

CLIN D'OEIL

EXPRESSIONS • INFORMATIONS

N°150

FEV-MARS-AVRIL 2022

Centre social
Kaneveden
de Bellevue

Bienvenues en 2022 au Centre social de Bellevue

Osons croire à des jours meilleurs en ces temps de Covid

Naissance bientôt d'un nouveau projet social

Nécessité d'un renouvellement

Evolution des attentes des habitants

Amitié à partager sans modération

Ne laissons personne de côté

Numérique ou pas, la solitude est toujours là !

Ensemble, salariés, bénévoles, adhérents, habitants

Entamons cette année dans la bonne humeur

LE SOMMAIRE

2-4 ACTUALITES

- Les services et permanences
- Agenda
- Temps forts à venir
- Nouvelles activités

5-7 VIE ASSOCIATIVE

- Action pour la planète
- Clin d'œil des enfants
- Retour d'expériences diverses
- Le bénévolat au Centre social

8 PAGE RÉCRÉATIVE

« Qu'un même élan nous unisse pour construire l'avenir et nous guider sur le chemin de la réussite commune. »

Le comité de rédaction remercie Anne, Annie, Arnaud, Benoît et Diane qui ont contribué à ce numéro ainsi qu'à celles et ceux qui nous ont confiés leurs témoignages.

**PROCHAINE PARUTION
AVRIL 2022**



La carte de vœux a été réalisée avec la participation des enfants du centre de loisirs

Nos partenaires principaux



ASSOCIATION COMITÉ D'USAGERS
DU CENTRE SOCIAL KANEVEDEN (*) DE BELLEVUE
1, RUE PIERRE TRÉPOS
29200 BREST
TÉL : 02 98 03 08 69
www.centresocialbellevuebrest.fr
(*) arc en ciel en breton

Comité de rédaction :
Marie-Paule Abaléa, Judith Andrianjohary, Bernadette Calvez, Liliane Cren, Gisèle Destan, Annie Gueguen, Marie-Hélène Kermaïdic, Yannick Le Deun, Sandrine Lannuzel, Catherine Torres, Marie-Jo Treguer
[Courriel : communication.csb@gmail.com](mailto:communication.csb@gmail.com)

Impression : CAF du Finistère
Tirage : 250 exemplaires

LES DIFFÉRENTS SERVICES ET PERMANENCES

Vous ne le savez peut-être pas qu'il existe divers permanences et services au Centre social. Nous vous les présentons ici, n'hésitez pas à vous appuyer sur ces dispositifs.

Emploi et formation

➔ **ICEO**
Informer, accompagner vers l'emploi.
 • Lundi et vendredi de 9h à 12h.
 Temps d'accueil en individuel

➔ **PLIE**
Plan local pour l'insertion et l'emploi du Pays de Brest.
 • Mardi de 9h à 12h.
 Des ateliers collectifs de mobilisation autour de l'emploi sont mis en place

Vie sociale

➔ **PARENTEL**
 • 2ème lundi du mois de 13h30 à 16h30 sur RDV
 Le « rendez-vous des parents » est un service d'entretiens individuels avec une psychologue.

➔ **VIE LIBRE**
 Ouvert à tout public.
 Réunion de section vendredi à 20h30 tous les 15 jours.
 Réunion Femmes un mardi/mois à 20h30

➔ **HALTE-GARDERIE**
 Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h15 et de 13h30 à 17h15.
 Accueil occasionnel à la demi-journée des enfants de 3 mois à 5 ans.
 Inscription sur RDV.

➔ **JARDINS FAMILIAUX**
 Dépôt des demandes de parcelles.

Accès aux droits

➔ **CRÉSUS**
 • Mercredis de 9h à 12h sur RDV au 06 15 04 40 60
 Les principales interventions de Crésus sont les situations d'impayés (loyers, crédits, charges courantes). Les entretiens sont confidentiels et anonymes.

Loisirs et médias

Du lundi au samedi aux heures d'ouverture du Centre social.

➔ **LA BIBLIOTHÈQUE**
 Vous pourrez y trouver des livres pour tous, de tous les genres à emprunter gratuitement.

➔ **CAF.FR**
 ➔ **POINT D'ACCÈS PUBLIC INTERNET (P.A.P.I)**
 Vous pourrez également accéder en ligne à diverses administrations.

➔ **PERMANENCE NUMÉRIQUE**
Jeudi de 14h à 16h sur RDV
 Séances d'aide aux outils informatiques. Apportez votre smartphone, votre tablette, votre ordinateur portable.

LE PIMM'S

**Point Informations
 Médiation Multi Services**

L'équipe du PIMMS accompagne le public dans les démarches administratives du quotidien :

- explication de courriers, formulaires, factures et services de partenaires (eau, électricité, gaz, transport, logement, ...),
- conseils et informations (tarifs sociaux, économies d'énergie, ...),
- aide pour constituer des dossiers administratifs,
- orientation vers les bons services et interlocuteurs en fonction de la situation et aide pour prendre un rendez-vous par téléphone ou par internet.

Les permanences ont lieu les lundis de 9h à 12h et les jeudis de 14h à 17h (sur RDV au 07 66 33 16 30)

**Assemblée générale
 du Centre social
 le 27 avril à 18h**

Réservez déjà la date dans votre agenda !

AGENDA

SORTIES POUR TOUS

Sorties un jeudi par mois
 Exposition Pétrovitch le 24/02
 Musée de la fraise le 24/03
 La canopée orchidées le 21/04

Inscriptions (9h30/11h)
 17 février
 17 mars
 14 avril

SORTIES FAMILIALES

Sorties
 Cinéma surprise le dimanche 13/03
 Rando des lutins des beaux jours le dimanche 10/04

Inscriptions (17h/18h)
 9 mars
 30 mars

BRADERIES

Profitez de -50% lors des braderies du mois de mars.

DÉPÔT DE VETEMENTS

- mercredis 9h30/11h
- vendredis 17h/18h

MARDI
 (14h/17h30)

1er février

8 mars

5 avril

3 mai

7 juin

JEUDI
 (17h/19h)

24 février

24 mars

28 avril

19 mai

23 juin

CABAS DES CHAMPS

Un groupement d'achats qui permet de commander à des producteurs locaux des fruits et légumes, un jeudi par mois.

Commande
 (9h30/11h)

10 février

10 mars

7 avril

12 mai

9 juin

Livraison
 (14h/17h)

17 février

17 mars

14 avril

19 mai

16 juin

CINE B2

Un dimanche par mois (salle Outremer)

27 février "Hors norme"

20 mars "Terrible jungle"

15 mai "Kaamelott"

12 juin "Une femme d'exception"

UN TEMPS POUR SOI



C'est la 3ème année qu'Arnaud Floc'h coordonne des animations permettant aux usagers d'améliorer leur bien-être et de privilégier les comportements favorables à une vie saine.

Afin de structurer sa démarche et organiser les animations, Arnaud s'inspire de la définition de l'OMS (organisation mondiale de la santé), pour qui la santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, elle est associée au bien-être.

Avec le projet "Un temps pour soi", il espère créer du lien social et de la proximité avec les habitants du quartier.

Plusieurs ateliers découvertes sont mis en place :

- atelier "image de soi" , atelier "Yoga" qui ont eu lieu en décembre et janvier.

Prochaines dates :

- atelier "communication non violente" avec l'intervenant M. Gwenael Masson, le 2 mars et le 6 avril
- deux sorties bien-être avec l'association "Sentier vous bien", le 11 avril
- atelier alimentation en partenariat avec la CPAM, le 17 juin

Chaque rencontre pourra recevoir entre 8 et 10 personnes habitant le secteur de Kerbernier et de Bellevue. Elles auront lieu soit au local Kerbernier (4 rue du Trégor) ou au Centre social.

Participation 1€. Sur inscription au 07 67 53 54 34.

L'objectif

Que chacun puisse acquérir un savoir et des connaissances autour du thème de la santé au sens large. Prendre soin de soi, s'autoriser à prendre du temps pour soi sont aujourd'hui des thèmes de santé publique. Apprendre ou ré-apprendre à manger sainement quelque soit son budget, à partager ses émotions sans être submergé par elles, à se détendre. Avoir une activité physique en fonction de son niveau, savoir s'apprêter, s'habiller pour un entretien ou tout simplement par plaisir. Retrouver l'envie, après des semaines de confinement, des suites d'une maladie ou d'un accident de parcours... de rencontrer des gens d'échanger avec eux. Prendre un temps pour soi, c'est aussi quelque part reprendre goût à la vie.

Les actions dans le cadre de "Un temps pour soi" sont soutenues financièrement par le service "Promotion de la santé" de la Ville de Brest.

TEMPS FORTS A VENIR

SEMAINE DE LA PETITE ENFANCE

Des lieux d'accueil de la Petite enfance du quartier de Bellevue vous ouvrent leur porte le **12, 15 et 19 mars**.

Au programme pour des tout-petits jusqu'à 3 ans : ateliers créatifs, musique, cinéma, un spectacle "Le disco des oiseaux".

Des dépliants détaillés sont à votre disposition à l'accueil pour connaître les différents lieux et les modalités d'inscriptions.

FESTIVAL DE THÉÂTRE OUPS !

Le Centre social accueillera la Compagnie A la folie théâtre pour la représentation de **"En couple"** sur des textes de Jean-Michel Ribes.

Que vous soyez en couple, célibataire, divorcé, veuf ou vierge, laissez-vous emporter dans un tourbillon de folie et de rire !

Le samedi 19 mars à 20h45, salle Outremer.

PROJECTION DE FILM AVEC LA CINÉMATHÈQUE

"Germaine Tillon, l'affaire de ma vie : les femmes dans la guerre d'Algérie" réalisé par François Gauducheau et Samira Houari-Laplatte en partenariat avec la Cinémathèque de Bretagne.

Ce film documentaire nous entraîne dans les pas de cette ethnologue et grande résistante. Son amie et collaboratrice Nelly Forget retourne en Algérie (en 2018), dans les centres sociaux créés par Germaine Tillon en 1955. Ce voyage fait ressurgir des souvenirs joyeux et douloureux liés à cette guerre.

Le dimanche 10 avril à 15h, salle Outremer, en présence de François Gauducheau.

REPAIR CAFÉ

Au Repair Café, vous trouverez divers stands :

- réparations de petit électroménager, informatique, textile, usage numérique
- espace café convivialité
- zone de gratuité : dons, échanges

Arrêtez de jeter, venez réparer et échanger !

Le samedi 23 avril vers 14h (à confirmer), salle Garance.

THÉÂTRE

La troupe du Théâtre du Moulin de Bohars donnera une représentation avec au programme 2 comédies :

"La ferme des Lebellec" de Michel Vivier et **"Vendredi 13"** de Jean-Pierre Martinez

Le samedi 30 avril à 17h, salle Outremer.



NOUVELLES ACTIVITÉS

Voici deux nouvelles activités à découvrir au Centre social : la sophrologie et les jeux d'échecs. Vous pouvez encore vous y inscrire puisqu'il reste quelques places.

Brest Echecs



Trois amis, Arnaud, Cédric, Astrid, souhaitant partager leur passion des échecs, ont créé Club Brest Échecs et propose cette activité au Centre social.

Le jeu d'échecs est considéré comme un sport par le Comité Olympique International (CIO) depuis 1999 dans lequel il est nécessaire de connaître des stratégies. Les joueurs doivent être capables de mettre en place des tactiques de jeux, ce qui renforce l'esprit et améliore la concentration.

Ce sport est accessible à tous.

"Au club, nous acceptons les enfants à partir de 6 ans. C'est un des rares sports qui se joue en mixte (une femme contre un homme) et intergénérationnel (un enfant contre un adulte).



Contrairement à l'image que nous pouvons en avoir, il n'y a pas de pré-requis pour apprendre à jouer. Il y a des combinaisons à connaître, pour le reste il suffit de se laisser prendre au jeu..." précise Arnaud.

Les séances ont lieu les mardis et jeudis à partir de 18h et jusqu'à 21h pour ceux qui le souhaitent. Cette large amplitude horaire permet au plus grand nombre de venir aux heures qui conviennent, après le travail ou les devoirs scolaires...

Pour l'instant le club compte 9 licenciés dont 3 enfants.

L'objectif du club est de démocratiser cette discipline, qui souffre d'une image élitiste et masculine... donc mesdames vous savez ce qu'il vous reste à faire ! Si vous voulez devenir maître au échecs, il va falloir en plus être un vrai compétiteur dans l'âme !

Sophrologie

Je m'appelle **Léna Messerly**. Je suis sophrologue installée à Plougastel Daoulas où je reçois en séances individuelles et en séances de groupe.



Depuis septembre, j'anime deux séances de groupe au Centre social de Bellevue, le vendredi de 11h15 à 12h15 et de 12h30 à 13h30.

Je propose des ateliers, gestion du stress et des émotions, sommeil etc. Mon but est d'aider chacun à trouver les outils qui lui conviennent pour gérer ses difficultés ; pour devenir progressivement acteur de sa santé.

La sophrologie permet de savoir mieux respirer, d'atteindre un état de relaxation mental et physique. Elle aide à écouter son corps, à identifier ses émotions pour pouvoir s'en libérer grâce à des techniques qui sont induites en état de relaxation.

La sophrologie est une technique psychocorporelle pour nous aider à mieux vivre au quotidien.

Inscription encore possible à la séance du vendredi de 12h30-13h30.



Action autour de l'environnement

Le 27 novembre, le Centre social a organisé une "Cleanwalk" en partenariat avec la PepSE, la Pépinière des solidarités étudiantes.

Cette collecte de déchets dans le quartier de Bellevue a permis de réunir 18 participants de tous âges et de récolter pas moins de 23 kg de déchets.

Cette mission citoyenne a également permis de créer du lien social et de pratiquer une activité physique tout en sensibilisant au tri des déchets et à l'environnement.

Nous espérons que cette première marche écologique en appellera d'autres dans les prochains mois et que nous continuerons ainsi à œuvrer pour la Planète.



Clin d'œil des enfants

Chloé 10 ans

"J'aime l'aide aux devoirs parce c'est cool, je suis avec mes copains. On fait plein d'activités !

Je fais mes devoirs et je n'ai pas besoin de les faire à la maison..."

Marine 9 ans

"J'aime venir à l'accompagnement scolaire car j'ai de l'aide pour faire mes devoirs parce que j'ai du mal à les faire toute seule. Et en plus, après les devoirs nous faisons des jeux."



Ces quelques photos confirment ce que les enfants racontent avec plaisir. Des temps de jeux et de découvertes culturelles sont aussi proposés à l'accompagnement à la scolarité.



Leila a 19 ans. Elle est venue témoigner sur l'accompagnement à la scolarité.

Elle était en 5ème et avait 12 ans quand ses parents l'ont inscrite au Centre social. Ils n'auraient pas pu bien l'épauler au niveau de sa scolarité.

Elle a été encadrée jusqu'au Bac et au-delà par Michelle une bénévole. Elles sont devenues proches. Michelle lui proposait, en plus des 2 séances par semaine, une aide supplémentaire en mathématiques avant les contrôles.

Grâce aux bonnes explications et à l'apport de motivation, Leila a poursuivi ses études et a obtenu son Bac. Elle a appris ensuite à rédiger des lettres de motivation.

Elle débute actuellement une formation d'aide-soignante. Et plus tard infirmière si possibilité.

Leila et Michelle sont toujours en contact.

Retour d'expériences diverses

“ Mobilité Suède ”

Diane et Liliane ont eu le privilège d'être retenues pour un voyage d'études en Suède dans le cadre de la coopération européenne et méditerranéenne au service du développement du pouvoir d'agir des habitants, financé en parti par Erasmus+.

"Nous avons découvert que la Suède n'est pas que le pays de l'écologie et des aurores boréales... Là-bas aussi quartiers pauvres, misère sociale, drogue et violence... Nous étions 15 personnes venant de divers centres sociaux de France, à être accueilli par le Centre social Hemgarden à Lund (sud ouest de la Suède).

Stafan Lindqvist, salarié de la Fédération Internationale des centres sociaux (IFS, qui intervient auprès de l'ONU) était notre guide. Nous avons découvert des structures incroyables qui n'ont, pour la plupart qu'un seul champ d'activité : enfants, jeunes adultes, femmes ou luttes contre l'extrémisme de toutes sortes, avec gratuité totale pour les participants (les habitants sont taxés à 40 % pour financer les activités et les projets).

Le temps passé avec les personnes des autres centres sociaux français nous a aussi permis d'échanger sur nos différentes façons de faire, de se rendre compte qu'on partage des valeurs communes avec d'autres Européens même si nos façons d'agir diffèrent ; on retrouve la dimension de l'Education Populaire.

Nous nous sommes aussi rendu compte que rien n'est jamais acquis en matière de Démocratie et qu'il faut veiller au grain pour ne pas voir revenir des temps obscurs aux couleurs vert de gris..."

Liliane nous confie : *"Cette formation a ravivé ma flamme de militante au sein des centres sociaux, sans parler de l'envie de perfectionner mon anglais."*

Cette expérience va permettre d'apporter de nouvelles idées au sein de l'équipe salariés/bénévoles, très utiles notamment pour la réécriture du projet éducatif du centre de loisirs et de l'accompagnement à la scolarité. Elle permet aussi d'avoir un nouveau regard en matière d'accueil et d'intégration des publiques allophones, sur la place des femmes, des jeunes dans notre société...



La quinzaine des débats "Le numérique, ça libère ou c'est la galère ?"



Dans le cadre de la quinzaine des débats organisée par la Fédération des centres sociaux de Bretagne, le Centre social avait proposé, le 10 décembre dernier, un temps de discussions autour du thème du numérique. La présentation en début de la rencontre faite par M. Jean-Michel L'HOSTIS, délégué du défenseur des droits, a été appréciée.

Les échanges ont été riches et ont mis en lumière quelques réalités : la méfiance face à Internet, les risques d'arnaques, la difficulté pour beaucoup d'utiliser les sites officiels aboutissant souvent à la renonciation aux droits... Il est devenu très difficile d'échapper à l'invasion d'Internet dans notre quotidien. Il est donc important, pour le Centre social, d'aider les habitants face à cette réalité.

C'est ce que l'on va faire en accordant une place importante à la question du numérique dans notre projet social en cours d'élaboration. Vos questions et suggestions seront, bien sûr, les bienvenues.

Le Parcours Culturel, pourquoi ?

Pour que la culture ne disparaisse pas de la vie des familles ou des personnes isolées. RésO avec la Ville et des établissements culturels brestois ont mis en place un programme du parcours de découverte culturelle "A nous la Culture... même en coulisse !".

Il est dédié à un binôme d'ambassadeurs de différentes structures locales. Il comprend six rendez-vous, gratuits.

Le binôme pour le Centre social de Bellevue, Corine ambassadrice et Annie accompagnante, ont suivi sur 3 mois le parcours découverte culturelle.

"Nous avons trouvé passionnant la visite de la Carène, du Mac Orlan et de la Maison du théâtre : entre autre les coulisses et l'envers du décor ! Oh, désespoir ! Même pas rencontré d'artistes. Peut-être une prochaine fois !"

Corine ne regrette pas non plus d'être venue aux sorties.

"C'était varié et des spectacles qui nous interpellent sur la société actuelle. J'ai trouvé remarquable d'entendre, à la Carène, des personnes de quartier chanter devant des étudiants et vice-versa ; j'ai applaudi des amateurs des structures sociales de Brest, qui ont joué une pièce de théâtre au Mac-Orlan."

Un coup de cœur pour le spectacle de marionnettes. Et le concert du midi, ambiance cabaret, avec son pique-nique, dans le hall du bas, à la Carène, donne envie d'y revenir, et pourquoi pas en groupe !

Nous nous retrouverons début mars, à Emmaüs au Relecq-Kerhuon, pour échanger sur les six sorties du programme avant d'envisager de mettre un nouveau en place.

RésO Ville : c'est un réseau de partenariat d'acteurs sociaux et culturels.

Le bénévolat au Centre social

Episode 2

DES BENEVOLES A L'ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

Partagé entre du temps de soutien scolaire et de découverte socioculturelle, l'accompagnement à la scolarité peut accueillir 20 enfants du primaire au collège. Ils sont accompagnés par une équipe d'une quinzaine de bénévoles les lundis et jeudis. Nous vous présentons le témoignage de 4 d'entre eux.



CORINE

Je prends plaisir à venir car j'aime aider les enfants dans leur scolarité, leur apporter mon savoir et mes expériences.

MICHELLE

J'habite le quartier de Bellevue. J'ai appris que le centre social recherchait des bénévoles pour l'accompagnement scolaire. Je suis venue en 2012.

Nous apportons aux enfants un soutien personnalisé, complémentaire à la scolarité.

Après un goûter pris en commun, nous revoyons individuellement ce qui n'a pas été bien compris en classe. Nous les aidons à faire leurs devoirs. Nous les incitons à lire et nous terminons par des jeux éducatifs. C'est aussi un moment d'échanges avec les enfants.

Nous rencontrons également les parents en début et en fin de séance.

Certains enfants fréquentent l'accompagnement scolaire pendant plusieurs années. Des liens se créent.

Pendant le premier confinement, l'accompagnement scolaire fut difficile à mettre en place. Nous avons fait des tentatives via Skype. J'ai accompagné Leila plusieurs années. Elle a eu son Bac en 2019. On se voit toujours.



ANNIE

Je suis en 1ère année d'accompagnement à la scolarité en tant que bénévole. J'ai envie de contribuer à la réussite des enfants. C'est une manière de me rendre utile. Et c'est aussi un enrichissement personnel. J'ai pris plaisir à suivre un enfant de CP le lundi et jeudi hors période scolaire. Nous passons 15 à 20 mn sur les bases de son apprentissage. Et quand il doit apprendre une poésie je récite avec lui de façon théâtrale. Pour finir, il aime bien que je lui raconte une histoire de son choix ou jouer avec des cartes d'animaux. L'échange avec les parents est aussi important pour mieux se connaître.

Cet engagement m'a encouragé à m'inscrire à un atelier de formation, à Châteaulin, sous la houlette de la CAF avec une psychopédagogue.

Cette formation nous a donné des clés pour accompagner au mieux les jeunes dans leur scolarité.



ANDRE

Je demeure sur la commune de Bohars. J'ai entamé ma cinquième année en tant que bénévole et volontaire à l'accompagnement à la scolarité au Centre Social. Le temps de la retraite arrivé, très vite j'ai voulu m'investir dans une forme de bénévolat utile. L'aide aux devoirs dans le quartier de Bellevue correspondait pleinement à mon souhait, à savoir transmettre et partager. Le lundi et le jeudi, il s'agit d'accompagner les enfants dans la réalisation des devoirs prescrits pour le lendemain, voire prendre de l'avance. Après le goûter offert par le Centre social, chaque bénévole assure un accompagnement individualisé auprès des enfants scolarisés en primaire. Le carnet de texte sert de fil conducteur à la séance. A travers cet engagement, il m'est donné l'occasion de gommer une forme d'inégalité auprès des enfants. Si la pandémie que nous traversons m'a éloigné de l'activité le temps des différents confinements, elle n'a nullement entravé mon enthousiasme à poursuivre aujourd'hui mon humble mission auprès des enfants, dans le respect des gestes barrières.

Recette

VELOUTE DE CHOU-FLEUR



Pour environ 8 personnes

1 chou-fleur

3 pommes de terre

1,5 l de lait écrémé

1 cube de bouillon de volaille

100 gr de lardons fumés (facultatif)

Cette recette a été réalisée lors des ateliers Cuisine simple, pas chère et équilibrée.

Oter les feuilles et les grosses côtes du chou-fleur. Laver les bouquets de chou-fleur, égoutter.

Eplucher les pommes de terre, les laver, les couper grossièrement.

Dans une cocotte mettre le chou-fleur, les morceaux de pommes de terre, le cube de bouillon et mouiller avec le lait.

Cuire 30 mn à petite ébullition.

Mixer au blender.

Faire griller les lardons dans une poêle à sec et les disposer sur le velouté. (facultatif)

Bon appétit !

Devinettes

Un Suisse m'a donné le jour
Je suis le fruit d'un acte généreux
Mais vous vous en lavez les mains
J'ai 26 ans
Bien qu'alcoolisé, la tête ne me tourne pas
Avec le masque je suis en accord parfait
Les microbes ne me disent pas merci

Le gel hydro alcoolique !

Réponse :

Elle est vieille, elle est toute ridée, elle n'a pas été gaie, on en a marre de la voir, en un mot, elle a fait son temps.
Tu pensais à qui là !...

*Moi, je pensais à l'année 2021
Vive la nouvelle année 2022 !*

Réponse :

Jeu de mots

Adhérent	_ _ e m _ _ _
Égéries	_ _ e m _ _ _
Aliéné	_ _ e m _ _ _
Désuet	_ _ e m _ _ _
Jumeau	_ _ e m _ _ _
Élixir	_ _ e m _ _ _

Membre. Femmes. Dément. Démodé. Gêmeau. Remède

Réponse :

Pour rire

Dans un restaurant, un client interpelle le serveur :

- Dites, Monsieur, cette viande n'est pas du tout cuite !

- Mais, Monsieur, répond le serveur, vous m'avez dit que vous aviez une faim de loup...

Coup de cœur de Annie B.

PRIERE DE LA FORET



C'était lors d'une sortie familiale au village gaulois ; une exposition sur la nature, les plantes, le bois. Un poème sur un panneau. Je l'ai lu. J'ai été sensible à la réalité du texte mettant en hommage le bois. C'était naturel avec des mots simples : naturel comme le bois !

*Homme, je suis la chaleur de ton foyer,
par les froides nuits d'hiver
L'ombrage ami lorsque brûle le soleil d'été.*

*Je suis la charpente de ta maison,
La planche de ta table*

*Je suis le lit dans lequel tu dors
et le bois dont tu fais les navires*

*Je suis le manche de ta houe
et la porte de ton enclos*

*Je suis le bois de ton berceau
et ton cercueil*

*Ecoute ma prière,
Ne me détruis pas.*