

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°53 – Décembre 2011



La citation du mois :

" Ne cherchez pas la faute, cherchez le remède." (Henry Ford)

Mensuel gratuit diffusé par courriel

EDITO



Dans le creux de l'hiver, ce n'est pas toujours évident d'avoir « la pêche »...

Fatigue, microbes, mauvais temps, solitude ou suractivité...

*Certains d'entre vous connaissent peut-être la CNV (Communication Non Violente), qui est plus qu'une technique de communication *, mais vraiment un art de vivre.*

Et quand quelque chose est difficile, la CNV nous conseille de « faire la girafe », c'est-à-dire d'étirer son cou en hauteur, pour prendre un peu d'altitude, et analyser la situation en faisant la part des choses, en prenant du recul.

Je l'ai déjà expérimenté, et je vous assure que cela marche !

C'est un véritable exercice, auquel il est bon de s'entraîner le plus souvent possible, parce que cela peut nous éviter de nous faire trop mal dans des situations difficiles.

Alors, en cette période de fêtes de fin d'année, pendant laquelle il est traditionnel de s'offrir des cadeaux, je vous souhaite un long cou de girafe !

Et en cas de difficulté, ayons le réflexe :

« Stop, je m'arrête, je me pose, je fais la girafe. J'observe le paysage de plus haut, de plus loin et je relativise ».

Bonnes fêtes de fin d'année !

J-Y

* Développée par l'américain Marshall Rosenberg, dans son excellent livre « Les mots sont des fenêtres ».

Les jeunes aux manettes

Il n'y a pas d'âge pour savoir gérer son argent, et apprendre la démocratie en délibérant.

Dans la région Poitou-Charentes, on en est convaincu au point d'attribuer 10% du budget global des lycées à des projets choisis par les élèves.

Au lycée de la Venise verte à Niort (Deux Sèvres), Alexandre B., 18 ans, en première année de BTS, raconte comment il a convaincu ses pairs, en mai de choisir son idée.

"Le jour du vote, on était douze porteurs de projets concurrents. Devant 150 personnes -lycéens, salariés, parents d'élèves-, chacun a fait sa présentation. Moi, je proposais d'acheter des instruments de musique. Certains pensaient que cela ne profiterait qu'à quelques-uns. Je leur ai expliqué qu'en réalité, beaucoup d'élèves pourraient les utiliser et qu'on donnerait des concerts gratuits. Six projets ont été retenus pour un coût total de 30 000€, dont 2 600€ alloués au nôtre."

Les dotations peuvent atteindre 150 000€. C'est ainsi qu'en 2009, ce lycée s'est doté d'une Maison des lycéens de 200m², puis un bar à salades à la cantine, et de casiers de rangement dont les élèves prennent grand soin.

Annette c.

Le beau cadeau de Noël de « Simon de Cyrène »

Cette association dédiée à l'habitat social des personnes handicapées va toucher 5 % des bénéfices du film Intouchables. Elle vient d'inaugurer ses premiers « appartements partagés » à Vanves, sur un terrain racheté au couvent des bénédictines.

« Quand Philippe Pozzo di Borgo m'a annoncé qu'un film allait être tourné à partir de son livre, je craignais qu'il ne fasse guère plus de 200 000 entrées... » Laurent de Cherisey, directeur général de l'association Simon de Cyrène, a donc été le premier surpris par l'extraordinaire succès d'Intouchables. Or Philippe Pozzo di Borgo, président d'honneur de Simon de Cyrène, a voulu avec les producteurs que 5 % des bénéfices, soit environ 5 centimes par place vendue après amortissements des coûts de production, soient reversés à l'association.

« Avec 14 millions d'entrées, nous devrions recevoir environ 500 000 € en 2012 », se réjouit Laurent de Cherisey en expliquant qu'« avec un euro, on peut en mobiliser dix » et que ces sommes vont permettre à l'association de poursuivre ses implantations d'« appartements partagés ».

L'association Simon de Cyrène a pour but d'accueillir des personnes handicapées « dans des lieux à dimension humaine, ouverts à une vie spirituelle », explique Laurent de Cherisey, en accueillant ses visiteurs dans la toute nouvelle « communauté de vie » de Vanves.

Car – heureuse coïncidence ! – le film est sorti au moment de l'inauguration, après plus de deux ans de travaux, de deux bâtiments entièrement domotisés installés sur un terrain racheté au couvent des bénédictines de Vanves (Hauts-de-Seine). Ce monastère des années 1930, aux portes de Paris, était devenu trop lourd à gérer pour des religieuses âgées.

Désormais, de part et d'autre de la cour du couvent, deux portes de verre ouvrent sur 3 000 m² d'immeubles communautaires, avec 3 « appartements partagés », conçus pour 10 résidents, comprenant chacun 6 studios de 30 m² pour handicapés et 4 studios de 20 m² pour assistants valides, salariés ou bénévoles, qui s'engagent pour un à deux ans.

Chaque appartement partagé est géré par un responsable de maison qui loge sur place et veille à la qualité de la dynamique communautaire. Quant aux salariés et volontaires, ils bénéficient d'une formation initiale à l'Arche de Jean Vannier et sont tous coordonnés par un directeur de communauté.

Ces trois « appartements partagés » sont complétés par divers lieux de « vivre ensemble », notamment une coquette « table d'hôtes » et une grande salle communautaire pouvant servir à des ateliers de chants ou de poterie et aux amis du quartier. Car dans des immeubles autour du monastère des bénédictines, onze « studios satellites » pour personnes handicapées permettent une vie plus autonome.

L'association compte bien poursuivre le développement d'une dizaine d'autres projets de communautés de vie, semblables à celui de Vanves. Ainsi à Angers, en lien avec le diocèse, une maisonnée partagée est en train d'être construite à proximité de l'Université catholique de l'Ouest. De même à Toulon, une maisonnée a démarré depuis un an à Villecroze.

Et à l'île de Ré, où un prêtre a donné un domaine avec deux maisons, l'association prévoit d'en construire deux autres afin d'accueillir des adhérents pour des temps de vacances.

Anne Claude C.

Bio-restoration des sols

Prenez une boîte de Pétri contenant du pétrole brut; à peine entrouverte, elle laisse échapper la forte odeur caractéristique du combustible fossile formé d'un grand nombre de composés toxiques. Saupoudrez de spores de champignons et laissez reposer deux semaines dans un incubateur.

Surprise, des filaments ont colonisé la matière et l'odeur a complètement disparu. "Les champignons se sont nourris de pétrole!" lance, encore émerveillé, Mohamed Hijri, professeur de sciences biologiques et chercheur à l'Institut de recherche en biologie végétale (IRBV) de l'Université de Montréal.

Avec B. Franz Lang, titulaire de la Chaire de recherche du Canada en génomique comparative et évolutive et professeur au Département de biochimie, il codirige un projet mettant à contribution la nature comme première partenaire dans le processus de décontamination.

En combinant la capacité de croissance exceptionnelle de certaines plantes avec des champignons microscopiques et des bactéries qui stimulent leur croissance, les deux chercheurs pensent être en mesure de créer de véritables usines de décontamination biologique in situ, capables de s'attaquer avec succès aux lieux les plus contaminés de la planète...

La recette est simple. Au printemps, vous plantez à 25 centimètres d'intervalle des boutures de saules dont les racines plongeront dans le sol pour éponger les contaminants qui seront dégradés dans la matière ligneuse, de concert avec les microbes. Au terme de la saison, on brûle les tiges et les feuilles, et l'on n'a plus qu'une poignée de cendres emprisonnant les métaux lourds accumulés dans les cellules végétales.

Un sol hautement contaminé sera assaini après quelques cycles. "De plus, c'est beau", fait remarquer Mohamed Hijri en montrant sur son écran la végétation dense qui a verdi en trois semaines le sol lunaire d'une ancienne raffinerie.

Christophe M.

Victoire sur le racket des imprimantes !

Presque tout le monde a chez soi une imprimante à jet d'encre, pour imprimer des documents, des photos, la Gazette des Bonnes Nouvelles ou autres documents importants parfois en couleur.

Je voudrais vous partager ma très récente expérience en la matière, qui s'est bien terminée, mais qui m'a demandé malgré tout beaucoup d'énergie.

Nous avons changé d'imprimante il y a 8 mois, et avons pris un modèle Canon, avec scanner intégré, pour 120 € en promotion : une très bonne affaire.

Ce qui est une moins bonne affaire, dans ce genre de matériel, c'est quand les premières cartouches d'origine sont vides et qu'il faut les remplacer. Coût public « de la marque » : 16 € x 5 cartouches = 90 €. Soit presque le prix de l'imprimante neuve cartouches comprises... cherchez l'erreur !

Pour mes 2 imprimantes précédentes, de la même marque, j'achetais des cartouches « génériques » à 1,50€, qui faisaient très bien l'affaire.

Mais Canon (comme les autres fabricants) a trouvé la parade : la puce. Sur chaque cartouche, il y a maintenant une petite puce électronique, qui permet à Canon de lutter contre les fabricants de génériques.

C'est tout simplement diabolique !

J'ai alors trouvé, il y a quelques mois, un fabricant allemand qui m'a envoyé 20 cartouches pour 20€, port compris. Mais sans puce.

J'ai découpé les puces sur les anciennes cartouches et les ai recollées sur les génériques, et après beaucoup de refus de l'imprimante, cela a marché jusqu'à la semaine dernière. Car là, Canon a été plus fort que moi, je l'avoue : impossible de faire reconnaître les puces d'origine, recollées sur la 3^e génération de cartouches génériques.

J'y ai passé 3 heures, mais j'ai vraiment été vaincu : l'imprimante a affiché un message d'erreur et s'est bloquée complètement !

Pour autant, j'ai trouvé par miracle une marque qui fabrique maintenant des cartouches génériques avec puce intégrée, pour le prix de 3,50 € port compris.

En recevant le paquet par la poste, tout à l'heure, j'étais un peu inquiet : est-ce que cela va marcher, n'ai-je pas perdu mon argent à vouloir lutter contre un vilain fabricant qui domine la planète ?

Et surprise, en installant les cartouches, tout s'est passé au mieux : l'imprimante a ronronné doucement, et la page est sortie du 1^{er} coup, d'une qualité irréprochable !

Conclusion, j'ai eu la bonne nouvelle que mon choix de résister à la gabegie des cartouches d'origine était une bonne stratégie, me permettant d'économiser au passage 78% du prix des fournitures. Vive la résistance au racket !

Jean-Yves L.



« Le Père adopté » de Didier Van Cauwelaert.

Acheté par hasard dans un supermarché pour faire passer le temps un peu plus vite à la laverie automatique, ce livre a fait mon bonheur.

La quatrième de couverture résume bien ce petit bijou :

« Quels drames et quels enjeux faut-il pour qu'un enfant décide de gagner sa vie comme écrivain, à l'âge où l'on perd ses dents de lait ?

En révélant ses rapports avec son père, Didier Van Cauwelaert nous offre son plus beau personnage de roman. Un père à l'énergie démesurée, à l'humour sans bornes et aux détresses insondables, qui a passé sa vie à mourir et renaître sans cesse. Un père redresseur de torts et fauteur de troubles.

Drôle, émouvant et tonique, « Le Père adopté » est un merveilleux récit des origines et un irrésistible appel à inventer sa vie en travaillant ses rêves »

Anne Claude C

Sortir du travail précaire : c'est possible !

Un programme expérimental mené à Cergy permet à des travailleurs précaires de trouver le chemin d'une situation professionnelle et de qualité. Le Crédoc doit prochainement rendre des conclusions sur ce dispositif financé par l'Etat pour savoir s'il peut être élargi à d'autres territoires.

La formule : un accompagnement social intensif, une rencontre par semaine et des techniques employées par les cabinets de recrutement des cadres.

Agnès, maintenant aide soignante, explique comme c'est difficile de chercher un emploi quand on est toujours en activité.

- « Ma conseillère cherchait des annonces, m'aidait à remplir le CV qu'elle envoyait elle même aux entreprises en téléphonant parfois. Sans tout cela j'aurais pas eu de cap à suivre, et je pense que je me serais découragée ».

L'accompagnatrice explique l'importance du lien direct qu'elle tisse avec les entreprises et le travail de fond réalisé avec les bénéficiaires du programme.

Annie B.



Amaury

Tu es né à l'automne,
Dans le rouge des feuilles,
Dans l'or de la lumière,
Dans l'humide des sous bois.
Tu seras le doux flocon de l'hiver,
Le blanc étincelant,
Le cadeau de nos rêves,
Le sourire de Noël

Ta Myma

Marianne B

1^{er} de la planète...

77 000 tonnes, c'est la quantité de lin de qualité que la France produit en moyenne, chaque année.

L'Hexagone est ainsi leader mondial, loin devant la Chine (20 000) tonnes... qui importe du lin français!!

Annette C

Intouchables : suite

Brève de dernière minute : nous lisons que le producteur du film « Intouchables » dont la pub n'est plus à faire, donc le producteur laisse 5% des recettes des entrées à une Association pour handicapés.

Marie-Hélène Mathieu fondatrice de l'Office chrétien des personnes handicapées (OCH) souligne « Autant l'ironie démolit, autant l'humour donne vieavec l'humour mutuel il n'y a pas de handicap. »

C'est un joli commentaire bien approprié à ce film.

PAM..

Monsieur Propre.

Tout le monde a eu l'expérience, personnellement ou à travers un de ses proches, des maladies nosocomiales attrapées à l'hôpital.

C'est très désagréable, voire même dangereux : on arrive pour une banale appendicite, et on ressort avec une pneumonie...

Pour lutter contre ce fléau, une bonne nouvelle : un biologiste israélien (Udi Qimron) vient de concevoir un nettoyant miracle qui viendrait à bout des microbes les plus résistants, notamment ceux qui sont récalcitrant aux antibiotiques, et qui provoquent ces fameuses maladies nosocomiales...

Ce nettoyant contient lui-même des virus bactériophages, qui s'introduisent dans les germes résistants, afin de les doter d'un gène qui les rend à nouveau sensibles aux antibiotiques.

Une sorte de cheval de Troie, en somme.

Un monsieur Propre à la pointe de la biologie cellulaire !

Jean-Yves L.

Un logiciel pour détecter les photos retouchées et lutter contre les complexes des personnes « ordinaires »...

Des universitaires viennent de développer un logiciel permettant d'analyser une image et de détecter automatiquement s'il s'agit d'une photo originale ou si elle a subi des retouches. En se basant sur huit critères significatifs, l'outil serait fiable à 80%.

Un algorithme a été développé pour automatiser la notation en suivant huit critères différents, notamment les géométries, les textures ou encore les couleurs du cliché. Il serait ainsi capable de déterminer les photos retouchées présentant par exemple des bourrelets effacés, une peau lissée, une poitrine gonflée, une corpulence amoindrie, des muscles gonflés, un teint halé, des courbes accentuées...

Dans sa première version, l'outil n'est capable d'analyser que les photos mettant en scène des personnes, mais pourrait très bien être enrichi pour s'adapter à d'autres contextes. Hany Farid et Eric Kee ont réalisé ces travaux dans le but de dénoncer les déformations systématiques des corps et visages que l'on voit à la télévision ou dans les publicités, générant un véritable problème de société.

En effet, la population complexe inutilement face à ces images et les chercheurs souhaiteraient faire prendre conscience au grand public de la vérité.

Ce logiciel pourrait également prévenir la fraude d'images ayant une valeur scientifique

Christophe M.

Oh! 1 radio à eau!

Brancher sa radio à côté de la baignoire ?

Hmmmm, attention à l'électrocution. Utiliser un poste sur batterie ? Les piles s'usent. Pour écouter votre émission favorite sous la douche, voici la radio étanche qui marche... à l'eau.

Cet appareil se fixe sous le robinet, au-dessus du flexible. Il est alimenté par le passage de l'eau qui entraîne une mini-turbine. L'énergie en surplus est stockée dans une batterie d'appoint, ce qui évite de couper le sifflet à votre animateur préféré quand vous arrêtez la douche.

La H2O Power continue à marcher une demi-heure après que vous avez fermé le robinet : vous avez largement le temps de vous habiller en écoutant les nouvelles.

L'appareil conserve en mémoire le volume et la station FM choisis, et se met en marche automatiquement quand vous faites couler l'eau. "Il s'installe facilement et rapidement, sans outils, en moins de deux minutes", assure le fabricant, qui propose aussi un modèle étanche à manivelle.

38,61 euros sur <http://www.ecotic.fr/achat/cat-radios-53.html>

Christophe M

Des seniors se retrouvent pour rompre l'isolement :

Dans un ensemble d'immeubles de Villeurbanne, où un quart des résidents a plus de 65 ans, un espace est mis à disposition pour que les personnes âgées puissent se rencontrer.

C'est parti d'une idée de 2 amies qui en ont eu assez de bavarder dans le bruit d'un café.

En deux mois 150 personnes ont versé leur 5 euros d'adhésion et ce sont les habitants du quartier qui spontanément proposé des ateliers d'informatique, de théâtre, et aux activités.

Tout le monde n'est pas aussi individualiste qu'on veut bien le dire

Annie B..



Bienvenue à Andrée de K, notre 157° lectrice !

Un nouveau traitement pour soigner des maladies auto-immunes

En traitant les complications de l'hépatite C, une équipe française a découvert qu'une molécule connue peut aussi remédier aux maladies auto-immunes.

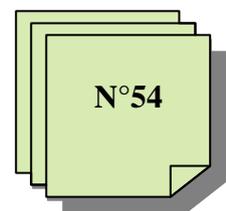
On doit cette découverte aux professeurs Klatzmann et Cacoub à la Pitié Salpêtrière.

A l'issue de leurs expériences sur une molécule agissant sur les échanges entre les globules blancs, ils se sont aperçus chez les patients traités qu'il y avait une stimulation significative des lymphocytes régulateurs.

Cela offre, dit le professeur Klatzmann, de nouvelles perspectives pour traiter d'autres maladies comme le diabète et la polyarthrite rhumatoïde.

PAM

Prochain numéro le : Dimanche 29 Janvier 2012



2 articles au maximum par lecteur. 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 : **157 personnes**

Courriel : gazette.dbn@free.fr

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