

Le GEM à domicile

Newsletter n° 9

Trucs et astuces pour s'occuper



Citation de la semaine :

"L'éternité c'est long, surtout vers la fin."

Franz Kafka



AFTC 11

GEMca



Sommaire

Bricolage :

- Range-clés page 3
- Jardin suspendu page 4
- Spray anti-mouches page 5

Couture :

- Tapis en serviettes page 6

Recettes :

- Barres de céréales salées page 7
- Infusion jambes lourdes page 8

La page d'Histoire page 9

Culture page 10

Jeux page 11

Concours page 14

Bricolage



Aujourd'hui je fais

Un range-clé récup'

Matériel :

- Une branche
- de la peinture acrylique
- des crochets
- ficelle



1. Lors de votre promenade quotidienne, ramassez une jolie branche.
2. Peignez des bandes de couleurs de tailles différentes .
3. Vissez les crochets à intervalles réguliers dans votre branche.
4. A chaque extrémité de la branche accrochez votre ficelle.
5. Votre range-clés récup' est prêt , vous n'avez plus qu'à le suspendre ! Il peut aussi être utilisé pour ranger vos foulards ou vos bijoux!

Bricolage



UN JARDIN SUSPENDU

Matériel :

- des petites plantes
- de l'argile
- du terreau
- de la sphaigne (ou du terreau à la sphaigne)
- de la mousse des bois
- une bassine
- du fil solide noir ou de la ficelle colorée
- du fil de fer fin



1. Mettre de l'argile à tremper dans de l'eau pendant quelques heures pour qu'elle ramolisse.
2. Mélanger un tiers d'argile, un tiers de terreau et un tiers de sphaigne dans la bassine, afin d'obtenir une pâte homogène et facile à modeler.
3. dénuder délicatement les racines de la plante choisie.
4. Former une boule de pâte autour des racines, puis l'envelopper de mousse.
5. Maintenir cette mousse au moyen de fil ou de ficelle, en entourant la sphère de toutes parts, puis faire un noeud. On peut choisir de rendre le fil invisible ou au contraire très marqué.
6. Fixer le fil de fer à ce maillage ou le passer à travers la sphère, de façon à pouvoir la suspendre.
7. Pour l'arroser, vaporiser de l'eau ou immerger la sphère.

Bricolage



Spray anti-mouches

Matériel :

- 1 cuillère à soupe de vodka
- 1 cuillère à soupe d'huile d'amande
- 20 gouttes d'huile essentielle de lavande fine
- 10 gouttes d'huile essentielle de basilic
- 10 gouttes d'huile essentielle de citronnelle



1. Verser tous les ingrédients dans un vaporisateur. Bien secouer pour mélanger.
2. Vaporiser sur les rideaux et autres tissus d'ameublement de la maison.



Couture

Je recycle mes vieilles serviettes en tapis de bain

Matériel :

- 3 ou 4 serviettes de bain
- des ciseaux
- du fil, une aiguille et des épingles.



1. Coupez les serviettes en bandes de 7 cm de large.
2. Placez 3 bandes l'une sur l'autre et faites un point de couture pour les retenir ensemble. Tressez les bandes.
3. Arrivé au bout, cousez d'autres bandes aux 3 premières, tressez, etc. Vous pouvez aussi coudre toutes les bandes pour avoir 3 longues bandes, mais c'est beaucoup moins facile à tresser à cause de la longueur des bandes. Le compromis serait de coudre 2-3 longueurs de bandes à la fois au maximum.
4. Quand vous avez une longue tresse, vous l'enroulez sur elle-même en faisant un point de couture de temps en temps pour que ça reste bien en place.



Recette de cuisine

Barres de céréales salées

Ingrédients :

- 100g de flocons de céréales
- 100g de farine
- 120g de graines
- 100g d'olives noires dénoyautées
- 70g de raisins secs
- 30g de parmesan râpé
- 50g d'huile d'olive
- 1 oeuf
- 2 cuillères à soupe d'eau
- 1/2 cuillère à café de thym
- sel et poivre



Préparation :

1. **Mélanger tous les ingrédients après avoir concassé les olives.**
2. **Tasser cette pâte au fond de moules à minicakes en silicone.**
3. **Faire cuire au four à 180°C pendant 25 minutes. Laisser refroidir puis démouler. Les barres se conservent plusieurs jours dans une boîte.**

Recette cosmétique



Infusion d'orties contre les jambes lourdes

Matériel :

- 10 feuilles de plantain
- 10 feuilles ou fleurs de pissenlit
- 10 feuilles d'orties
- 1L d'eau



1. Faire infuser les plantes dans l'eau bouillante pendant 10 minutes.
2. Boire tout au long de la journée.

La page d'Histoire

**Mais que s'est-il passé le 26 Mai des années passées?
Voici un petit récap'**

Dans le monde un 26 mai

- National Sorry Day en Australie, en souvenir du tort causé aux familles aborigènes et indigènes.
- Anniversaire du Prince de la Couronne au Danemark chaque vingt-six mai.
- Fête du Jeu pour promouvoir les jeux coopératifs et non violents en France.
- Fête de l'indépendance en Géorgie.
- Fête des Mères en Pologne.
- Fête de l'indépendance en République coopérative du Guyana. Fête nationale en république de Molossia.
- Bonne fête aux Bérenger, Chang, Godon, Seog et leurs dérivés et variantes. Bonne fête également aux Eleuthère.
- Soleil à la saint Bérengère, présage d'un bel été et hiver.

ça s'est passé un 26 Mai

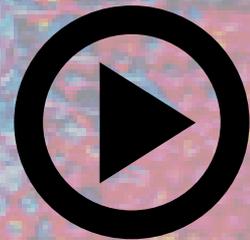
- 26 mai 1942 : La Bataille de Bir Hakeim débute en Lybie, et sera la première victoire des Forces françaises libres de la deuxième Guerre mondiale alors que les forces étaient 10 fois supérieures en nombre du côté allemand. Elle durera jusqu'au 11 juin.
- 26 mai 1944 : Les villes françaises de Chambéry, Grenoble, Nice, Saint-Etienne et Lyon sont bombardées par les Alliés. L'objectif était de détruire les infrastructures de chemin de fer. 900 avions américains ont lâché leurs bombes à haute altitude, avec un total d'environ 164 tonnes de bombes pour la seule ville de Chambéry.
- 26 mai 1972 : Signature par Richard Nixon (USA) et Léonid Brejnev (URSS) à Moscou des accords SALT I concernant la limitation des armements stratégiques.
- 26 mai 1986 : La prison de la Santé est le théâtre d'une évasion spectaculaire, Michel Vaujour, braqueur condamné à 95 années de prison, s'évade par hélicoptère, piloté par son épouse Nadine, qui a pris des cours sous un faux nom. Un film sera tiré de cette histoire, La Fille de l'air avec Béatrice Dalle.
- 26 mai 1994 : Les relations diplomatiques reprennent entre les Etats-Unis d'Amérique et le Viêt Nam.

Culture

Film à voir : "Les frères pétard"
réalisé par Hervé Palud



Livre à écouter : "Le voyage
d'Ulysse"



Musique : Goran Bregović -
Kalashnikov



Cliquez sur le lien pour voir/écouter

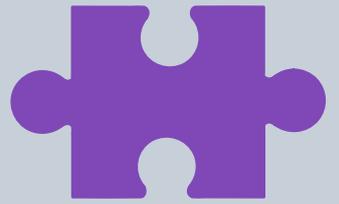
Jeux



Voici un lien vers des jeux
de société en ligne
Cliquez sur le Dé



Lien vers des puzzles
en lignes
Cliquez sur le puzzle



Mots mêlés : bord de mer



ALGUE
AMERRIR
BAIE
BARRAGE
CRABE
DIGUE
ECLUSE
ECUME
ELEMENT
ESTRAN
ETALE
HOULE
ISTHME
JETEE
JUSANT
LAGON
LAISSE
LITTORAL
MAREE
MARNAGE

MASCARET
MEDUSE
MER
PASSE
PHARE
POLDER
SABLE
TEMPETE
VAGUES
VASIERE

Jeux



Sudoku

6			4					
4		8		1	6			7
	9	1	2					
						3	8	
3		7				5		9
	5	2						
					9	6	3	
9			7	6		2		4
					1			5

www.forthealmonds.com

Concours

Enigme du Père Fouras

Elle rentre toujours la première, Et
sort toujours la dernière.
Qui est-elle ?

Envoyez-moi votre réponse avant le vendredi 29 Mai 2020
sur sg.aftc14@yahoo.fr

Réponse de l'enigme de la semaine dernière :
Sa chevelure n'est pas brossée,
Son noyau ne peut germer.
Ponctuellement on l'aperçoit,
Sur elle, ne planifiez pas. Qui est-elle ?

La comète

Bravo à Bernard qui a été le premier à répondre
!

N'hésitez pas à m'envoyer également les photos
de vos bricolages !