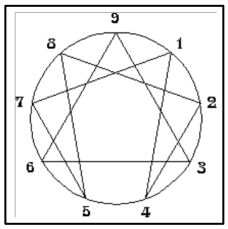
LA GAZETTE DES BONNES NOUVELLES

Numéro 101
Avril 2016

La citation du mois :
«Devine, si tu peux, et choisis, si tu l'oses ».

(Pierre Corneille, dans Héraclius)



EDITO

Beaucoup d'entre vous connaissent ce que l'on nomme les « outils de développement personnel », qui nous aident à nous connaître, à progresser et à mieux communiquer avec les autres.
On pourrait citer la PNL, l'analyse transactionnelle, la communication non violente, (qui est se nomme maintenant communication bienveillante), …
Il y en a une, qui est une véritable « boite à outils », et pour laquelle je viens de vivre une formation passionnante de 2 jours : l'ennéagramme.
C'est une science dont l'origine semble assez récente (moins d'un siècle), et qui est en train de croitre rapidement un peu partout dans le monde.
Le principe est illustré par une figure géométrique en forme de cercle, avec 9 points placés à l'extérieur, et des flèches reliant certains points.
Les 9 points représentent chacun une base de personnalité, bien précise, qui est en lien avec un mécanisme mis en place pendant son enfance.
Il y a le perfectionniste, l'altruiste, le battant, le romantique, l'observateur, le loyal, l'épicurien, le chef et le médiateur.
Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise base, chacun son histoire et son fonctionnement.
D'autre part, chacun peut évoluer dans son type, avec les fameuses flèches, et les ailes, c'est-à-dire les 2 bases proches de soi (le 6 a une aile 5 et une aile 7).
Et c'est incroyable, lorsque l'on creuse un peu, ce que cela peut apporter dans la compréhension de sa propre personnalité, et sa façon de réagir au quotidien.
En allant un peu plus loin, cela permet également de mieux comprendre ses proches, pour peu que l'on arrive à les intégrer dans une des 9 bases.
La découverte de l'ennéagramme fait partie pour moi des bonnes nouvelles, car il peut devenir un véritable outil pour progresser soi-même, en développant ses points faibles mais aussi dans nos rapports avec les autres.
Et j'en ai déjà fait l'expérience, très positive…
Alors, pour ceux qui sont curieux, allez-donc à votre bibliothèque, et empruntez un livre sur le sujet. Avant peut-être de vous inscrire à un des nombreux stages de formation, qui sont organisés dans toute la France et ailleurs !.

Jean-Yves

Des œufs frais à domicile

Des poules pour diminuer le volume de nos déchets biodégradables...

La revue mensuelle Ressources se fait l'écho d'une opération originale nommée «Le Sived en poule position», consistant à proposer, depuis l'automne 2015, à 20 foyers sélectionnés de l'agglomération de Brignoles (83) la prise en charge de deux poules et la pesée quotidienne des déchets alimentaires consacrés à leur nourriture, contre l'attribution gratuite d'un poulailler et la récolte des œufs.

Un Cived est un syndicat intercommunal pour la valorisation et l'élimination des déchets.

C'est celui du Centre Ouest Var qui pilote l'opération, (www.sived83.com). Son but est de montrer qu'au lieu de tout jeter à la poubelle, des personnes possédant un jardin (10 m2 minimum sont nécessaires pour le parcours de deux poules), peuvent recycler ainsi une centaine de kilos de détritus alimentaires par an et par famille.

De plus, un accompagnement mensuel des familles permet de leur apprendre les bons gestes, la responsabilisation et de faire naître une conscience éco-citoyenne.

Parmi les déchets alimentaires, qui représentent environ 40% du poids total de nos poubelles, tous ne sont pas favorables aux gallinacées.

Par contre, épluchures de légumes, restes de repas, végétaux flétris, à raison de 150g de déchets assimilables par jour, sont une moyenne tout à fait réalisable.

Alors, pourquoi ne pas organiser partout de telles opérations?

Lyliane M.

Il reste encore des gens biens…

Un portefeuille qui est revenu tout seul chez son propriétaire

Ce MERCI, trouvé dans "Autant en emporte la Marne du 4 au 17 avril", et titré "Brève" m'a fait du bien, donné envie de le partager et aussi d'en remercier M. Maricot.

"Merci ! À vous qui avez retrouvé mon portefeuille sur un parking de Château-Thierry, à vous l'honnête citoyen qui me l'avez rendu, à vous qui avez tenu à rester anonyme.

Je vous remercie sincèrement de m'avoir évité des tracas administratifs, longs et pénibles...

Il reste encore des gens biens..."

De la part de M. Maricot

Chantal-M

Les trois tamis de Socrate

Une leçon de Sagesse qui remonte à 2500 ans…

Socrate avait, dans la Grèce antique, une haute réputation de sagesse.

Quelqu'un vint un jour trouver le grand philosophe et lui dit :

« Sais-tu ce que je viens d'apprendre sur ton ami ?

- Attends un instant. Avant de commencer, peux-tu me dire si tu as fait passer ce que tu vas me dire par trois tamis ?

- Les trois tamis ?

- Le premier tamis est celui de la vérité. As-tu vérifié si ce que tu veux me dire est vrai ?

- Non. J'en ai simplement entendu parler…

- TU ne sais donc pas si c'est la vérité. Essayons de filtrer en utilisant un autre tamis, celui de la bonté. Ce que tu veux m'apprendre sur mon ami, est-ce quelque chose de bon ?

- Ah non ! Au contraire !

- Donc, continua Socrate, tu veux me raconter de mauvaises choses sur lui et tu n'es pas certain qu'elles soient vraies. Tu peux peut-être encore passer le test, car il reste un tamis, celui de l'utilité. Est-il utile que tu m'apprennes ce que mon ami aurait fait ?

- Non, pas vraiment.

- Eh bien ! dit Socrate en souriant, si ce que tu as à me dire n'est ni vrai, ni bon,

ni utile, je préfère ne pas le savoir, et quant à toi, je te conseille de l'oublier… ».!

Crocus

Une action positive de plus contre les pesticides

Respect de notre planète et de ses habitants…

A Moirans, commune de Charente Maritime, les pesticides ont disparu des espaces verts :

Démarrée en 2009, cette action est maintenant couronnée de succès, puisque l'usage des pesticides a totalement disparu dans la gestion des espaces verts.

Les jardiniers ont retrouvé les gestes anciens et se réjouissent de ne plus porter masques et combinaisons !

Des prairies en fleurs ont regagné les 30 hectares d'espaces verts dont s'occupe une équipe de 6 personnes. Une journée «je désherbe mon quartier» a lieu chaque printemps et chaque automne.

La commune se réjouit d'avoir ainsi anticipé une évolution qui va concerner tout le monde, puisqu'à partir du 1er janvier 2017, l'usage des pesticides sera interdit dans toutes les communes pour les espaces verts, promenades, forêts et voiries.

Annie B

Monalisa

210 équipes pour agir contre la solitude de nos aînés.

Le principe de cette Association est inscrit dans la loi sur l'adaptation de la société au vieillissement, promulguée en décembre dernier.

Il s'agit de donner une visibilité aux associations et d'amorcer une mobilisation citoyenne.

Entreprises, collectivités, ONG ont ainsi uni leurs forces dans 45 départements.

A titre d'exemples : à Angers, dans un immeuble d'un quartier populaire, une équipe «citoyenne» a fait en sorte de faire circuler gratuitement le journal, en demandant aux habitants isolés de le faire passer de main en main.

Dans le Lot, des agriculteurs à la retraite sont sortis de leur isolement grâce à un rapprochement des Equipes de Monalisa et la section locale de la FNSEA pour les rencontrer.

D'après un sondage : 71% des français seraient prêts à s'investir et à créer de nouvelles Equipes.

Qui prétend que les Français sont égoïstes et individualistes ??

Site internet : www.monalisa-asso.fr

Paul B

J'avais 18 ans

Une intégration réussie, grâce à la générosité d'une famille.

Mes parents, mon frère et moi habitions une petite maison.

A l'église, nous avions fait connaissance d'un père de famille qui travaillait comme maçon. Nous l'avions invité plusieurs fois à la maison pour un repas, puis il ne voulait plus venir.

Il nous a dit qu'il était très content en notre compagnie mais… cela le rendait triste à chaque fois, car il avait sa famille et 3 enfants en Italie.

A cette époque, en Suisse, nous avions besoin de ces travailleurs. Ce sont eux qui ont construit nos autoroutes et nos tunnels. Certains même y ont laissé leur vie.

J'ai dit à mon père : « Est-ce qu'on pourrait arranger pour qu'il puisse avoir sa famille avec lui ? ».

Mon père dit : « On peut le faire mais où vont-il loger ? »

Spontanément j'ai répondu : « Chez nous ! »

« Oui mais, dit mon père, on n'a pas assez de place. Leur fils peut loger avec ton frère mais les deux filles… ».

Je répondis : « Dans ma chambre ! »

C'est ainsi qu'Alberta, Bianca, Claudio et ses parents sont entrés dans notre vie.

Les deux filles et moi avons joué ensemble et nous avons ri ! Je vois encore l'image et l'ambiance de cette pièce où il n'y avait guère autre chose que nos lits

et nos armoires.
En 6 mois, j'ai appris l'italien et elles le français.
J'ai des souvenirs magnifiques et je dis que c'est beau le partage.
Cela fut une très belle période de ma vie.

Andrée de K.

Brocante caritative

52° Edition !

44 camions sillonneront les départements du 75, 95, 92, 78 et partie du 93-94 pour venir récupérer les objets qui ne vous servent plus!
Vous nous appelez, nous venons chercher :
-des vêtements, des chaussures, de la puériculture,
-des jouets, des jeux, des vélos, motos,
-de la vaisselle, de l'électroménager,
-de l'outillage, des outils de jardin,
-des antiquités, des disques, des bibelots,
-des tv, Hi-Fi, ordi, radio, photo,
-des meubles, literie, linge de maison,
-des livres, BD,
-maroquinerie, articles de sport,
TOUT ce que vous avez en trop et dont vous n'avez plus besoin.
Vous pouvez venir acheter tout les articles récoltés à cette grande brocante d'Entraide:
JEUDI 5, SAMEDI 7 et DIMANCHE 8 Mai, (9h-18h30) au 12 bis avenue Victor Hugo à MONTMORENCY 95160
www.oder95.com
Les bénéfices de cette grande vente seront distribués à des associations caritatives de la région!
En 2015, 135 000€ ont été versés à 70 associations.

Dominique L.

Dix fois moins cher que les batteries !

Une solution béton pour stocker l'énergie solaire à faible coût

André Gennesseaux, fondateur d'Energiestro et lauréat du prix mondial de l'innovation, a conçu une manière de stocker l'énergie solaire.
Il a trouvé un moyen de résoudre le problème de stockage de l'énergie avec du béton, du béton pour alimenter le réseau électrique, éclairer, chauffer.
L'énergie solaire produite de jour est stockée pour être disponible la nuit. Le jour, une partie de l'électricité entraîne un moteur qui met une masse en rotation.
La nuit, cette masse tournante entraîne un alternateur qui produit du courant.
Dans un premier temps, un groupe électrogène hybride avec un volant d'inertie en acier, a été mis au point, mais le coût final restait encore trop élevé.
Par rapport à des batteries, le volant apporte un coût plus faible, à l'achat et à l'entretien, et un bon rendement à l'échelle des heures.
L'acier a été remplacé par du béton qui présente un coût de 1 à 2 centimes par kilowattheure, contre environ 10 centimes avec des batteries.
De plus, l'entretien ne coûte à peu près rien et la durée de vie est presque

infinie. La solution consiste à comprimer le béton avec un enroulement sous tension tout autour, de telle manière que le béton reste en compression jusqu'à la vitesse maximale.
Le grand projet est de créer de grandes centrales photovoltaïques dans des endroits très ensoleillés comme les déserts, de manière à alimenter le réseau mondial avec une énergie propre et bon marché.
Avec un coût de stockage faible, les énergies renouvelables vont pouvoir remplacer les énergies polluantes.
Les particuliers, les opérateurs de réseaux électriques, les pays en développement, sont demandeurs. Des unités de stockage permettront d'électrifier des régions entières avec des sources d'énergies renouvelables.
La commercialisation pourrait commencer dans deux ans.

Martine G

Des amibes pour purifier les eaux

Une révolution est en route pour la purification de l'eau chaude

Une nouvelle technique de purification des eaux vient d'être industrialisée en utilisant ce «biocide révolutionnaire», par la Société Amoéba.
A ce jour, en effet, les eaux chaudes contaminées sont traitées à l'aide de biocides chimiques (chlore, brome), qui génèrent des multi résistances des bactéries et un risque de toxicité ou de détérioration des infrastructures.
« Les amibes apparaissent comme une alternative à la chimie, efficace contre certains germes de l'eau, et sans danger pour l'homme et l'environnement », explique le patron de l'entreprise.
Ce projet vise le marché des biocides chimiques.

PAM

Marcher ensemble

Une rencontre imprévue et « bousculante »…

Le 17 avril se déroulait à Bruxelles une marche contre la peur et la haine. J'aurais préféré un slogan "pour" plutôt que "contre", mais ce n'était pas une raison de ne pas y participer.
Comme souvent dans ces rassemblements, on ne trouve pas ceux auxquels on a donné rendez-vous, et on s'aperçoit alors qu'on n'a pas leur numéro de portable.
Je m'étais donc juché sur un muret pour essayer de les repérer parmi les marcheurs. Les banderoles défilaient au rythme des groupes de toutes origines et obédiences. Dans de telles occasions, notre pays sort de son petit confort routinier et se console par une forme de joie de vivre.
En Belgique, il est presque impossible d'organiser une marche silencieuse, car nous sommes trop bavards et nous aimons nous découvrir des voisins que nous n'avons jamais vus.
Deux ou trois marcheurs me hèlent. Ce sont d'anciens élèves, ils sont soufis et m'ont invité plusieurs fois à des présentations de cette pratique particulière de l'islam, où le djihad ne peut être autre chose que le combat intérieur, celui que l'on mène contre ses propres défauts et faiblesses.
Ils me demandent de me joindre à eux, sous leur calicot qui proclame en français et en arabe que "L'amour est ma religion et ma foi". Signé Valeurs et Spiritualité musulmanes.
J'hésite un instant : je ne suis pas musulman et je ne veux pas qu'on croie que je le suis. Mais je me suis vite ressaisi. Ce slogan, n'était-ce pas le mien, aussi ?

Patrick de C

Autour du café : cela bouge !!

D'une part, en Charente, une PME fabrique pour le marché européen des coques en bioplastique pour les machines à expresso. Elles vont donc dans le compost.

Deux exemples de réussite dans le domaine du café.

Les inventeurs devaient concevoir une capsule assez solide, hermétique à l'oxygène et capable d'accueillir un produit alimentaire.
«Il y a des acides poly lactiques, de la fécule de pommes de terre… Je n'en dirai pas plus, mais sachez qu'on n'y trouve rien qui vienne du pétrole», explique le promoteur Jérôme Fertin.
Fabriquées pour une société suisse Ethical coffe Company, on peut les trouver dans plusieurs enseignes de la grande distribution.
D'autre part, toujours autour du café : un certain Eric Frossard donne une seconde vie au marc de café, en le récupérant et en en faisant un combustible dont le pouvoir calorifique est proche de celui du bois.
Son entreprise, située à côté de Vannes, récupère le marc auprès des distributeurs, une cinquantaine de sites de collectes dans le grand Ouest : plus de 10 tonnes par semaine !!! qui l'eût cru ???
Ensuite, par un astucieux processus, le marc est amalgamé avec de la sciure de bois et ressort sous forme de bûches densifiées et de granulés de chauffage.
Quelle merveille que l'esprit humain (coup de chapeau personnel !), quand on apprend à la fin de l'article que les mêmes font des études autour du lin, des coques de céréale, de diverses poudres de noyaux de fruits !!!

Anne-Marie B.

Deux bons films

Une petite sortie ?

Deux flashes à propos des films actuellement projetés autour de nous :
- Médecin de Campagne, très beau film, humain, bien joué, tourné dans notre région nous avons beaucoup aimé.
- Adopte un veuf avec A. Dussolier : désopilant !!! à part une ou deux scènes un peu trop poussées dans le burlesque, nous avons beaucoup ri !!

PAM

Maestro, un robot qui ne craint pas la radioactivité

Plus de protection pour les interventions sous radioactivité.

Le CEA a mis au point un robot téléopéré permettant de démanteler des installations nucléaires, plus ou moins radioactives, en évitant à l'homme de s'approcher des éléments d'usines contaminés.
C'est comme un bras, véritable prolongement du bras humain, il peut se déplacer sur un pont roulant téléguidé par un technicien situé loin du site radioactif et peut découper cuves et tuyauteries hautement radioactives comme il le fait à Marcoule. Une première mondiale qui intéresse beaucoup les Japonais.

Annie B.

Nous accueillons ce mois-ci 1 nouveaux lecteurs:

Geneviève H.

2 articles (2 500 caractères au maximum) par lecteur.
Du vécu de préférence !
Les sujets d'ordre politique ou religieux sont à éviter, tout le monde n'ayant pas la même sensibilité

Prochain numéro le :
Dimanche 29 Mai 2016

Diffusion de ce numéro par courriel : 483 personnes
Courriel : gazette.dbn@free.fr
Blog partenaire : http://www.bonnes-nouvelles.stress-info.org/