

# L A G A Z E T T E D E S B O N N E S N O U V E L L E S

Numéro 104  
Juillet & Août 2016



## EDITO

Si cet éditto avait dû avoir un titre, cela aurait pu être « pour quelques croustons de pain sec... ».

Les relations et les contacts sont parfois imprévisibles.

Pendant les vacances, j'ai eu la grande joie de partager le bonheur d'une de mes filles, autour de la célébration de son mariage.

Mais ce n'est pas cette bonne nouvelle que je voudrais partager avec vous !

Comme il arrive souvent dans les grandes fêtes, les quantités de pain avaient été un peu surestimées, à tel point qu'il restait un grand sac de boulanger contenant une dizaine de baguettes.

Pas de gâchis : nous sommes repartis avec le grand sac de pain sous le bras, pour le sauver de la poubelle.

La semaine suivante, à la veille de repartir de notre gîte de vacances, nous avons très modestement mangé quelques morceaux de pain, mais il en restait encore énormément.

Il était dur, alors évidemment je suis allé proposer mon sac à des voisins un peu plus loin, ayant appris qu'ils élevaient des poules.

Comme convenu, j'ai déposé discrètement mon colis devant leur porte, et ayant déjà fait 100 m dans la rue, j'ai entendu de grands appels à mon égard, et un geste m'invitant à revenir sur mes pas.

L'homme avait la mission de me faire revenir, pour que son épouse me remette 2 pots de confitures d'abricot (maison, bien sûr !).

Après nous être mutuellement remercié, il me propose de revenir l'après midi pour venir cueillir quelques mirabelles. J'ai accepté, sans trop me faire prier !

Y retournant l'après midi et pensant monter à l'échelle, je vois la voisine qui me tend un grand sac rempli des fruits promis, qu'elle venait de cueillir spécialement pour nous.

Et dernier bonus : 2 énormes courgettes de 3 kg, avec un sourire rayonnant !

Nous avons bavardé quelques instants, heureux de ce temps très privilégié passés ensemble.

Nous ne nous connaissions pas, nous ne nous reverrons jamais, mais le souvenir de ce moment magique reste encore tout chaud dans mon cœur.

Sans compter le régal du gratin de courgettes et de la tarte aux fruits, partagés ensuite avec un couple ami...

Jean-Yves

### La citation du mois :

«Il y a bien des manières de ne pas réussir mais la plus sûre est de ne jamais prendre de risques»  
(Benjamin Franklin)

*Un peu  
d'humanité,  
tout  
simplement...*



*Renouer  
avec le monde du  
travail*

*De tous  
les horizons...*

## Neuf Trois



Les poubelles débordent et des carcasses d'électroménager jonchent les trottoirs. Mais au milieu de ce désordre poussent parfois de jolies fleurs. Celles de l'entraide.

En cette fin de matinée de Juin, une scène attira mon attention. Un passant s'était arrêté pour aider un handicapé moteur à essayer de nouvelles chaussures fraîchement repérées sur un stand de rue.

De surcroît, l'aide était bienveillante et méticuleuse.

Dans ce département qualifié du bout des lèvres... de neuf trois (la Seine Saint-Denis), l'air me sembla soudain plus léger.

Transporteur d'un doux parfum d'humanité.

Encore plus doux que ceux du jasmin et de la rose...

Daniel G.

## «Y'a mieux et c'est pas plus cher !»

Peut-être vous souvenez-vous de la bonne nouvelle d'Anne-Claude C. dans la gazette n°94 de septembre 2015. Non ? Alors voici un petit rappel qui vous évitera toute recherche.

L'article avait pour titre « La Boîte à Lire ». Quelque dix mois plus tard, il y a mieux et ce n'est pas plus cher. Ce n'est plus une boîte en plexiglas qui vous apporte de quoi vous divertir par la lecture mais une cabine de plage installée dans une station balnéaire (normal), et dans un lieu de passage très fréquenté.

Baptisée « boîte à dons » (Givebox pour les Anglo-saxons) vous y trouvez de nombreux livres et là il n'y a rien de bien nouveau par rapport à la «Boîte à Lire», mais aussi ce jour-là il y avait une lampe de chevet, une robe d'enfant, des chaussures, un panier, des draps... et le stock se renouvelle très vite tant les échanges sont nombreux et incessants.

Une vraie caverne d'Ali Baba bien rangée et qui étant donné le renouvellement de l'offre rend certainement bien des services.

Charles F.

## Aider les chômeurs à reprendre le fil

C'est ce que fait, avec succès une Association située à Auxerre, Renouer, qui accompagne chaque année 700 Habitants qui lui font appel.

«Nous leur proposons de l'aide pour écrire un CV, une préparation à l'entretien professionnel, des

formations et des missions rémunérés au sein de notre réseau» explique la directrice.

Souvent les missions débouchent sur une proposition de travail et la personne reprend courage.

[www.renouer-auxerre.fr](http://www.renouer-auxerre.fr)

Annie B.

## L'engagement des scouts est «la meilleure réponse au fanatisme»

Ce fut un moment d'admiration pour leur démarche et de soulagement dans l'esprit de beaucoup certainement ; de voir tous ces jeunes de différentes religions, catho, musulmans, israélites entre autres, attachés à vivre ensemble, à se connaître, à partager toutes sortes d'aventures dans le grand Rassemblement de Jambville, dont la presse a fait écho.

Ce n'est pas si souvent qu'elle se fait l'écho d'une bonne nouvelle !!!

Si nos gouvernants pouvaient s'en inspirer, quelle «super» bonne nouvelle comme diraient nos jeunes.

PAM

## Dons alimentaires géolocalisés

*Le progrès  
technologique au  
service des  
nécessiteux*

A Lyon, à côté de la Banque Alimentaire du Rhône qui aide quotidiennement 30000 personnes grâce à des collectes de denrées près des grandes surfaces, une cinquantaine de commerçants et d'Associations expérimentent «ProxiDon» une plate forme Internet gratuite, qui rend possibles les dons alimentaires de proximité.

Cette application permet aux commerces de faire des dons ponctuels de denrées alimentaires non commercialisables et encore consommables aux associations se situant aux alentours grâce à un système d'échanges simple associé à la géolocalisation.

PAM

## Fairphone :

*Téléphone  
Équitable.*

Cette entreprise développe le téléphone équitable.

C'est une ONG néerlandaise qui s'est transformée en entreprise et qui conçoit des mobiles qui respectent les normes sociales et environnementales.

Les composants usent de minéraux qui n'ont pas été extraits en zone de

la guerre. C'est un appareil qui se démonte facilement : on peut ainsi changer la batterie, l'écran s'il est cassé, ce qui est impossible avec les grandes marques.

Ces appareils sont vendus dans une quinzaine de magasins en France mais surtout sur Internet.

Paul B..

## Promouvoir la vente en vrac...

*Consommer  
« Day by Day »*

Depuis 2 ou 3 ans, écrit une journaliste du journal gratuit Fémina, les magasins qui vendent des produits à la pesée, qu'ils soient bio ou pas, fleurissent dans nos villes.

Ils ont pour avantage de nous permettre de faire un geste pour la planète en limitant les emballages et le gaspillage alimentaire.

On se sent en effet écocitoyen et on est heureux d'acheter de façon responsable! C'est aussi l'assurance de payer de 20 à 30 % moins cher.

Il convient tout d'abord, lorsqu'on va faire ses courses, de se munir d'un sac en tissu, de bocaux et de sacs en papier.

La plupart des boutiques rangent par catégories des produits variés pouvant aller de l'huile aux lentilles, des fruits secs aux céréales.

On se sert en libre service et on fait peser ses sachets et pots en caisse en ayant pris soin d'avoir fait estimer le poids auparavant de ses bocaux pour connaître leur tare.

Parfois il est prévu d'inscrire le nom du produit sur le sac en papier.

Au début, estimer ses besoins paraît difficile tant on est habitué à des sacs préemballés. De même, actionner les manettes et tourner soi-même les robinets surprend au début. Néanmoins, nous pouvons avoir l'impression de jouer à la marchande!

Pour le moment, la seule chaîne de magasins de proximité en France à réellement vendre 100% en vrac se nomme «Day by Day».

Alors, pourquoi ne pas tester la vente en vrac là où c'est possible, quitte à être un peu déstabilisé au début?

Ces petits gestes écocitoyens ajoutés à d'autres (réduction de la consommation d'eau, d'électricité, valorisation des déchets, réduction des produits ménagers, ...) vont finir par entrer dans nos mœurs, dans les habitudes de nos enfants et contrebalancer le gaspillage à tous niveaux qui a régné jusqu'ici.

Et notre planète pourra enfin en bénéficier!

Lyliane M.



## Peinture et demandeurs d'emploi

Une récente bonne nouvelle pour moi a été le fait que j'ai pu me remettre à dessiner, mon hobby depuis toujours. Il me faut souvent une occasion et cette fois ci, c'était pour compléter un cadeau de mariage pour des amis. Il s'agit d'une aquarelle sur la base d'un paysage situé sur le plateau au nord-est de Montélimar.

A part cela, je voudrais signaler une association à laquelle je me suis affilié il y a peu de temps. Il s'agit de l'association SNC (Solidarités Nouvelles face au Chômage).

Tout demandeur d'emploi peut s'adresser à cette association qui est présente sur une grande partie du territoire français.

Le demandeur d'emploi sera ensuite conseillé et surtout accompagné dans ses démarches par un binôme de bénévoles de l'association.

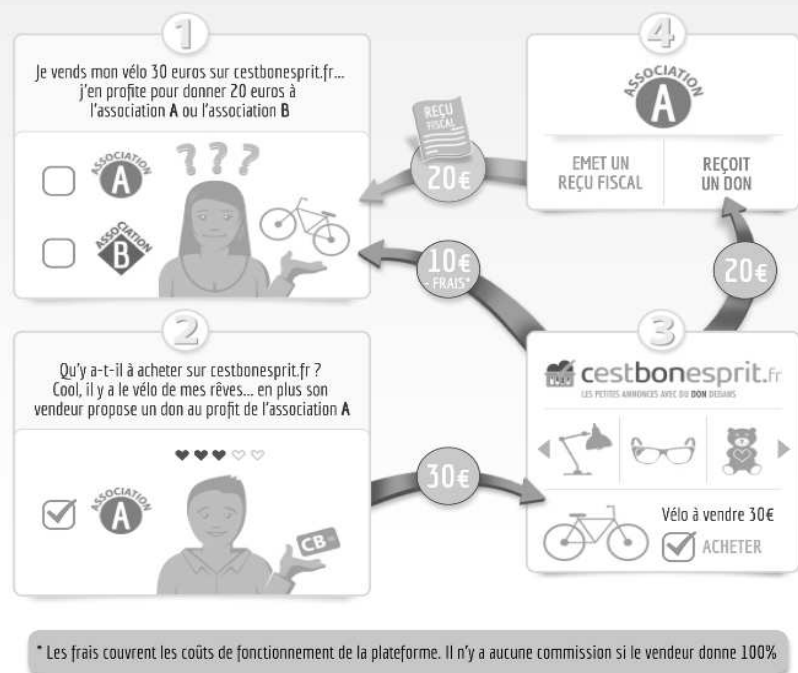
L'accompagnement n'est pas limité dans le temps, s'effectue au rythme choisi par le demandeur d'emploi et les bénévoles et le tout est absolument gratuit pour le demandeur d'emploi (seul le bénévole paie une cotisation annuelle de 10 euros).

L'association compte 2200 bénévoles, s'occupe de 3500 chômeurs par année et affiche un taux de réussite de 62 pourcent. Le mieux est de voir sur le site <http://snc.asso.fr/>

Bernard H.

Bien mieux que E-Bay  
ou le Bon Coin...

## Le bon esprit



Marion veut se débarrasser de son vélo dont elle n'a plus l'usage et elle souhaite en profiter pour faire un don à l'une des deux associations qu'elle soutient : l'association A ou l'association B.

Romain rêve de s'acheter un vélo pas trop cher pour le week-end. Par ailleurs, il est très sensible à l'action de l'association A.

"CESTBONESPRIT.fr est une plateforme de commerce électronique entre particuliers, permettant au vendeur de partager tout ou partie du prix de sa vente avec une association de son choix.

« JE VENDS DONC JE DONNE »

"CA, C'EST BON ESPRIT

1. Je vends pour soutenir des associations en donnant autrement

2. J'achète utile et solidaire

3. Vendeur et acheteur, nous sommes associés pour que le don se réalise"

## La première compote.

*Une récolte bonne pour la météo intérieure !*

Après 3 semaines de vacances, j'ai repris le chemin du travail quotidien.

Ambiance de fin d'été : soleil qui se couche plus tôt et température un peu fraîche à 6h30 le matin.

Bref, cela sent déjà l'annonce de l'automne !

Avec en même temps, il faut bien l'avouer, une petite baisse de ma météo intérieure...

Et puis, dans le jardin, j'ai remarqué que les 2 pommiers avaient offert leurs premiers fruits, tombés dans l'herbe.

Alors je les ai ramassés, j'ai sorti la grosse marmite en fonte, et je me suis

lancé dans la première compote de la saison.

Et ma météo intérieure est très vite remontée !

Quel plaisir de manger les fruits de son jardin, quel bonheur de déguster des produits "maison", quelle joie de savourer une compote fraîche, avec les arômes naturels de fruits "bios"...

C'est vrai que parmi les saisons, je préfère de loin le printemps.

Mais la fin de l'été et l'automne ont des côtés également bien attractifs !

Jean-Yves L..

## Chartres comme jamais !

*Une belle visite à programmer.*

Prochainement et jusqu'au 8 octobre 2016, Chartres va connaître la plus grande mise en lumière patrimoniale.

La ville entière va s'embraser au pied de la Cathédrale illuminée.

Une musique inspirée baignera la Cité et la visite de la crypte à la bougie.

Yves P.

## Confiance

*Un petit fils en bonne compagnie.*

Notre petit-fils de 16 ans n'étant pas prêt de continuer les études a choisi de garder des enfants pour 6 mois et de les aider à faire leurs devoirs à...Abidjan, son premier contact avec L'Afrique.

Nous aurions pu avoir quelques soucis mais toute la famille, nous avons décidé de faire confiance "au ciel". Un conseil nous ayant beaucoup servi dans le passé:

« C'est dans le calme et la confiance que sera votre force. »

Le jour avant le départ, son papa se rend dans un magasin où travaille une amie.

Toute réjouie elle lui dit :

- « Tu sais, j'ai l'opportunité d'aller en Afrique, je me réjouis, j'apporte diverses choses qui leur seront utiles,

des livres, j'ai juste un petit problème pour l'acheminement de ces bagages pour l'aéroport. Mais j'ai confiance, il y aura bien une solution ».

Mon fils lui dit:

-« Tu pars quand ? »

- « Demain ».

-« Ah, mais demain j'amène mon fils à l'aéroport. Je peux t'emmener avec tes bagages. J'ai une remorque. Tu vas où ? »

- « A Abidjan ! »

C'est ainsi qu'aujourd'hui j'ai assisté au départ de mon petit-fils avec cette amie.

J'ai vu la voiture avec remorque qui s'en est allée et dans l'avion ce n'est que 1 ou 2 sièges qui les sépareront.

C'est beau la vie !

André de K.

## Vacance ablonaise

Pour la 3ème année consécutive et toujours pour des raisons de santé, nous sommes restés dans notre petit village ablonais, face à la Seine, à 12km de la capitale.

Du coup, je me suis attachée à ce qui est naturellement beau dans ce qui pourrait peut-être devenir banal, si on ne relit pas sa vie !

*Heureuse  
de  
vivre  
libre !*

Mes géraniums, qui ont passé l'hiver presque toujours en fleurs compte-tenu des températures douces, habillent ma terrasse de boules de couleurs rose-coral et blanche, et chassent efficacement les moustiques !

A coté, le laurier rose exhale un parfum frais le matin et parfume mon petit déjeuner agréablement.

Dans mon petit "jardin de vieille" (jardin en hauteur pour éviter de se courber, offert par mes amis à l'occasion de mes 60 ans !), des fraises "Mara des bois", des tomates cerise et quelques légumes aromatiques agrémentent mes salades. Que de petits bonheurs le matin après le café d'entretenir tout ce petit monde et le soir d'y couler un peu d'eau : ça sent bon la terre ! on l'aurait oublié tant notre banlieue est polluée par le kérosène des avions d'Orly !

IL y a aussi tous ses repas partagés avec des amis qui apportent une quiche, une tarte, un gâteau aux fruits d'été, tant de recettes inédites à l'intuition de chacun. Des agréables moments simples et conviviaux où s'échangent librement l'insouciance de l'été.

Coté esprit, j'ai été frappée par tous ces rassemblements spontanés, suite aux attentats ici ou là, à Nice, dans cette petite église de l'Orne ou ailleurs.

Tous les âges, tous les milieux, toutes les cultures, tous ont ce besoin humain de se serrer comme dans un cocon pour éponger leur peine et contenir leur colère voire leur désir de vengeance.

Souvent en silence ce qui est bien plus fort que tous les mots dont nous ont assiégés les médias.

Et puis il y a eu tous ces moments de fêtes des sports : le foot (même si j'ai horreur de ça !), le tennis, le célèbre tour de France (qui nous permet de voyager!) et surtout les soirées JO où on se prend à soutenir chacun son pays tout en saluant les prouesses des autres.

Que d'émotions, de joies, de larmes partagées et de records toujours à battre.

Tous ces événements, ça fait vibrer, communiquer et même communier à une cause commune ; le cœur de l'homme bat au même rythme dans la souffrance comme dans l'euphorie.

Pour moi, tout cela parle de la vie qui jaillit dans ce qu'elle a de plus beau ou de plus moche mais telle la réalité à laquelle nous sommes appelés à participer.

Voilà donc ce qui m'a fait vivre cet été.

Je dois dire que même si je n'ai pas poursuivi de grands desseins ni visité des sites inédits, j'ai reçu dans ces moments partagés la force nécessaire pour vivre les difficultés quotidiennes et pouvoir être tout banalement : heureuse de vivre libre !

Bonne rentrée à tous !

Crocus.

## Emmaüs défi

Notre journal a eu la bonne idée durant cet été de faire des articles sur des personnes qui ont fait des choix de vie positifs et utiles à notre société.

Parmi ceux-ci nous avons retenu l'exemple de cet homme, ingénieur de production, qui, à la suite d'une rencontre avec le fondateur d'Emmaüs Défi, décide de quitter son emploi, de voir son salaire divisé par deux.

Il ne regrette pas son choix puisqu'il déclare aujourd'hui :

- « Embaucher des gens venus à pied du bout du monde, qui ont passé des années dans la rue, se dire que, si on n'était pas là, ils se réveilleraient sur un quai de métro, cela me dépasse ».

Emmaüs Défi arrive à recruter des diplômés de grandes Ecoles et des entreprises du CAC 40 font avancer cette cause par leur mécénat.

[emmaus-défi.org](http://emmaus-défi.org)

Annie B...

*Encore un très bel  
exemple  
de choix  
de vie*

*Des gens  
extraordinairement  
sympathiques*

## Rencontres à Salon de Provence

En vacances chez ma sœur à Salon de Provence, j'étais sortie à pied et, vers 13 heures, complètement perdue, je demande la direction de la rue où elle habite à deux jeunes gens.

L'un m'envoie en face, où un homme nord africain répare sa voiture en compagnie de son fils.

Ils ne connaissent pas, mais le fils sort son portable, trouve et m'explique le trajet quand l'un des deux jeunes consultés d'abord, s'arrête à notre hauteur, dans la voiture d'un ami, et tous deux insistent pour m'y emmener, parce que c'était loin, qu'il était tard et que ce jeune connaissait finalement l'endroit où il avait habité quelques années auparavant !

Et voici la suite : je fais part à ma sœur de ce qui vient de se passer.

Elle me raconte que, alors qu'elle venait d'emménager dans cette ville et cherchait un bureau de tabac, elle demande à un monsieur où en trouver un.

Il la renseigne et ajoute qu'il n'ouvre qu'à 15 heures. Elle faisait demi-tour pour rentrer chez elle quand après un petit coup sur la vitre de sa voiture, elle voit ledit monsieur lui tendre une cigarette... qu'il était allé demander pour elle à sa fille "en attendant l'ouverture du bureau de tabac"

Oui, vraiment, les gens qui nous entourent sont extraordinairement sympathiques ! et ça donne envie de l'être aussi !

Chantal-M

## Les instants de bonheur qui passent

*Pour apprécier  
les petits bonheurs  
du présent*

En ces périodes si troublées, nous devons bien sûr redoubler de courage et de vigilance, mais aussi et encore plus qu'avant, penser à apprécier tous les instants de bonheur qui passent.

Le bonheur d'être grand mère par exemple.

Voir repasser devant soi comme sur une rivière paisible et sans nostalgie mais avec beaucoup de bonheur les instants vécus avec ses propres enfants.

Un fils remontant de la cave son jeu de tampon et le proposant tout heureux à ses propres enfants.

Des habits d'enfants gardés depuis 30 ans qui revivent sur un petit fils ou une petite fille.

Des belles histoires qui font rire ou sourire aux mêmes endroits...

Chantal-B

## Des mots d'enfants

*A  
savourer*

Naoki, 5 ans, derrière dans la voiture: nager sans brassards...

- MamieSan... Tu as quel âge ?

- 68 ans

Après 5 secondes de réflexion :

-"Ah! C'est cher !!!"

Le même Naoki, qui vient de savoir

Nous sommes au bord de la piscine:

-"Fais attention, ne t'éloigne pas trop du bord ..."

-"Oublie ta peur MamieSan!"

Chantal B.

## Aidons «Aviation sans frontières»...

*Un excellent slogan :  
« Plus vous donnez,  
plus nous volons »*

Selon le journal Le Monde, dans un article de Mr D.Gallois, nous apprenons que l'ONG Aviation sans frontières, qui effectue des missions à l'aide de ses deux Cessna Caravan en Afrique, pâtit d'une baisse de ses financements de la part des Nations Unies, son donateur principal, alors que ses besoins ne font qu'augmenter.

Que ce soit pour la lutte contre le virus Ebola en Guinée ou pour une campagne de vaccinations en Centrafrique, l'ONG intervient dans des zones difficiles d'accès ou dangereuses sur des pistes routières.

Le Président d'Aviation sans Frontières (ASF), Mr Grosse évoque les liaisons

effectuées en Afrique pour 65 associations en 2015, afin de livrer du matériel, transporter des équipes médicales ou procéder à des évacuations sanitaires dans la brousse.

En avril 2016, la filiale espagnole de Médecins sans Frontières a retenu l'ONG pour une campagne de vaccinations dans le camp de réfugiés de Bambouti en République Centrafricaine, tout près du Soudan Sud.

A Bangui, lors de violences interreligieuses en septembre 2015, l'association a permis l'évacuation d'équipes médicales coincées dans des villes isolées.

Afin de pouvoir continuer ses missions, ASF lance à partir de juillet 2016 une campagne d'affichage en direction du grand public avec le slogan: « Plus vous donnez, plus nous volons ».

Air France, Airbus et ADP ont déjà répondu à l'appel de l'ONG en fournissant des locaux, des tarifs avantageux pour le fret et en envoyant du matériel. Il serait vraiment dommage que l'association ASF, qui rend des services évidents, ne puisse plus continuer ses missions.

Alors, si nous le pouvons, faisons connaître sa campagne actuelle et sollicitons autour de nous auprès de P.M.E. ou de municipalités par exemple du mécénat d'entreprise et des dons. Pour en savoir plus, consulter le site Internet : [www.aviationsansfrontieres.org](http://www.aviationsansfrontieres.org) .

Lyliane .M.

## Une entreprise humaniste

*Vu  
en passant  
dans  
une rue*



## Nous accueillons ce mois-ci 3 nouveaux lecteurs :

Christophe B...

Véronique G.

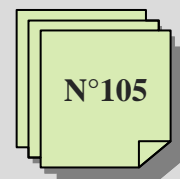
Michel B

**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 25 Septembre 2016**



**Diffusion de ce numéro par courriel : 487 personnes  
Courriel : [gazette.dbn@free.fr](mailto:gazette.dbn@free.fr)**

**Blog partenaire : <http://www.bonnes-nouvelles.stress-info.org/>**