



La France ne manque pas d'eau ces derniers jours, avec les violents orages qui frappent le pays.

Pourtant, toute cette eau est impropre à la consommation, un calvaire malheureusement bien connu dans de nombreux pays.

Petra Wadström a créé une solution pour pallier à ce problème : un jerrican qui permet de traiter l'eau grâce au soleil ! Et en plus... elle rend les gens heureux et ça les rend bien entendu joyeux !

<http://www.shamengo.com/fr/pionnier/86-petra-wadstrom>

Corinne L'H

## D'autres petits trucs...

### Fromage frais

Le fromage restera frais plus longtemps si vous ajoutez un morceau de sucre dans la boîte : il va absorber l'humidité.

### Gros glaçons

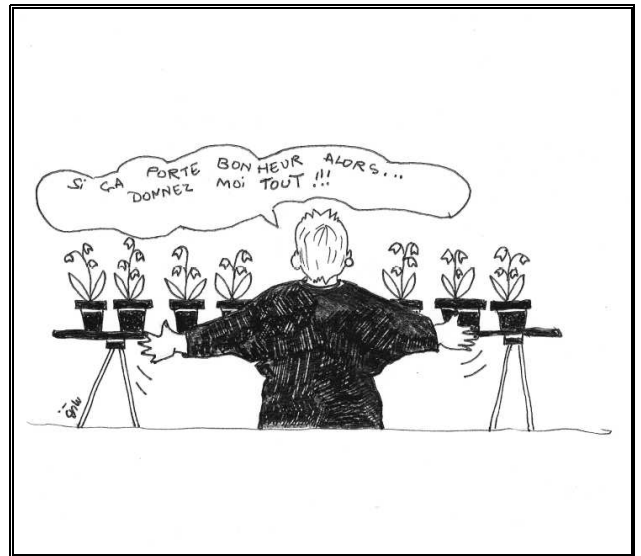
Vous avez besoin de gros glaçons ? Remplissez chaque moitié des emplacements d'une boîte à œufs en plastique.

### Oeufs parfumés

Pour donner aux œufs un goût particulier, il suffit de les enfermer quelques jours dans une boîte hermétique avec, au choix : basilic, curry, estragon, lard fumé, ail, truffe... En effet, l'odeur passe à travers la coquille !

Andrée de K.

## Le clin d'œil de Tante Honorine :



**Mai 2013 : « Honorine et le muguet »**

*En exclusivité pour la Gazette des Bonnes Nouvelles  
(Marianne LB).*

## Nathalie Benoit...

Vous connaissez ? C'est la vice-championne olympique d'aviron aux JO Paralympiques de Londres.

Elle vient de partir pour un défi, relier Paris-Lyon-Marseille à la rame.

Partie de Paris samedi 15 juin dernier, elle rame plusieurs heures par jour, passe des écluses, visite la France, sourit.

Dimanche 16 juin, elle a traversé notre petit village d'Ablon sur Seine et les rameurs du CNA (club nautique d'Ablon) l'ont accompagnée sur quelques Km. C'était... simplement très amical, ils ont causé, plaisanté, ramé, partagé leur plaisir commun. Mon grand regret : cet événement n'a pas donné lieu à une information des riverains, et nous étions 2 (famille), à l'avoir applaudie, encouragée.

Plus en amont de l'écluse, d'autres clubs d'aviron ont aussi ramé à ses côtés.

Nathalie nous montre simplement que le handicap n'empêche pas le sport, il suffit de le choisir, et d'adapter son matériel et son rythme.

J'espère que Nathalie fera connaître ainsi le combat des malades atteints de SEP (sclérose en plaques), et qu'ainsi la neurologie continuera à avancer dans la recherche sur cette maladie invalidante encore très mystérieuse.

MERCI Nathalie ! courage, ténacité, volonté ! on te suit sur internet (il vous suffit de taper son nom et vous trouverez le trajet, les escales, les photos, le courrier, etc....) \_ du 15 juin au 23 juillet.

Crocus



### « Le mec de la tombe d'à côté » de Katarina Mazetti

*Traduit du suédois par Len Grumbach et Catherine Marcus*

Lorsque j'ai vu ce livre dans la librairie, j'ai été intriguée par le titre et j'ai lu la quatrième de couverture. Bingo : ça m'a l'air sympa, je prends !

Lorsque j'ai commencé à le lire, j'ai eu beaucoup de mal à faire des pauses (et pourtant il y a des moments où il faut préparer le repas pour la famille ou dormir un peu...)

Désirée, la trentaine, est veuve. Elle est bibliothécaire et citadine. Elle vit dans un appartement comme on les voit dans les magazines de déco : tout blanc avec des étagères remplies de livres.

Benny, la trentaine également est célibataire. Il est agriculteur et vit seul dans la ferme familiale depuis le décès de sa maman. Il s'occupe comme il peut de ses 24 vaches et de leurs veaux. Le ménage, la vaisselle et la lessive, c'était sa maman qui s'en occupait alors bien sûr depuis qu'il vit seul c'est un peu la débâcle dans la maison.

Désirée et Benny n'auraient jamais du se rencontrer sauf que la tombe du mari de Désirée est juste à côté de celle des parents de Benny, et tous les deux y vont régulièrement, elle pour lire des poèmes, lui pour entretenir tout ce qu'il y a planté. Lorsqu'ils se retrouvent ensemble au cimetière, Désirée est agacée par le mec de la tombe d'à côté et Benny est exaspéré par sa voisine de cimetière. Rien n'auraient jamais du se passer entre eux.

Mais il suffit d'un sourire échangé pour que....

Je ne vous en dirai pas plus de cette histoire racontée à deux voix : les chapitres impairs sont racontés par Désirée, les chapitres pairs par Benny.

C'est drôle, touchant, écrit dans un style enlevé.

Et si à la fin de la lecture vous n'avez pas envie de laisser tomber Benny et Désirée, la suite s'appelle : « Le caveau de famille » mais je n'en sais pas plus car je viens tout juste de l'acheter.

Bon été à tous et bonnes vacances à ceux qui pourront en prendre.

Anne Claude C

**Le clin d'œil de Tante Honorine :**



**Juin 2013 : « Honorine à la plage »**

*En exclusivité pour la Gazette des Bonnes Nouvelles  
(Marianne LB)*

**Soyons optimistes !**

Qui ne connaît ou n'a jamais rencontré des personnes durement frappées par le malheur ? Peut-être pensez-vous aux millions de chômeurs, aux malades incurables, aux personnes âgées et seules...

Parfois la frappe va plus loin et dépasse quelque peu l'imagination.

Cette semaine, j'ai fait la connaissance de Jean-René <sup>1</sup> qui m'a un peu raconté sa vie. Quand sa femme décède des suites d'une longue maladie il a 25 ans. Il doit élever son fils Jonathan <sup>1</sup> âgé alors de 5 ans. A 22 ans, Jonathan se tue dans un accident de moto... Et Jonathan était le papa d'une petite fille de 2 ans !

Comme bonne nouvelle, certains diront « Eh bien merci, Charles ! »

Ma bonne nouvelle, c'est d'avoir rencontré, en la personne de Jean-René, un homme débordant d'enthousiasme, profondément gai, courageux dans son travail. Son employeur n'en est pas le dernier épaté ! Ne lui aurait-il pas remonté le moral lui qui a été gravement malade aussi ?

Voilà une belle leçon pour beaucoup d'entre nous qui aimons tant nous plaindre.

(1) Les noms ont été changés.

Charles F.

**Qui ?**

**Qui a eu cette délicieuse idée ?**

**Conflans 15 juin, week-end de la fête des pères...**

**Je vois venir en face de moi un bus de la ville. Sur son « front », où se lit habituellement la destination, je peux lire - quelle surprise - ! :**

**« Bonne fête à tous les papas ! ».**

**Belle idée, pour remettre de l'humain dans les transports. Bravo !**

Cécile L.

*Mon article ne doit pas être pris comme une provocation, ni trahir la déontologie (journalistique) et passer pour de la publicité....*

**Le carré Delos,  
un parapluie qui a du style.**

Changer l'image du parapluie, faire de cet objet utilitaire un objet d'art, c'était son idée fixe. L'occasion s'est présentée en 2000, lorsqu'après avoir travaillé vingt trois ans pour un fabricant de parapluies, Gérard Delos est licencié pour raison économique.

Fort de son expérience, il planche dans son atelier, à Aurillac (Cantal), sur un prototype à la fois robuste et élégant. Il commence par éliminer les coutures sur les baleines, fragiles et peu étanches, en imaginant une toile carrée d'un seul tenant.

Il supprime ensuite les ressorts dans lesquels on se coince toujours les doigts et conçoit un modèle entièrement

**Notre 299° lectrice :**

« Dans ce monde de sinistrose je ne cesse de prôner l'optimisme.

Merci de m'y aider par le biais de votre gazette à laquelle je souhaite m'abonner pour en faire profiter mon entourage !

Bien cordialement »

Christine M.



**Bienvenue aux 12 nouveaux  
lecteurs de ce mois :**

- |                 |                |                |
|-----------------|----------------|----------------|
| - Giovanni B.   | - Josiane R.   | - Béatrice M.  |
| - Laura C.      | - Christine M. | - Catherine B. |
| - Dominique Z., | - Damien R.    | - Philippe R.  |
| - Pierre T.     | - Christian V. | - Isabelle M.  |

démontable

*"Avec les parapluies traditionnels, il y a beaucoup de retours, car les utilisateurs ne peuvent pas les réparer eux-mêmes. Le mien est constitué d'un ensemble de pièces que l'on peut changer facilement, soit parce qu'elles sont cassées, soit pour le plaisir de faire évoluer son parapluie. Il suffit de les commander sur mon site internet" explique Gérard Delos.*

Le créateur travaille par ailleurs l'esthétique de son invention. Le fait d'avoir une couverture d'une seule pièce lui permet de pouvoir reproduire des tableaux tombés dans le domaine public ou des créations d'artistes actuels avec lesquels il passe un contrat. *La toile peut aussi être lavée à la machine à volonté, elle possède par ailleurs un indice de protection UV de 50+ ce qui permet au parapluie de se transformer en ombrelle l'été.*

Au final, dans leur version classique, ils coûtent tout de même près de 90 euros. Mais le carré Delos est un cadeau à vie, affirme son créateur, qui prend soin de rappeler qu'il n'a pour l'heure jamais enregistré de retour de marchandises..

Annette C.

**Prochain numéro le :  
Dimanche 25 Août 2013**

**Attention :  
Numéro double pour l'été !**



**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.**

**Diffusion de ce numéro par courriel : 305 personnes**

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

**Blog partenaire : <http://www.des-bonnes-nouvelles.org/>**