

Le GEM à domicile

Newsletter n° 4

Trucs et astuces pour s'occuper



Joyeuses Pâques !

Citation de la semaine :

**"Une pomme par jour éloigne le médecin,
pourvu que l'on vise bien"
de Winston Churchill**



Sommaire

Bricolage :

- Blocs de graines pour oiseaux page 3
- Poudre d'agrumes page 4
- Bombes de graines page 5

Couture :

- Eponges grattantes page 6

Recettes :

- Pomme au four à la guimauve page 7
- Gommage à lèvres page 8

La page d'Histoire page 9

Culture page 10

Jeux page 11

Concours page 14

Bricolage

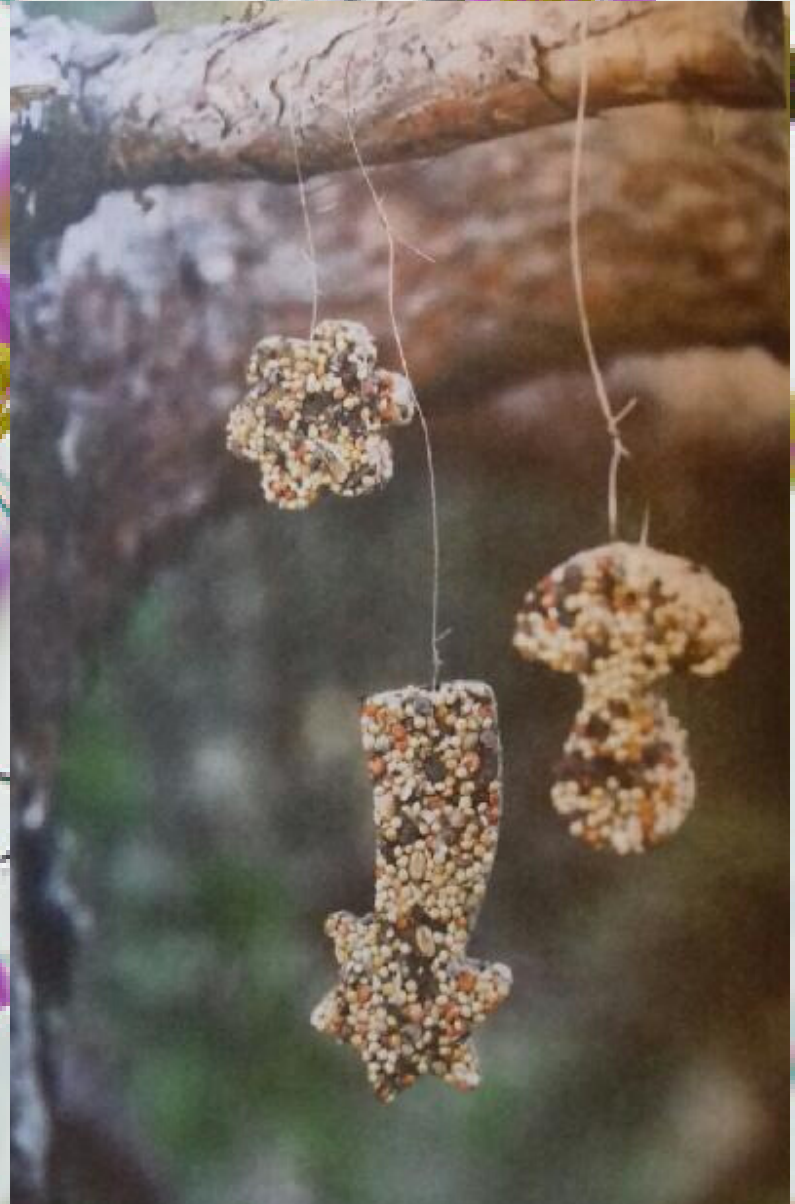


Blocs de graines pour oiseaux

Matériel :

- 2 verres de mélange de graines pour oiseau
- 4 cuillères à soupe de farine
- 3 cuillères à soupe de miel ou de sucre
- 1 cuillère à café d'agar-agar
- des emporte-pièces
- des pailles
- du fil de fer ou de la ficelle

1. Verser l'agar-agar dans une casserole avec 10 cuillères à soupe d'eau puis porter à ébullition. Bien fouetter.
2. Mélanger dans un saladier les graines, la farine et le miel (ou le sucre). Ajouter l'agar-agar dissout dans l'eau en ajustant la quantité pour que le mélange obtenu soit solide et collant.
3. Garnir des emporte-pièces avec la mixture, en pressant bien pour la rendre très compacte.
4. Enfoncer des petits segments de paille (coupés aux ciseaux) pas trop près du bord, pour former des trous, puis laisser sécher pendant plusieurs heures.
5. Démouler, passer un fil dans le trou et suspendre dans un arbre ou sur son balcon



Bricolage



Poudre d'agrumes

Ingrédients :

- des peaux d'orange et de citron bio



1. Chaque fois qu'on consomme la pulpe ou le jus d'un citron ou d'une orange (non traités), penser à en prélever le zeste grossièrement, à l'aide d'un épluche légumes.
2. Laisser ces zestes sécher naturellement, au soleil, sur un radiateur ou dans un four encore chaud après cuisson, jusqu'à ce qu'ils deviennent cassants.
3. Les mixer finement, jusqu'à obtenir une poudre, que l'on peut éventuellement tamiser.
4. Elle servira pour parfumer un gâteau, un yaourt, des crêpes, mais aussi toutes sortes de plats salés, des salades, des plats mijotés...

Bricolage



Des bombes de graines

Matériel :

- de l'argile en poudre
- du terreau
- des graines
- un récipient pour mélanger
- un vaporisateur (facultatif)



1. Mettre dans un récipient deux volumes d'argile pour un volume de terreau. Ajouter quelques graines.
2. Verser un peu d'eau. Mélanger pour former une boule compacte. Ajouter de l'eau si nécessaire jusqu'à ce que la consistance soit assez compacte pour former une boule qui tient dans le creux de la main.
3. Laisser sécher au moins 24h afin que les bombes durcissent : elles seront plus faciles à manipuler et surtout à lancer !
4. Se promener dans la ville entre les mois d'avril et de Juin, et lancer les bombes dans les endroits qui semblent favorables. A la première pluie, les bombes de graines vont s'imbiber d'eau, l'argile va se déliter et la sphère s'ouvrir. Les semences bénéficieront ainsi de bonnes conditions pour germer et fleurir d'ici l'été.

Cette technique de semis est pratiquée depuis l'Antiquité égyptienne. Elle a été remise au goût du jour par Masanobu Fukuoka, célèbre défenseur de l'agriculture naturelle au Japon, puis elle est devenue une arme du mouvement new-yorkais "The Guerilla Gardening" à partir des années 1970. Aujourd'hui, elle est également pratiquée pour lutter contre la déforestation, notamment au Kenya



Couture

Je recycle
mes
déchets

DES EPONGES GRATTANTES en filet à légumes

Matériel :

- Des petits filets à légumes en plastique
- des ciseaux
- des épingles ou des petites pinces
- une machine à coudre



1. Découper les filets de façon à supprimer les extrémités et à conserver la forme de manchon.
2. Replier les extrémités (qui s'effilochent) vers l'intérieur du manchon, puis plier l'ensemble sur lui-même, éventuellement plusieurs fois, selon la taille du filet, jusqu'à obtenir un carré de la dimension souhaitée.
3. On peut aussi glisser au coeur de ce millefeuilles deux carrés de filet plus rigide, par exemple à pommes de terre.
4. Maintenir cet assemblage à l'aide d'épingles ou de petites pinces, puis coudre le pourtour à la machine à 0.5cm du bord. Coudre ensuite les bords en zigzag pour éviter l'effilochage.

Recette de cuisine



Pommes au four à la guimauve

Ingrédients pour 1 personne:

- 1 pomme
- 2 guimauves (ou ourson en chocolat pour les plus gourmands !!!)
- 1 pincée de cannelle en poudre
- 1/2 cuillère à café de sucre en poudre

1. Préchauffez le four à 210°C (thermostat 7)
2. Coupez un chapeau dans la pomme et retirez le coeur.
3. Farcissez la pomme de 2 guimauves et replacez le chapeau. Déposez la pomme dans un plat à four , puis saupoudrez de sucre et de cannelle.
4. Versez 2 cuillères à soupe d'eau au fond du plat et enfournez pour 30 minutes. Laissez tiédir avant de servir.



Recette cosmétique



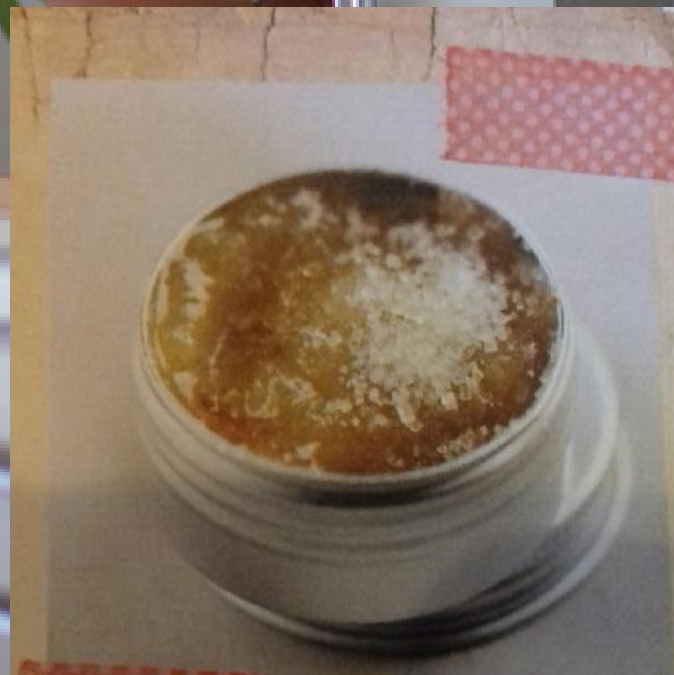
GOMMAGE A LEVRES

INGRÉDIENTS :

- 1 cuillère à café de sucre
- 1/2 cuillère à café d'huile végétale (olive, tournesol, amande douce...)

PRÉPARATION :

1. Mélanger tous les ingrédients : il s'agit d'un produit à faire en toute petite quantité et à utiliser immédiatement.
2. Masser doucement les lèvres avec un mouvement circulaire. Enlever le surplus avec un mouchoir, rincer les lèvres et les sécher en tapotant.



La page d'Histoire

Mais que s'est-il passé le 13 Avril des années passées?
Voici un petit récap'

Dans le monde un 13 avril

- Fête des professeurs en Equateur le 13 avril de chaque année.
- Nouvel An au Cambodge et au Laos chaque treize avril.
- Bonne fête aux Ida et ses variantes : Ide, Itta, Itte et Ita.
- Bonne fête aux Karadeg et ses dérivés Caradec, Caradeuc, Caradoc, etc
- Bonne fête également aux Mars.
- A la Sainte-Ida, craint petites gelées et coup de froid.

Que s'est-il passé un 13 Avril ?

- **13 avril 1946** : En France on vote la loi Marthe Richard ordonnant la fermeture des maisons closes.
- **13 avril 1953** : Allen Dulles, directeur de la CIA (les services secrets américains), lance le projet MK-Ultra de manipulation mentale.
- **13 avril 1964** : Sidney Poitier reçoit l'Oscar du meilleur acteur avec son rôle dans le film Le Lys des champs de Ralph Nelson. Il est le premier noir à recevoir cette récompense.
- **13 avril 1970** : Un réservoir d'oxygène du module de service d'Apollo 13 explose.
- **13 avril 1975** : Début de la guerre civile au Liban. Elle fera entre 130 000 et 250 000 victimes et ne se terminera que le 13 octobre 1990.
- **13 avril 1992** : Une inondation frappe Chicago, notamment dans le quartier du Loop. Environ un million de mètres cube d'eau envahit le quartier.
- **13 avril 2017** : 13 ans après leur arrivée, l'ONU met fin à la mission des Casques Bleus en Haïti.

Culture

Film à voir : " Mr & Mrs Smith"
réalisé par Doug Liman



Livre à écouter : "L'île
Mystérieuse" de Jules Verne
Partie 2



Musique : Lindsay Stirling
Roundtable Rival



Cliquez sur le lien pour voir/écouter

Jeux



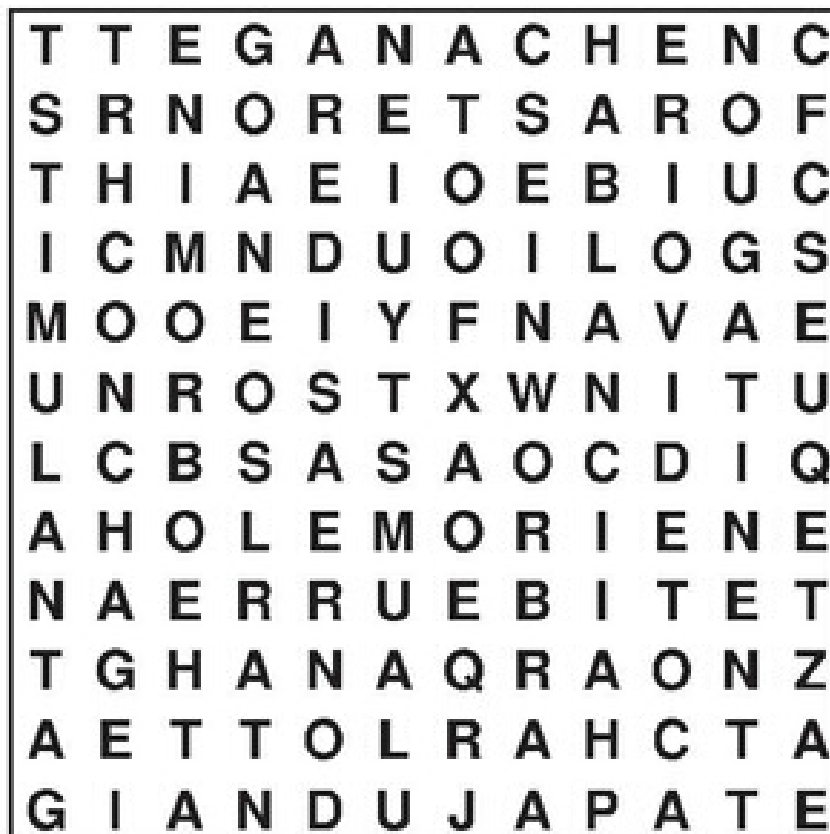
Voici un lien vers des jeux
de société en ligne
Cliquez sur le Dé



Lien vers des puzzles
en lignes
Cliquez sur le puzzle



Mots mêlés : Le chocolat



www.fortismots.com

AMER
ANTIOXYDANT
AZTEQUES
BEURRE
BLANC
BROWNIES
CABOSSE
CHARLOTTE

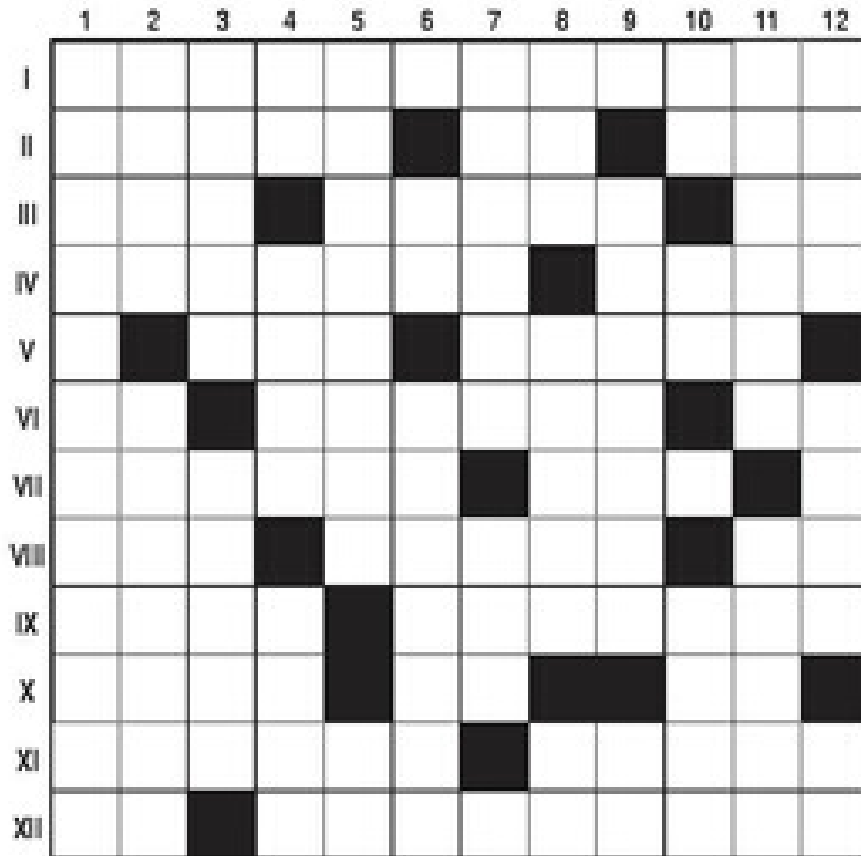
CONCHAGE
COTEDIVOIRE
FORASTERO
GANACHE
GHANA
GIANDUJA
NOIR

NOUGATINE
OEUF
PAQUES
PATE
STIMULANT
THEOBROMINE
TRINITARIO

Jeux



Mots croisés : Histoire de France



www.fort-science.com

HORIZONTALEMENT

I. Anciens Francs. **II.** Plage du Débarquement. Marteau ou endume. A vu fleurir des pavés en 1968. **III.** Fait du tort. Une ville sacrament royale. Femme d'église. **IV.** Une période d'exception au XVIII^e siècle. Greffa. **V.** Un espion au service de Louis XV. Tel Napoléon. **VI.** Capone pour les intimes. Numéro 49 au tableau. Le Soudan sur le web. **VII.** Corrigée. Élément de poulie. **VIII.** Sans effet, sauf sur celui qui la regarde. Une bataille perdue par un Napoléon. Onze marseillais. **IX.** S'adresse à la population. Règne au harem. **X.** Matériel de diffusion. Scandium au labo. Parti depuis 1920. **XI.** Fut grand sous Louis XIV. S'illustra avec courage en 14-18. **XII.** Suit le docteur. Des espèces utilisées par Astérix le Gaulois.

VERTICALEMENT

1. Une tour qui domine Paris depuis 1973. **2.** Remuée. Fut ministre de la Guerre de Louis XIV. **3.** Crier sous les bois. La dernière fois qu'elle est sortie de son lit, c'était en 1910. **4.** Expression de surprise. Ils s'appelaient Louis, Philippe, Charles ou Henri. Pièces de charme. **5.** Louis XVI n'est pas allé plus loin. Collé au mur. **6.** Château des Guise. Beautés divines. **7.** Obscurci. Celui d'Orléans était frère du roi. **8.** Portable chez les Belges. Montagnes russes. Le Pérou en ligne. **9.** Fait au Jeu de Paume en juin 1789. Présent dans le franc germinal. **10.** Début d'émission. Bref laps de temps. Pente abrupte. **11.** Fut négrière au XVIII^e siècle. Ce que fut Napoléon 1^{er} pour le troisième du nom. **12.** Pandémie. Versée à l'église jusqu'en 1793. Mœurs désuètes.

Jeux



Mots fléchés : Le chocolat

CÂTEAU AU CHOCOLAT TRAVAIL DES PÈVRES DE CACAO		ANTICIPER DORRAT DES COUPS		DANS LE BUT		PALMIER DÉVELOPPE PAR LA TORREFACTION		PREMIÈRES ARRIVÉES		GRAND ROULE CHAUMIÈRE
CURIE ANTOIN DANTS DU CHOCOLAT				RELA L'AFFAIRE PRÉSENT D'OR				AGENCE AMÉRICAIN PREMIÈRE NOTE		
										NATÈRES PREMIÈRES DU CACAO
SABRE CHOCO- LATER AMULETTES					HÉRON DE LA SAGA HARRY POTTÉR		À PÂQUES, EN CHOCOLAT MOBILLE JAPONAISE			
								À PÂQUES, EN CHOCOLAT		LE CHOCOLAT EST MONTÉ POUR CET ANNÉE
ORIENTA		FLAMANT DE POULIE LE MARIÉ- RENT LE CHOCOLAT				ARBELE ESPAGNOL ANN DE TOILE			CHÉMIN DE VIE PÂQUES POUR LE CHOCOLAT	
			NÉGATION	CRÈME AU CHOCOLAT						
PREMIER PRODUCTEUR MONDIAL DE CACAO	ZINC AU LAINO UTILÉ POUR DISTINGUER LES AROMES			COURS D'EAU VILLE DE LA DROME			BRUTES			
										LA SAVEUR PRINCIPALE DU CHOCOLAT
PETIT CURIE SUR LA TÊTE DU CHOCO- LATER			POISSON ROUGE				JEUNE FEMME			
					THÉÂTRE JAPONAIS ANCIENNE MÉTHODE INTERNET			CÂTEAU BRETON		SEMBLABLE
LA RUSSE SUR LE WEB GRAIN DE BEAUTÉ			VERSION DOUBLÉE	NÉGATION				OCCASION DE MANGER DU CHOCOLAT POURRI		
							ROUSPÈTER			
VILLE RADIO				UN TYPE DE CHOCOLAT					ARTICLE	

Concours

Enigme du Père Fouras

Jamais en retard il est souvent
pressé,

En rondelles il peut être découpé.

Par lui, une couleur est qualifiée.

Avec le poisson il est mariné.

Qui suis-je ?

Envoyez-moi votre réponse avant le vendredi 17 Avril 2020
sur sg.aftc14@yahoo.fr

Réponse de l'enigme de la semaine dernière :

Plus j'ai de gardiens, Moins je suis gardé.

Moins j'ai de gardiens, Plus je suis gardé.

Qui est-il ? **LE SECRET**

**Bravo à Julien qui a été le plus rapide à me
répondre !!!**

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