



LE CLIN D'OEIL AMICAL DE MURIEL

MAI 2022 – BULLETIN #26



*Bonne fête aux mamans
et grands-mamans!*



LE PETIT MOT DE MURIEL

Selon moi, le plus beau nom qui existe est celui de MAMAN et probablement un jour celui de grand-maman. MERCI à mes fils adorés Justin et Nicolas pour ce cadeau inestimable. 💜

MERCI à toutes les mamans et les grands-mamans qui donnent de l'amour, de la compassion, de la tendresse et du réconfort aux gens autour d'elles. Grâce à vous, le monde est 100 X meilleur! Vous êtes vraiment des rayons de soleil! ☀️



CHARADES DE PRINTEMPS

Mon premier est la deuxième personne du singulier.

Mon deuxième est le meuble sur lequel on dort.

Mon troisième est la première syllabe de peluche.

Mon tout est une fleur qui pousse au printemps.

réponse: tulipe

Mon premier se trouve après le H.

Mon deuxième est un cercle que l'on forme
en se tenant la main.

Mon troisième permet de voler.

Mon tout produit des jolis gazouillis dans le
jardin au printemps.

réponse: hirondelle

Journée du rire!

Le 2 mai 2022

Les bienfaits du rire:

- Aide à mieux digérer
- Est un puissant antidouleur et antidépresseur
- Contribue à réduire le stress et l'anxiété
- Renforce le système immunitaire
- Facilite le sommeil
- Améliore la mémoire et les capacités intellectuelles
- Permet de lutter contre la fatigue



Vérité ou absurdité?

Les femmes sont autant excitées par l'odeur du vin que les hommes.

Les batteries durent plus longtemps si elles sont stockées dans un congélateur.

Une mouche ne peut pas voler dans un avion volant à 10.000 mètres d'altitude.

On compte plus de 500 poils dans un sourcil.

Sur un clavier, la main droite travaille 30% de plus que la main gauche.

SAVIEZ-VOUS QUE LE CITRON...

- favorise la digestion
- est un agrume riche en vitamine C
- est une aide précieuse au système nerveux
- est un soin très purifiant pour la peau
- facilite la perte de poids
- contribue à réduire la fatigue
- protège nos cellules contre le stress oxydatif



Kraft a annoncé la retraite de 2 oursons!

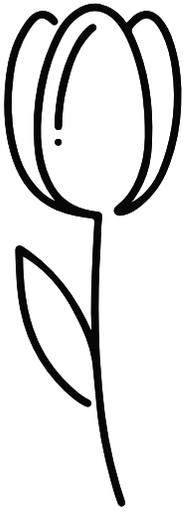
Kraft Peanut Butter a annoncé que les oursons Crunchy et Smoothie sur leur pot de beurre d'arachide prennent officiellement leur retraite après 60 ans.

Ceci a pris plusieurs personnes par surprise!

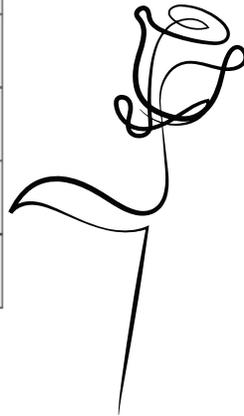
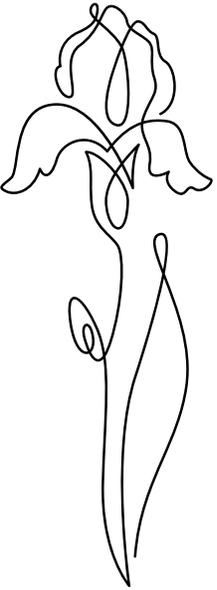
Cependant, la compagnie a annoncé le lendemain que l'annonce était en effet un poisson d'avril! Ceci était un coup excellent au niveau du marketing puisque beaucoup de gens en parlent ouvertement.



Trouve les fleurs du printemps cachées dans la grille



b	a	d	e	f	l	j	i	s	a	t	v	o	z	p
c	r	y	s	a	n	t	h	e	m	e	e	l	h	o
e	d	d	l	i	s	y	b	c	a	l	h	n	y	s
a	n	c	s	d	g	i	t	u	l	v	p	s	a	v
p	e	t	g	e	r	a	n	i	u	m	a	n	c	e
c	p	i	l	j	a	o	u	r	t	i	z	e	i	f
b	i	f	n	o	r	q	s	e	n	v	o	c	n	d
g	l	p	j	e	n	z	c	n	f	r	n	o	t	e
i	u	h	z	o	q	b	i	r	i	s	o	l	h	a
c	t	o	j	t	f	z	m	s	u	t	p	s	e	i
d	i	m	a	r	g	u	e	r	i	t	e	m	e	d



1. rose
2. tulipe
3. zinnia
4. iris
5. marguerite
6. géranium
7. hyacinthe
8. crysanthème
9. jonquille

Créativité au maximum!

L'Union des cultivateurs franco-ontariens (UCFO) est un organisme qui vise au développement complet de la femme. Ensemble, nous partageons des valeurs écologiques, économiques et sociales. Quoi de mieux que des projets rassembleurs pour atteindre notre but. Nous avons fait appel à la communauté pour recueillir des bouchons et des couvercles de plastique. Après quelques années, alors que notre centre débordait de bouchons, nous avons pensé esquisser puis fabriquer nos murales. Elles représentent la Sainte-Trinité et les éléments. En petits groupes, nous nous sommes rassemblés pour séparer les bouchons par couleur et par grosseur, puis nous les avons placés, remplacés, échangés puis vissés à notre satisfaction.

Nous faisons aussi appel à la communauté pour ramasser des sacs de lait avec lesquels nous fabriquons des matelas pour les gens du Tiers-Monde. Nous échangeons des vieux draps que nous transformons en catalognes afin de faire revivre notre enfance et les secrets du tissage de nos mères. Ces projets donnent des rassemblements des plus intéressants où nous créons des choses, apprenons des techniques, tout en recyclant!



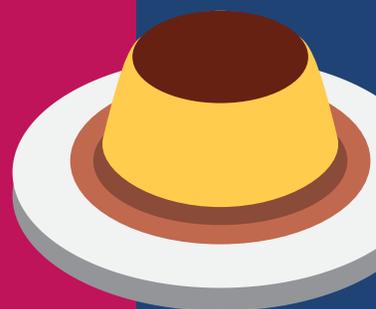
Fête de la reine

23 mai 2022

Nous avons une fin de semaine en mai dédiée à la Reine Elizabeth II d'Angleterre âgée de 95 ans... mais qui est-elle?



1. Elle a rencontré son futur mari quand elle avait 13 ans.
2. Elle adore les chiens et plus particulièrement les corgis.
Elle aime aussi beaucoup l'équitation.
3. Sa couronne n'est pas facile à porter.
4. Elle est mère de quatre enfants.
5. Pas de viande crue ou très peu cuite, pas de crevette ni de fruits de mer pour la Reine.
6. Elle a même son permis poids lourds passé pendant la Seconde Guerre Mondiale. On dit qu'Elizabeth II aime la vitesse et que sa conduite est sportive.
7. Elle porte toujours un sac à main. Ce dernier sert de moyen de communication.
8. Ses vêtements en public sont toujours de couleur flamboyante afin que l'on puisse la reconnaître facilement.
9. La reine porte toujours des gants en public afin de la protéger des bactéries extérieures.
10. Son dessert préféré est la pudding britannique.





LES 100 ANS DE BERNADETTE BOILEAU LÉVEILLÉ

Texte composé par un membre de la famille



Bernadette est n e le 24 mars 1922. Elle est issue d'une famille de Boileau de neuf enfants. En 1945, elle se marie à Gérard Léveillé. Ils se sont établis sur une ferme laitière   Earlton. Elle a donné naissance à quatre beaux enfants qui lui ont donné trois arrière-petits-enfants. Elle a vécu sur la ferme environ quinze ans pour finalement acheter un petit restaurant et quelques années plus tard, ils ont déménagé dans un endroit plus grand appelé le restaurant Alouette avec une grande salle de réception.

Bernadette travaille du matin au soir. L'ouvrage ne lui a jamais fait peur et c'est une cuisinière hors pair. Dans les années 60 à 80, elle a servi un grand nombre de repas à des mariages, anniversaires, banquets et des fun raill s. Toujours de bonne humeur, très bonne avec ses employés, elle n'h sita t jamais de leur venir en aide au besoin. Après avoir pris sa retraite à l'âge de 64 ans, elle a eu une mastectomie totale. Après son rétablissement, elle a pris soin de son mari et plusieurs membres de sa famille. Avec bonté, Bernadette a été proche aidante à leur chevet jusqu'à la fin, fatigu e ou pas. Dans ses loisirs, une bonne partie de carte lui faisait plaisir. Elle aimait faire des casse-têtes en sirotant un bon café. Elle était aussi une très bonne couturière et a fait plusieurs belles court pointes.

Elle passait des heures à faire des mots cachés.

Bernadette quitte Earlton et déménage chez sa fille à Sudbury. Elle fait plusieurs loisirs et surtout la marche. Pendant quelques années, elle marchait les enfants de sa voisine à l' cole. Bernadette visitait les malades d'Earlton qui devaient se rendre à Sudbury pour se faire soigner.

De temps en temps, Bernadette prenait l'autobus et venait rendre visite à ses neveux, nièces et amis d'Earlton qui d'ailleurs elle n'a jamais oubliés. Malgré qu'elle se porte très bien physiquement, elle a été placée dans un établissement de soins de longue durée à cause de sa perte de mémoire. Sa fille lui rend visite plusieurs fois par semaine. Toujours aussi active, elle continue à faire ses mots cachés...et quelques fois elle va voir les réponses en arrière du livre...Ha!Ha!,  a l'amuse. Bernadette aide des patients qui se déplacent en chaise roulante à se rendre à la salle à manger. C'est vraiment UN COEUR EN OR!   

Bernadette est chérie et respectée par TOUTE sa famille! C'est une mère, une tante, une marraine, une deuxième mère que nous respectons et estimons au plus haut degré!

DES RECETTES AU CITRON



GÂTEAU AU CITRON, AUX POMMES & À L'HUILE D'OLIVE

Préparation: 20 min

Cuisson: 30 min

[Voir cette recette](#)

MARMELADE DE CITRON

Préparation: 20 min

Cuisson: 60 min

[Voir cette recette](#)



[Cliquez ici pour consulter d'autres recettes au citron](#)

Le mystère de la gomme à effacer!

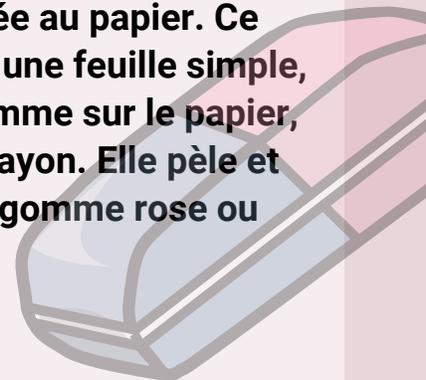
Vous rappelez-vous surtout dans votre enfance de cette fameuse gomme en caoutchouc pour effacer qui avait une partie rouge et une autre partie bleue. On s'est souvent posé la question: Pourquoi la gomme comporte-t-elle deux couleurs? On nous a toujours répondu que la partie rose et la partie bleue servaient à gommer les traits de crayon, mais que la partie bleue était capable d'effacer l'encre. Démêlons le vrai du faux.

Une vieille légende suggère que la partie rose permettrait de supprimer les traces de crayon à papier et que la partie bleue permettrait d'effacer le stylo indélébile. Pourtant, plusieurs élèves remarquent que le côté bleu colore la feuille et peut même arracher le papier.

Les gommes en caoutchouc qui présentent deux côtés, un côté rose et un côté bleu, existent depuis de nombreuses années. Permettant d'effacer des fautes faites avec un crayon à papier, les gommes sont des indispensables dans les écoles primaires. Mais il existe une croyance ancienne qui suggère que la partie rose de la gomme permettrait d'effacer les traces de crayon alors que la partie bleue permettrait de gommer l'encre du stylo.

D'après nos confrères de CNews, l'extrémité rose peut effacer les traits de crayon sur du papier classique alors que la partie bleue est efficace et utile sur des surfaces comme les murs, le carton et même la tapisserie. Elle contient des particules de pierre ponce et son utilisation est abrasive. Cette pierre volcanique aide à poncer le bois verni. Mais en réalité, si les gommes présentent une partie bleue et une partie rose, c'est uniquement parce qu'elles se vendent mieux ainsi. Une étude de la marque Maped a mis en évidence que les enfants, tout comme les parents, préféreraient les gommes bicolores. Il s'agirait d'un simple outil de marketing qui séduirait les consommateurs et aiderait les fabricants à faire plus de profits.

La partie rose ou blanche de la gomme est donc la plus adaptée au papier. Ce matériau correspond tout à fait à la composition du papier. Dans une feuille simple, on retrouve des fibres de celluloses végétales. En passant la gomme sur le papier, cette dernière écarte ses fibres et supprime les graphites du crayon. Elle pèle et laisse donc des résidus composés de fibres de graphite et de gomme rose ou blanche.



Chanson Soleil

Hommages à toutes les mamans et les grands-mamans!

Cliquez sur l'image pour écouter



RIONS UN PEU

Cliquez sur l'image pour visionner



Les Bouquineux

Recommandation mensuelle pour les
passionnés de la littérature — avec Denise Lavigne



Les trois vies de Sœur Gisèle par Catherine P. Yoffé.

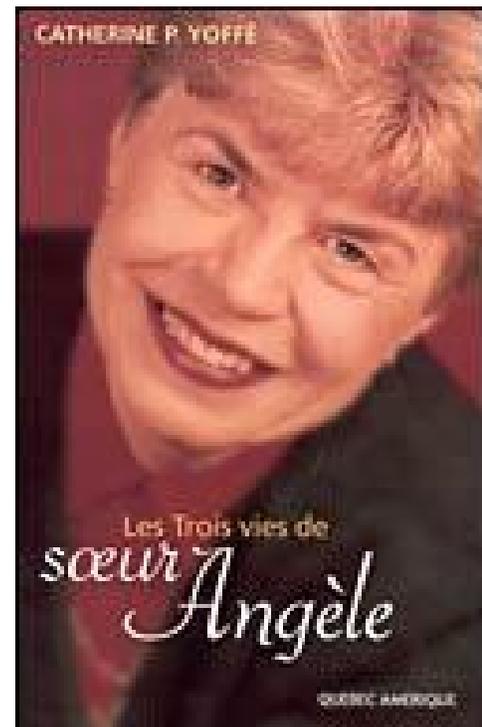
Bien plus qu'une simple biographie, voici le véritable récit d'une femme, d'une carrière, d'un destin, dont la plupart des Québécois ne connaissent encore que la facette la plus médiatisée. Mais sœur Angèle n'est pas seulement la joviale et géniale chef du petit écran. Par son écriture sensible, l'auteure, Catherine P. Yoffé, nous convie à suivre la trace d'un authentique cheminement spirituel, en même temps que la route semée d'embûches et d'audaces de Ginette Rizzardo, cette petite Italienne devenue femme de foi et star incontestée de la cuisine québécoise.

De la naissance et de l'enfance sur fond de guerre européenne, en passant par la difficile période de l'immigration, jusqu'à l'engagement religieux puis social des quatre dernières décennies, Catherine P. Yoffé nous offre le portrait d'une femme intègre et joyeuse, dynamique et inventive, amoureuse de chant et de théâtre presque autant que de son mari. Une femme qui consacre sa vie entière au don de soi, à l'amour et à la paix.

Comment ne pas être curieux de découvrir la plus célèbre sœur de la congrégation de Notre-Dame du Bon-Conseil de Montréal.

Vous trouverez cette biographie à la bibliothèque lesbouquineux@gmail.com à Welland.

Vous trouverez également un livre de recettes de Sœur Angèle en ligne à la Bibliothèque des Amériques. Bonne lecture!



Je vous recommande un abonnement en ligne à la [Bibliothèque des Amériques](#).

Pour communiquer avec nous:

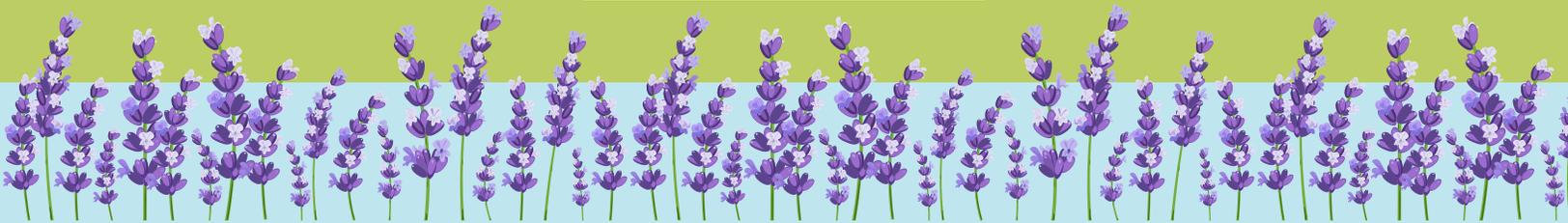
lesbouquineux@gmail.com

LE JARDIN PARESSEUX

Chaque année, le National Garden Bureau, un organisme à but non lucratif qui fait la promotion des plaisirs du jardinage, sélectionne une annuelle, un bulbe, un légume, un arbuste, une vivace et une plante d'intérieur à mettre en vedette dans son programme de l'année. C'est une excellente façon de découvrir une plante que vous ne connaissez pas ou d'en apprendre un peu plus sur une plante que vous cultivez déjà.

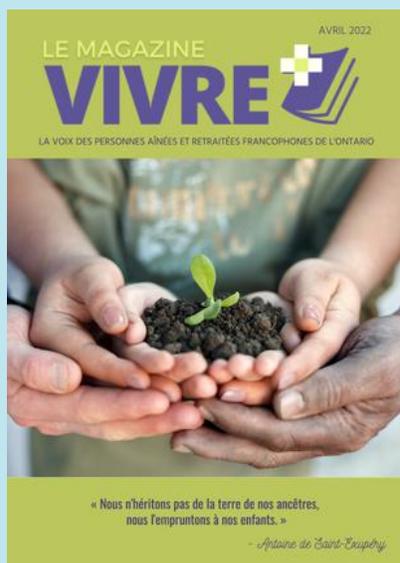
Regardons alors l'arbuste gagnant pour 2022: le lilas!

[Lire l'article ici](#)



VIVRE+

Consultez les dernières éditions: [Mars](#) | [Avril](#)



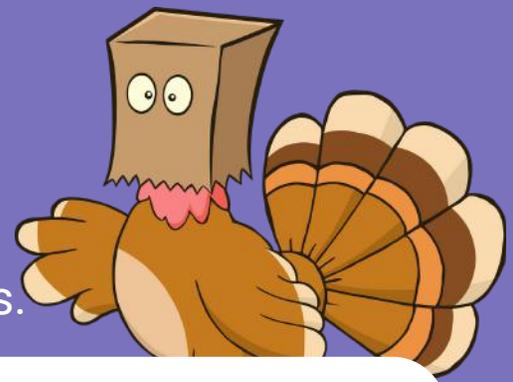
Magazine vert en ligne

[Cliquez ici](#) pour le consulter



Cache-Cache

Trouve le nom d'un animal qui se cache dans chaque phrase. Pour vous aider, tous les noms à trouver sont indiqués dans la boîte ci-dessous.



agneau, cachalot, dauphin, girafe, grenouille,
hérisson, lapin, lézard, souris, tortue

Exemple. Nicolas a tout abandonné et il est devenu **moine au** Brésil. animal = moineau

1. Tante Ginette a guéri son rhume à coups de prières.
2. On distingue les arts de la scène et les arts graphiques.
3. Vous cherchez un cadeau à offrir à vos hôtes?
4. Au centre de la table se trouvaient vinaigre, nouilles et pâtés.
5. Au premier chapitre, le truand Hector tue tout ce qui bouge.
6. Selon le proverbe, qui vole un sous risque de voler un dollar.
7. Depuis toujours, la timidité me fait rougir affreusement.
8. Sylvain est enfin de retour, allons lui serrer la pince.
9. J'accepte volontiers votre offre, puisque j'y gagne au change.
10. Selon les enquêteurs, le malfaiteur tua l'un et cacha l'autre.

réponses à la fin

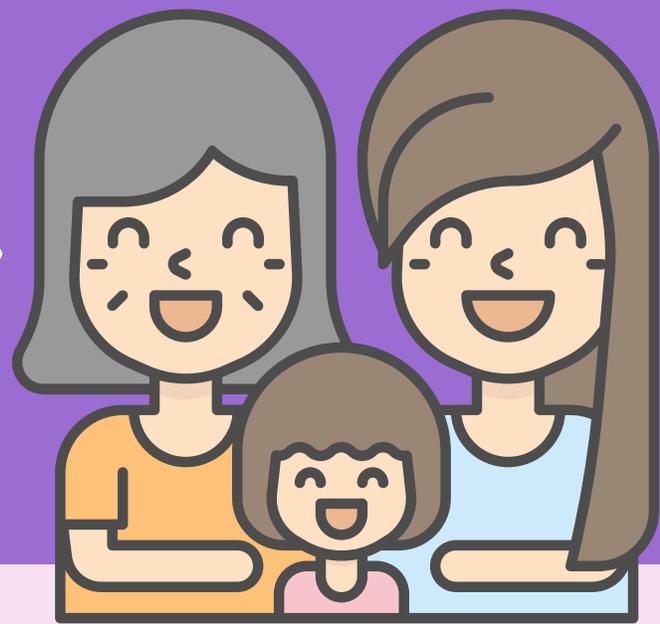
Journée mondiale du Lupus 10 mai

Une « maladie aux mille visages » qui touche beaucoup plus les femmes.

Une personne sur 2000 souffre de lupus au Canada. Une maladie essentiellement féminine alors que 10 fois plus de femmes que d'hommes en sont atteintes. Avec ses symptômes multiples et cycliques, le lupus « devrait être mieux connu notamment parce qu'il affecte les femmes entre 20 et 40 ans, en pleine période reproductive », explique la Dre Évelyne Vinet, rhumatologue au Centre universitaire de santé McGill.

Source: ARIANE LACOURSIÈRE, LA PRESSE

*Une maman formidable
donne toujours une
grand-mère exceptionnelle.
- Jean Gastaldi*



Bonne fête aux belles fleurs de mai! Santé!

Pensée du jour - La maman

2 ans: Maman!

5 ans: Maman, je t'aime!

10 ans: Maman, n'importe quoi!

16 ans: Ah! mon Dieu, ma mère m'énerve!

18 ans: Je veux partir de cette maison.

25 ans: Maman, tu avais raison...

30 ans: Je veux retourner chez ma mère...

50 ans: Je ne veux pas perdre ma mère.

70 ans: Je donnerais n'importe quoi pour que ma mère soit là.



INFO SANTÉ

Quels sont les 7 bons aliments pour le cerveau?

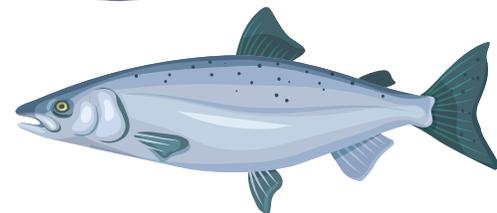
1. Les aliments à index glycémique bas (céréales complètes, légumes secs,...)



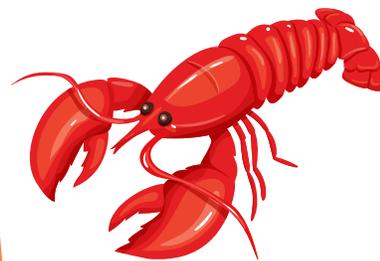
2. Le café



3. Le thé



4. Les poissons gras (saumon, thon,...)



5. Les aliments riches en fer (viande rouge, lentilles, crustacés,...)



6. Les fruits rouges et les baies

7. L'eau



MERCI À NOS PARTENAIRES





**Dans tous les cas,
l'espérance mène plus loin
que la crainte!
-Jungër**

Bulletin rédigé par Muriel Thibault-Gauthier
Mise en page par Justin Gauthier et Danielle Lavigne
(Arcfire Media)

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