

la Gazette des BONNES NOUVELLES

n°102 - Décembre 2024

Les journalistes de la Gazette et toute l'équipe de ReSanté-Vous, vous souhaite un joyeux Noël et de très belles fêtes de fin d'année !



Dans ce numéro...

- **Aide aux sans abris à Londres** (page 2)
- **La bûche de Noël** (pages 7 et 13)
- **Notre Dame de Paris : dernière partie** (page 15)

actualités positives

Aide aux sans-abris à Londres



Article écrit par Chanchan.
Illustrations : Canva

Le club de foot de Chelsea vient en aide aux sans-abris, et cela de deux façons.

Tout d'abord en collectant des fonds grâce à la vente d'une nouvelle collection de vêtements et de décorations. Ces vêtements sont portés par des joueurs connus, ce qui sensibilise les acheteurs. Parmi les joueurs, on compte Cole Palmer, meilleur jeune joueur de la saison.

Ensuite, lors des matchs, ils collectent des vêtements chauds qui seront ensuite redistribués aux sans-abris.

Tous ces moyens sont pour aider les sans-abris, félicitations à ces joueurs !











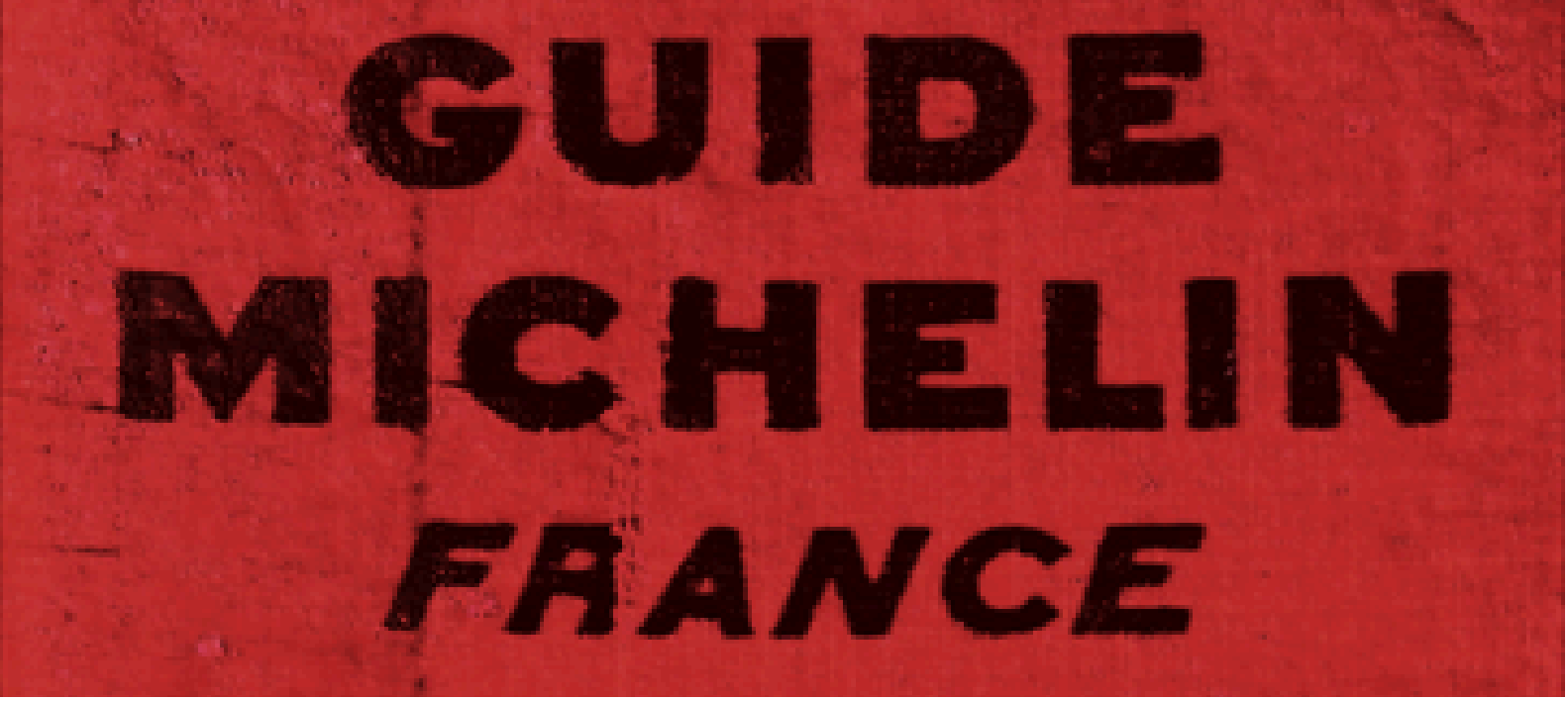
Autoroute pour vélos et piétons

Article : Chanchan. Photos : Freepik / Canva

À Munich, une autoroute pour vélos et piétons a été mise en place depuis juin dernier.

Le cahier des charges est assez important et rend la mise en place difficile. On y retrouve notamment : une largeur de la voie suffisante pour pouvoir doubler facilement, une séparation entre les cyclistes et les piétons, un minimum d'intersections, le tout afin de garantir une sécurité et permettre aux cyclistes de relier Munich à ses environs plus rapidement. La création de ponts et tunnels spécifiques pour les cyclistes est prévue afin de limiter les temps d'attente aux intersections. Un système d'éclairage de nuit automatique et à économie d'énergie est aussi prévu.

Tous ces dispositifs doivent permettre aux vélos de pouvoir rouler jusqu'à 30 km/h sans difficulté. Actuellement, des études sont en cours pour créer d'autres routes de ce type.



Un nouveau guide Michelin

Article écrit par Chanchan
Illustrations : Wikipedia Skblzz1

Le guide Michelin a décidé d'adapter son guide "grand public" pour les personnes à mobilité réduite. Il a été réalisé par une équipe de 9 personnes dont 3 personnes en situation de handicap.
Il permet de trouver un lieu adapté aux personnes en fauteuil roulant notamment (comme un château ou des sites touristiques).
Il représente le niveau d'accessibilité par un bandeau vert (accessible à 100%) ou à pointillés verts (accessible avec de l'aide).

Je trouve que c'est une très bonne idée, et vous qu'en pensez-vous ?



témoignage

J'aurais aimé passer un Noël à la montagne...

Article écrit par les journalistes d'Olympie
Photo : Freepik

Voir le paysage scintillant de neige, illuminé par les décorations de Noël. Me promener dans les rues et rêver devant les vitrines des magasins joliment décorées.

Observer le bonheur dans les yeux des enfants, les regarder escalader les rochers avec les joues rougies par la fraîcheur de l'hiver montagnard. Préparer ensemble la raclette ou la fondue et finir en famille au coin du feu devant la cheminée à se raconter des histoires tout en mangeant des marrons grillés et espérer voir le Père Noël apparaître.😊

Faire de belles balades et le soir venu, saoulé par le grand air, boire un vin chaud ou un bon chocolat chaud. Découvrir l'ambiance née de la rencontre entre la montagne et la féerie de Noël.



les origines

Chasse et survie

Article écrit par Francinou. Illustration : Canva

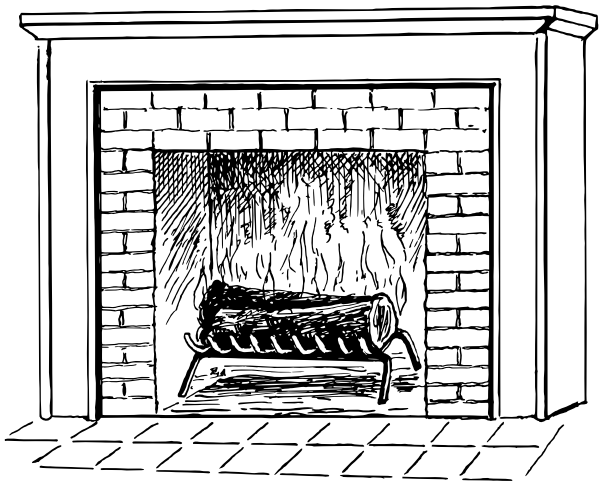
De 7 à 100 ans, nous aimons nous retrouver et refaire le monde en l'idéalisant. C'est passionnant ! Parfois, nous parlons de la "chasse", mais malheureusement, nous jugeons, depuis notre époque, l'aide à la survie de nos si lointains ancêtres, les "hommes et femmes de la préhistoire". Ils luttèrent contre la mort, le froid, la faim, et chasser fut le tout premier geste moderne et salvateur pour lutter contre la famine.

Des milliers d'années plus tard, chaque pays, avec son courage, son imagination, ses épices, ses viandes, ses légumes et son savoir-faire, a pu créer sa propre cuisine.

Ainsi, nous confondons souvent "chasse survie" et "chasse loisir". Je pense que ces deux pratiques sont très différentes.

on se souvient

La bûche de Noël



Article écrit par M. Péguin
Photos : Canva

Tous les ans nous faisions du bois pour chauffer la maison l'hiver. La grand-mère paternelle qui vivait avec nous a gardé la plus grande bûche pour le réveillon.

Pour la veillée de Noël, entourée de toute la famille, elle l'a mise dans l'âtre de la cheminée. La mise en feu était tout un cérémonial.

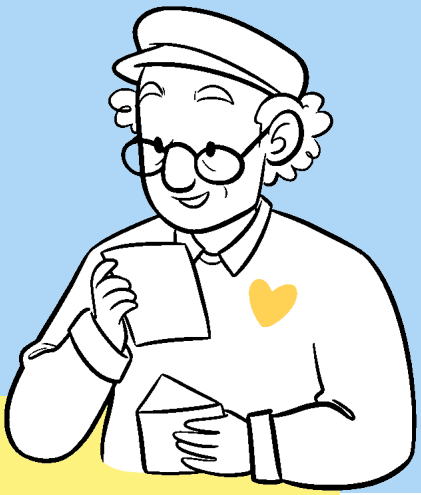
La bûche devait être suffisamment grosse pour se consumer lentement jusqu'au lendemain. Avec mes deux frères et deux sœurs, chacun son tour, on s'amusait à gratter ensuite la bûche avec une grande pincette en fer pour faire des étincelles.

Les braises étaient récupérées ensuite et placées dans le réchaud sur la table afin de tenir au chaud les plats du réveillon.



Le courrier des lecteurs

par 1 lettre 1 sourire



J'espère que cette lettre vous trouvera en pleine forme ! Je tenais à vous écrire pour vous apporter un peu de chaleur et de sourire, en espérant illuminer votre journée comme un beau rayon de soleil.
Je m'appelle Myriam, et même si nous ne nous connaissons pas encore très bien, je suis ravie de pouvoir échanger quelques mots avec vous. Il paraît que l'amitié commence souvent par un simple geste, et j'espère que cette lettre pourra être le début d'une belle correspondance.
Comment vous sentez-vous en ce moment? J'espère que vous avez de belles choses autour de vous qui vous inspirent et vous font sourire. Ici, tout va bien, même si les journées peuvent parfois être un peu fraîche.
Je me dis que la vie est comme un puzzle, parfois on trouve les bonnes pièces tout de suite, et d'autres fois, il faut un peu plus de patience. Mais peu importe le temps que ça prend, chaque pièce a son importance, et chaque moment a sa beauté.



Vous souhaitez répondre à Myriam ?
il suffit d'écrire votre lettre à l'adresse :
1 Lettre 1 Sourire, 5 rue Malar, 75007 Paris
ou par mail à : 1lettre1sourire@gmail.com

Même les plus petits détails peuvent apporter de grandes joies, n'est-ce pas ? Je me plais à penser que chaque saison apporte son lot de petites merveilles. Et vous, quelle est votre saison préférée ? Moi, j'aime particulièrement le printemps, avec toutes ces fleurs qui s'ouvrent et les arbres qui reprennent vie. C'est comme un renouveau, une promesse que tout peut toujours recommencer et fleurir à nouveau.
En attendant de pouvoir vous écrire à nouveau, je vous envoie tout plein de bonnes ondes et de sourires. Sachez que même si nous sommes peut-être à quelques kilomètres l'une de l'autre, je pense bien à vous et j'espère que vous sentez cette petite lumière de joie que j'essaie de vous transmettre à travers mes mots. Prenez bien soin de vous, et n'oubliez pas de sourire, car un sourire, ça éclaire tout autour de soi.
Au plaisir de vous lire si le cœur vous en dit,
Chaleureusement,
Myriam.



instant créatif

Atelier cartes de vœux

Article créé par Les copains et les copines du Duc.
Photo : Samuel Lumbroso. Illustration : Canva

Matériel nécessaire : Feuille cartonnée A4 (type Canson) de couleur, ciseaux, crayon à papier, règle, cutter, planche à découper, stickers autocollants sur le thème de Noël, perforatrice 2 trous, ruban de 5 mm et ordinateur équipé d'une imprimante pour le texte



1. Couper la feuille cartonnée en deux parties égales à l'aide de la règle, du cutter et de la planche à découper.
2. Plier un tiers de cette feuille dans le sens de la longueur.
3. Décorer avec les stickers en les collant sur le revers du premier tiers, ainsi que sur les faces internes et externes.
4. Sur la face interne, coller le texte imprimé (poésie, vœux, message personnel...).
5. Perforer l'extrémité droite de la carte pour y passer le ruban
6. Faites un joli nœud avec le ruban



Création d'une étoile en laine sur bois

Article créé par Gilbert Thébault. Photos : Béatrice.

Matériel nécessaire : une rondelle en bois, des clous, de la laine, un marteau, une pince, un compas, une règle, un crayon







1. À l'aide d'un compas, dessinez un cercle sur votre rondelle de bois
2. Mesurez le périmètre et divisez par un nombre pair (par exemple : un contour de 56 cm divisé par 14 clous => répartir les clous tous les 4 cm)
3. Encerclez le premier clou avec la laine, faites un double nœud
4. Passez sur le clou en face et continuez par des zigzag autour de la rondelle jusqu'à ce que l'étoile prenne forme.

minute gourmande

La bûche de Noël



Article écrit par Mme Mormeau
Illustration : Canva

Ingrédients : 20 à 24 biscuits à la cuillère (selon la taille du moule), 1,5 tablettes de chocolat à dessert, 2 blancs d'œufs, 4 cuillères à soupe de rhum

1. Dans un plat, imbiber les biscuits de rhum avec un peu d'eau
2. Faire fondre le chocolat au bain marie
3. Battre les blancs en neige et y incorporer le chocolat fondu
4. Couvrez le moule avec du papier sulfurisé et tapissez-le avec les biscuits.
5. Ajoutez la mousse aux biscuits.
6. Terminez par une couche de biscuit et mettez la bûche au froid jusqu'au moment de la servir.

Et vous, comment aimez-vous la bûche de Noël ?

réponses : la gastronomie à travers le temps



1664



1683



1762



1810

à vous de jouer

Retrouvez les mots suivants dans la grille : ailleurs, avion, émotion, europe, joyeux, partir, souvenir, train, autoroute, bonheur, été, famille, musique, souriren, toujours, voyage

S	O	U	R	I	R	E	P	D	T	Q	Y	M	F
N	X	N	I	U	B	F	A	M	I	L	L	E	T
V	B	E	U	R	O	P	E	Y	Y	K	V	C	O
P	T	R	A	I	N	A	I	G	S	S	P	Y	U
A	A	Y	P	O	C	V	O	Y	A	G	E	P	J
I	S	R	E	T	É	F	G	Q	Q	S	Y	O	O
L	O	D	T	M	V	Y	Y	S	D	X	U	B	U
L	U	J	L	I	A	D	N	R	D	T	Q	O	R
E	V	O	N	A	R	G	R	E	S	M	U	N	S
U	E	Y	X	V	F	H	M	R	O	Q	D	H	Z
R	N	E	H	I	P	S	S	K	V	I	C	E	P
S	I	U	D	O	O	F	M	U	S	I	Q	U	E
W	R	X	S	N	E	M	O	T	I	O	N	R	L
C	X	A	U	T	O	R	O	U	T	E	I	X	Y



feuilleton Patrimoine partie 3 sur 3

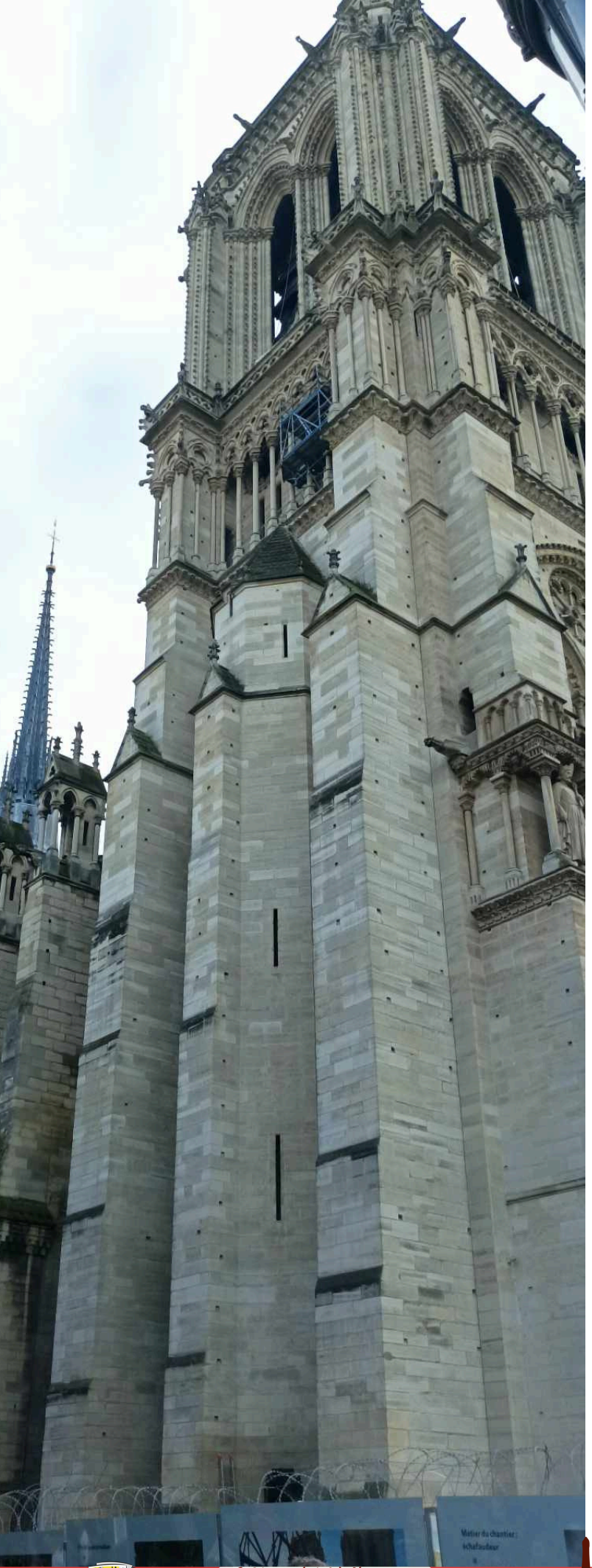
La renaissance de Notre Dame de Paris

Article écrit par Mme R.
Photos : Virginie Chaudat, Pixabay

Avant de reconstruire il faut d'abord mettre hors d'eau toute la zone sinistrée en posant une énorme bâche au-dessus du trou béant. Deux ans sont nécessaires pour débarrasser des gravats, faire le tri de ce qui peut être récupérable, décontaminer l'édifice du plomb.

Les Architectes des Bâtiments de France et les Autorités compétentes décident une reconstruction à l'identique.

À cet effet d'énormes échafaudages sont installés et le travail commence.



La croix du transept est reprise puis la voûte et la charpente qui a nécessité 2 000 chênes des forêts françaises pour être refaite à l'identique. La flèche est également reconstruite à l'identique

Les statues des 12 apôtres heureusement déposées avant l'incendie pour restauration retrouvent leur place, la croix de la flèche redorée mais le coq doré remplacé car trop endommagé.



La sacristie méconnaissable est consolidée et restaurée. Tous les objets nécessaires au culte sont à nouveau disponibles.
Le grand orgue est restauré lui aussi et surtout nettoyé de fond en comble.
Peu à peu les finitions progressent.

Et le 7 Décembre 2024, au cours d'une cérémonie officielle l'État a remis les clés de Notre Dame de Paris au clergé de la cathédrale. En effet depuis la loi de séparation de l'Église et de l'État c'est l'État qui est propriétaire des murs.

Le 8 Décembre 2024 une première messe a été dite dans Notre Dame retrouvée.
Depuis le 9 Décembre fidèles et visiteurs peuvent à nouveau librement y venir.

Et l'Histoire peut reprendre son cours...



cartes de vœux

Réalisation : Rolande et Lili
Photos : Béatrice Fankhauser





cartes de vœux

Réalisation : Ginette
Photos : Béatrice Fankhauser





découverte insolite

Photo : Anne Dumont St Priest



Prochaine Gazette : le 21 janvier 2025

La Gazette des Bonnes Nouvelles est un projet collectif mené par les thérapeutes de ReSanté-Vous en collaboration avec les aînés, qui, dans cette nouvelle version sont les rédacteurs de la Gazette.
+ d'infos sur **resantevous.fr/la-gazette-des-bonnes-nouvelles**

ReSanté-Vous