

# LE CLIN D'OEIL AMICAL DE MURIEL

DÉCEMBRE 2020-BULLETIN #9



## UN PETIT MOT DE MURIEL

Je souhaite à chacun d'entre vous d'avoir la chance de passer du temps avec vos familles. Savourez ces petits moments de bonheur! Je lève mon verre de vin ou plutôt de Pepsi, pour ceux et celles qui me connaissent, à votre santé et votre sécurité pendant la période des fêtes.



## SAVIEZ-VOUS QUE LES DATTES...

- sont riches en fructose, dextrose, saccharose, maltose; les bons glucides qui constituent des sources d'énergie.
- luttent contre l'hypertension artérielle.
- permettent une bonne digestion régulière.
- contiennent un grand nombre d'acides aminés qui aide à contrôler la pression artérielle.



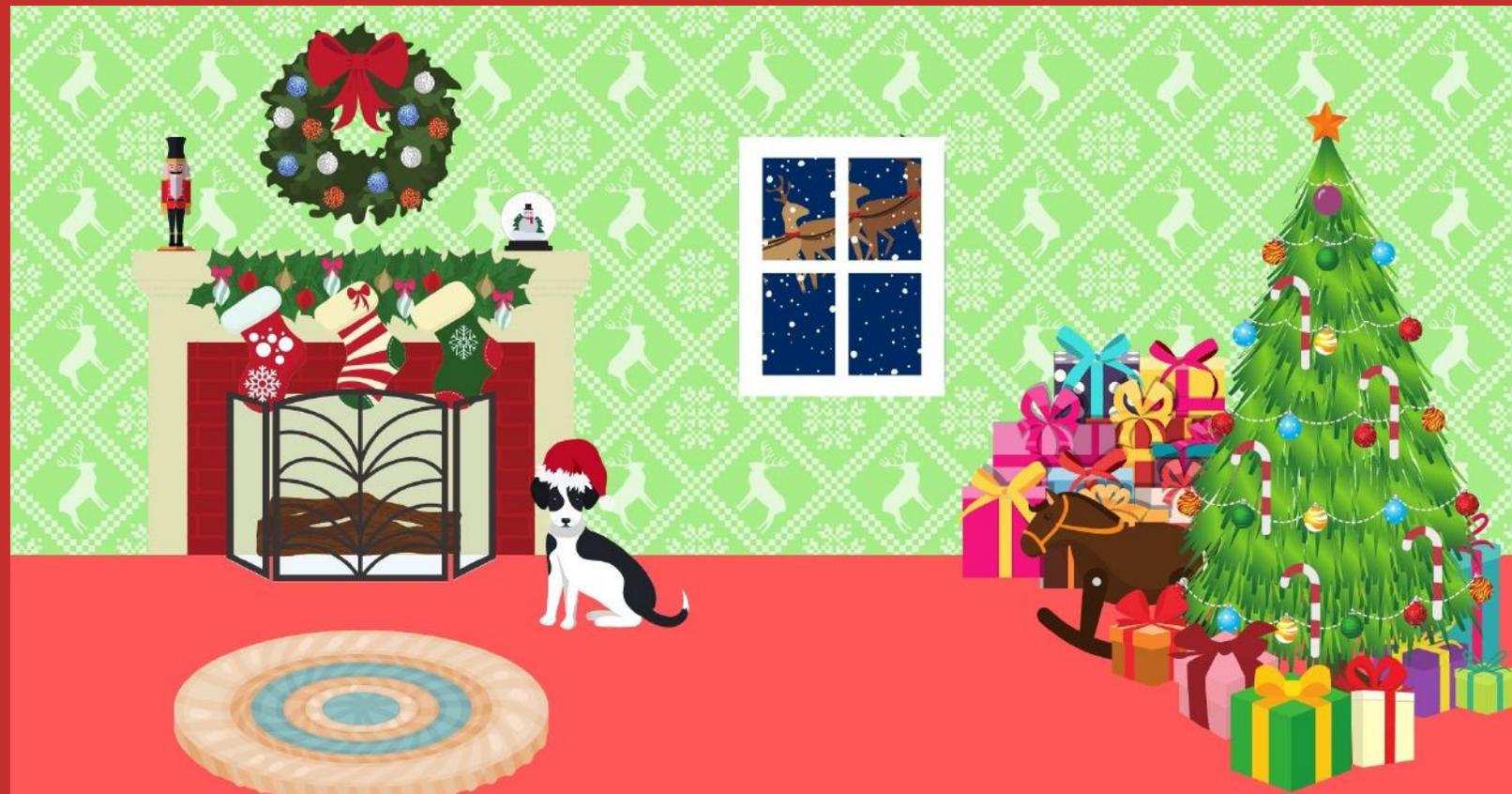
## PERDU EN TRADUCTION...

Grâce au fameux dessert connu sous le nom de « carrés aux dates » en français et de « fig square » en anglais, plusieurs croient que la datte et la figue sont le même fruit, lorsqu'en fait les deux proviennent de deux plantes complètement différentes.



# CASSE-TÊTE

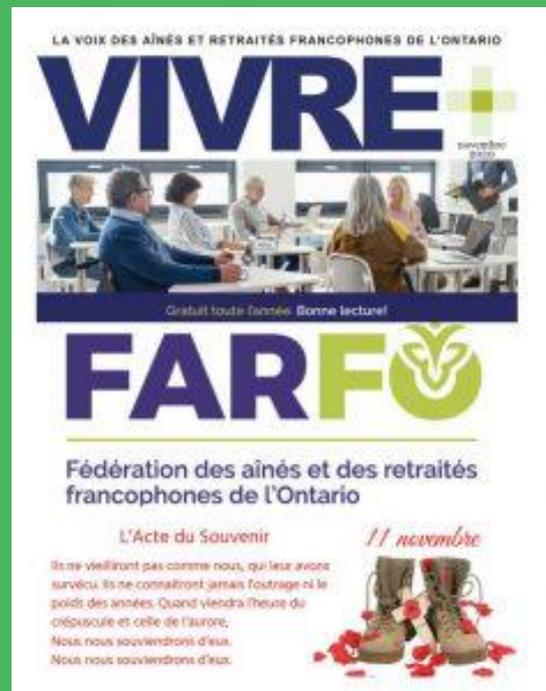
Trouvez les 9 différences entre les images ci-dessous



# Magazine VIVRE +

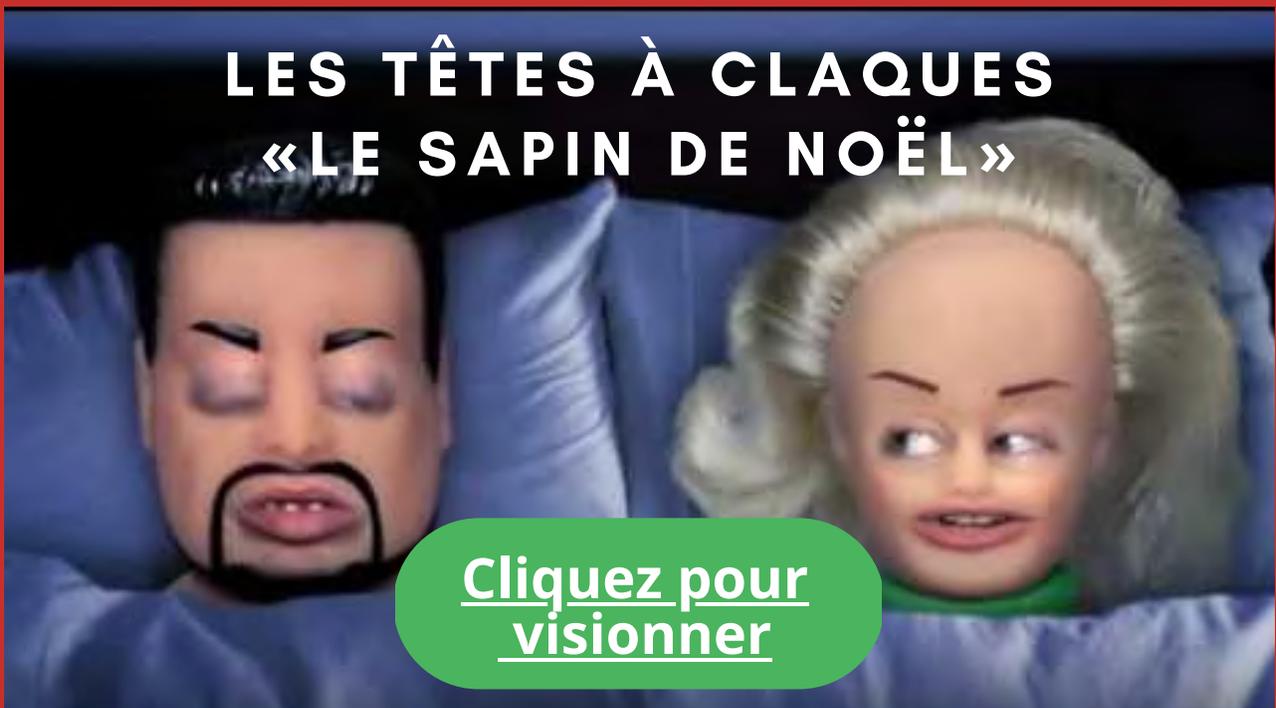
Consultez la plus  
récente publication  
gratuitement

[Cliquez  
pour obtenir](#)



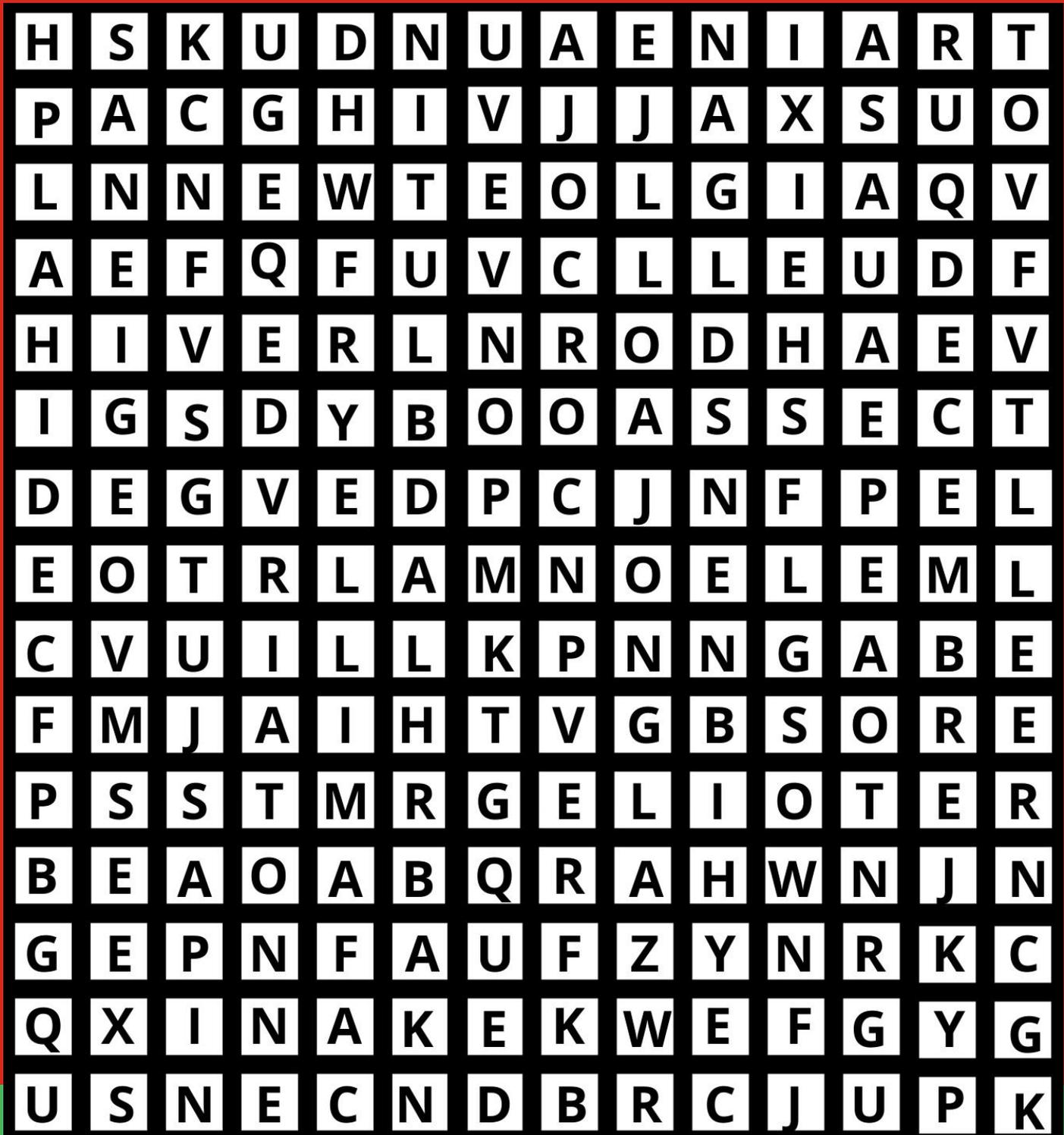
## RIONS UN PEU

LES TÊTES À CLAQUES  
«LE SAPIN DE NOËL»



# Mot caché

Noël, sapin, traîneau, renne, lutin, étoile, décembre,  
cadeau, neige, hiver, famille, flocon



# RECETTES DE NOËL



## **Mini Tourtières**

Préparation 40 Min

Cuisson 1h

[Voir cette recette](#)



## **Bûche de Noël au chocolat**

Préparation 30 Min

Cuisson 12 min

[Voir cette recette](#)

[Pour voir plus de recettes de Noël, cliquez-ici](#)

# CHANSONS DU TEMPS DES FÊTES

Pour écouter une chanson,  
cliquez sur le TITRE ou l'icône



**[Tout ce qu'on veut pour Noël - Marie-Chantal Toupin](#)** 

**[Le temps d'une dinde \(Michel Barrette\)](#)** 

Bonne fête aux aînés  
de décembre!



# NOËL AUTOUR DU MONDE

## 4 TRADITIONS DU TEMPS DE NOËL À DÉCOUVRIR

### SUÈDE

En Suède, les célébrations débutent le 13 décembre et sont relatives à la Sainte-Lucie, sainte de la lumière. Ceux qui participent à la tradition sont revêtis en blanc et portent une bougie avec eux qui symbolise la couronne de bougies de Sainte-Lucie. Le tout est complété par le chant de « Santa Lucia ».



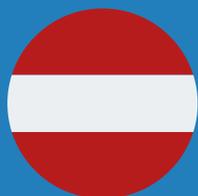
### MEXIQUE

Au Mexique, la Posada a lieu du 16 au 24 décembre. Celle-ci laisse des groupes se promener de porte-à-porte avec des images de Marie et Joseph dans le but de recréer l'image du jeune couple cherchant l'endroit où donner naissance au bébé Jésus. De plus, les enfants cassent des pinatas et reçoivent leurs cadeaux seulement le 6 janvier.



### LETTONIE

Les grandes archives historiques estiment que la tradition du sapin de Noël vient de la Lettonie, plus précisément de sa capitale Riga autour des années 1500. Durant la période des fêtes, les lettons s'échangent des cadeaux pendant 12 jours, ceux-ci sont placés sous le sapin.



### NORVÈGE

Auparavant, il s'agissait du bouc *Julbock* qui distribuait les cadeaux. Les enfants tressaient leurs chèvres afin que dans la nuit elles s'envolent et rapportent des cadeaux. De nos jours, c'est un gnome avec une barbe blanche nommé *Tomte* qui apporte les cadeaux avec son compagnon qui est une chèvre.



# *Lettre au Père Noël d'un ancien élève de Muriel*

**On ne sait plus souvent quoi donner à ses enfants et petits-enfants pour Noël! Voici donc une liste de cadeaux qu'un enfant a suggéré à ses parents:**

J'aimerais être un journal pour que vous preniez un peu de temps à chaque jour pour me demander de mes nouvelles.

J'aimerais être un baladeur pour me sentir parfois écouté par vous deux, sans aucune distraction, n'ayant que mes paroles au bout de vos oreilles fredonnant l'écho de ma solitude.

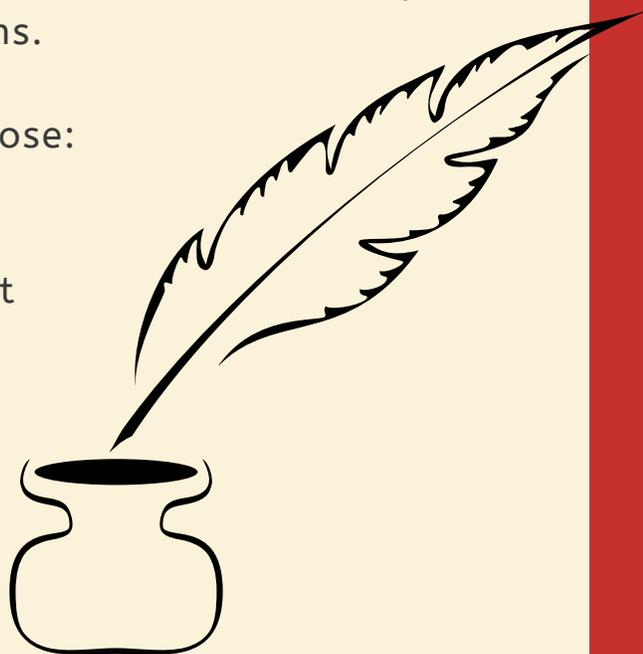
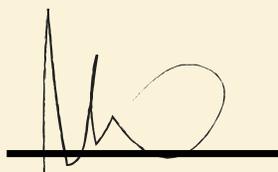
J'aimerais être une télévision pour ne jamais m'endormir le soir sans avoir été au moins une fois regardé avec intérêt.

J'aimerais être Félix notre petit chat pour être moi aussi pris dans vos bras chaque fois que vous revenez à la maison.

J'aimerais être une équipe de hockey pour toi Papa, afin de te voir t'exciter de joie après chacune de mes victoires; et un roman pour toi Maman, afin que tu puisses lire mes émotions.

A bien y penser, je n'aimerais être qu'une chose:  
un cadeau inestimable pour vous deux.

Ne m'achetez rien; permettez-moi seulement  
de sentir que je suis votre enfant...



## DEVINETTES

Comment s'appelle le gâteau le plus dur au monde?

**Réponse:**

La bûche de Noël



Pourquoi les arbres de Noël sont mauvais tricoteurs?

**Réponse:**

Ils perdent toujours leurs aiguilles.

# PENSÉE DU JOUR – HUMOUR

Intitulée: Les 4 âges de la vie d'un homme

Le premier est celui où il croit au Père Noël.

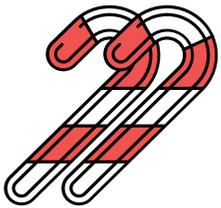
Le deuxième est celui où il ne croit plus au Père Noël.

Le troisième est celui où il est le Père Noël.

Le dernier est celui où il ressemble au Père Noël.



## JEU DÉCODAGE



= 20



= 5



= 2



+



+



+



=

\_\_\_\_\_



+



+



+



=

\_\_\_\_\_



+



+



+



=

\_\_\_\_\_

# MERCI À NOS PARTENAIRES



HAMILTON | NIAGARA  
Centre de santé  
communautaire  
Votre bien-être, notre raison d'être!

## Entité<sup>2</sup>



Emploi et  
Développement social Canada





**Cher Père Noël, cette année,  
je viens te demander quelques faveurs.  
Offre l'espoir à ceux qui l'ont perdu...  
Offre l'amour à ceux qui ne  
l'ont pas encore trouvé...  
Offre la joie à ceux qui ont du chagrin,  
Mais surtout, offre le bonheur  
et la santé à tous!**

Bulletin rédigé par Muriel Thibault-Gauthier  
Mise en page par Justin Gauthier

**Vous avez des idées, des suggestions et des photos?  
N'hésitez pas d'envoyer un courriel à  
[mthibault.mauve@gmail.com](mailto:mthibault.mauve@gmail.com)**