

LE CLIN D'OEIL AMICAL DE MURIEL

NOVEMBRE 2020 - BULLETIN #8



UN PETIT MOT DE MURIEL

En ce mois de novembre, j'aimerais que nous ayons une pensée très spéciale pour tous les aînés qui sont malheureusement décédés depuis le début de la pandémie et à toutes leurs familles et amis qui n'ont pas pu leur rendre un dernier hommage en toute dignité. Gardons-les dans nos prières.



CONNAISSEZ-VOUS LES BIENFAITS DU GINGEMBRE?

- Antioxydant puissant
- Favorise une meilleure digestion
- Anti-inflammatoire naturel
- Traite les nausées et vomissements
- Combat la fatigue
- Bon pour le coeur et les fonctions cardio-vasculaires
- Connu autour du monde pour ses caractéristiques thérapeutiques depuis au-delà de 5000 ans; utilisé pour combattre les infections et même les douleurs musculaires.



« Prends un ginger-ale! » Un proverbe souvent répété par grand-maman pour aider la digestion. Malgré les recherches qui démontrent qu'il ne s'agit que d'un mythe, plusieurs jurent que le ginger-ale les aident véritablement.

Blague du jour

Dans un autobus rempli de petits vieux...

Une mamie tapote l'épaule du chauffeur et lui tend une poignée d'amandes.

Le chauffeur étonné, la remercie et se contente de les avaler en conduisant.

15 minutes plus tard, la mamie revient vers lui et lui tend une deuxième poignée.

Le chauffeur la remercie à nouveau et avale ensuite celles-ci.

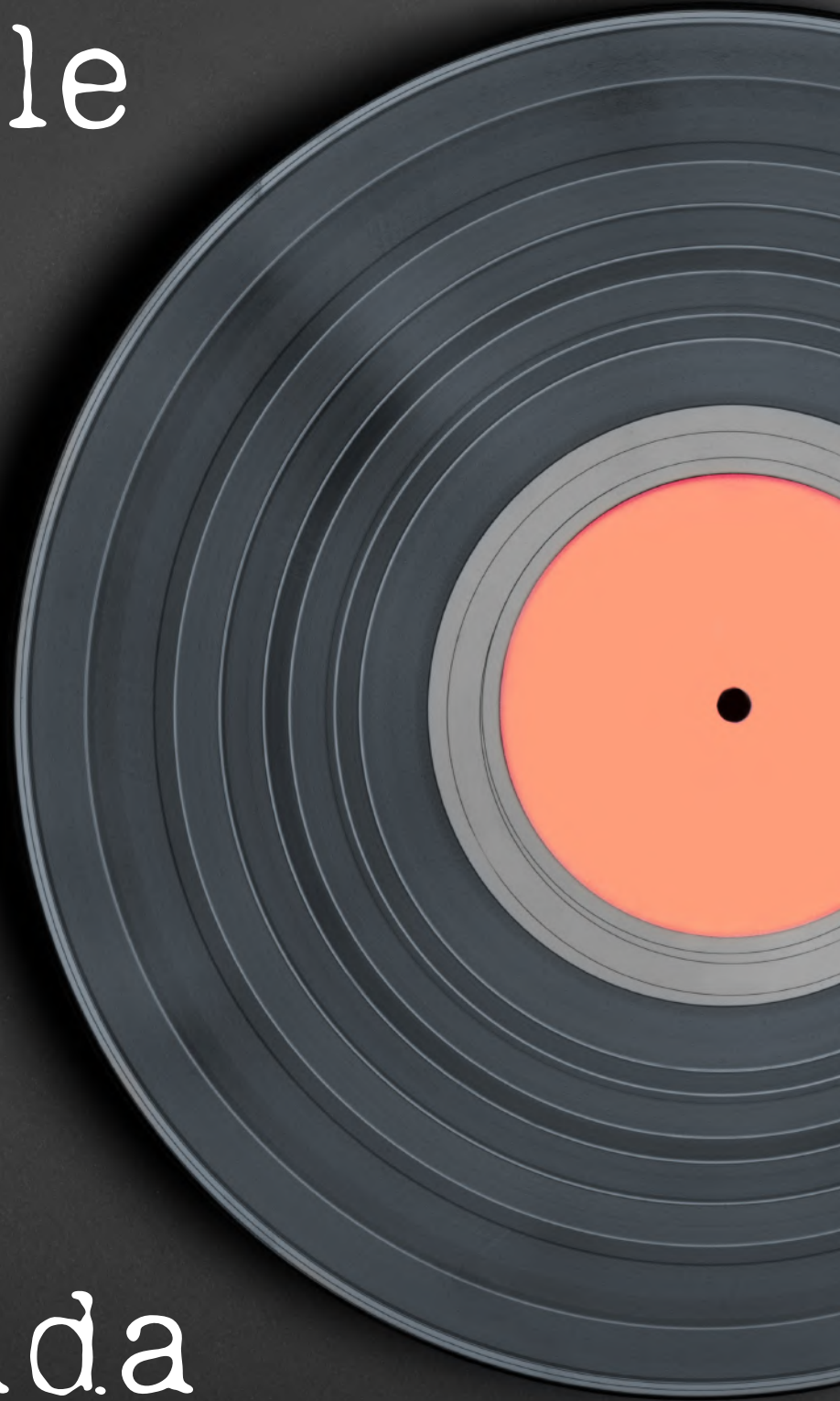
15 minutes plus tard la mamie revient avec une 3^e poignée d'amandes.

Le chauffeur qui en a assez, lui demande:
« Madame c'est bien gentil de partager avec moi vos amandes, mais vos 40 amis ils en veulent pas eux? »

Et la mamie lui réponds: « Oh non, vous voyez monsieur, avec nos dents on ne peut pas les croquer. Y'a que le chocolat autour qu'on aime. »



Le vinyle
revient
à la
mode
au Canada



[Consultez l'article](#)

CASSE-TÊTE

Dans la grille ci-jointe, rayez les mots en suivant à la lettre toutes les directives. Assemblez par la suite les mots restants, dans l'ordre d'apparition pour découvrir une citation de Nancy Kawayu. (Réponse à la dernière page)

- Rayez tous les noms de couleurs.
- Rayez tous les mots qui se terminent par un S.
- Rayez le mot le plus long dans chaque ligne.
- Rayez tous les mots qui contiennent la suite de lettres CHA.
- Rayez tous les noms d'animaux.
- Rayez tous les synonymes de grand.
- Rayez tous les mots qui se terminent par ENT.

argent	violet	vous	cheval	dimension
heureux	si	amis	vert	tout
colossal	condition	chanson	dent	cours
charme	souris	était	préférable	toujours
souvent	appréciation	noir	facile	vais
bleu	géant	freins	dérangeant	rat
rien	complimenter	ne	immense	achat
biens	âne	orientation	jaune	forment
machinal	serait	nous	mouton	aiment
pas	imperméable	beau	fières	méchant

Magazine VIVRE +

Consultez la plus récente publication gratuitement

[Cliquez
pour obtenir](#)

On est fier de toi maman! - Justin et Nicolas, tes fils adorés

Voir article « Les gens qui font une différence »
à la page 23 du Vivre+

RIONS UN PEU

MARIO JEAN
« VIEILLIR »



[Cliquez pour
visionner](#)

Connaissez-vous?

Le nom des anniversaires de mariage

1 an = ONTCO

5 ans = SBIO

10 ans = NTEIA

15 ans = LTCSRAI

20 ans = EROECINAPL

25 ans = RNTAEG

30 ans = EELPR

35 ans = BURIS

40 ans = UEEEDRMA

45 ans = LVIEEMR

60 ans = TMAAIND

70 ans = ETNPLIA

RECETTES AU GINGEMBRE

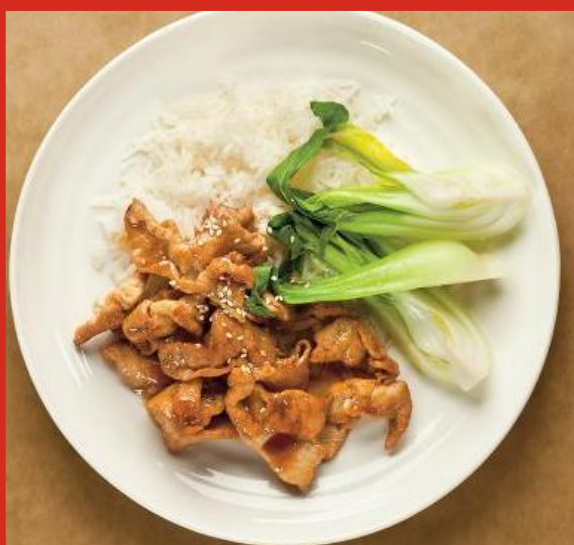


Carottes rôties au gingembre et au miel

Préparation 10 Min

Cuisson 30 min

[Voir cette recette](#)



Sauté de porc au gingembre

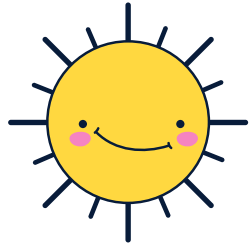
Préparation 20 Min

Cuisson 10 min

[Voir cette recette](#)

[Pour voir plus de recettes au gingembre, cliquez-ici](#)

CHANSONS SOLEIL



Pour écouter une chanson, cliquez sur le TITRE ou l'icône

Ça va bien aller - Ginette Reno



Une colombe - Céline Dion



**Bonne fête
aux aînés de
novembre!
Santé!**



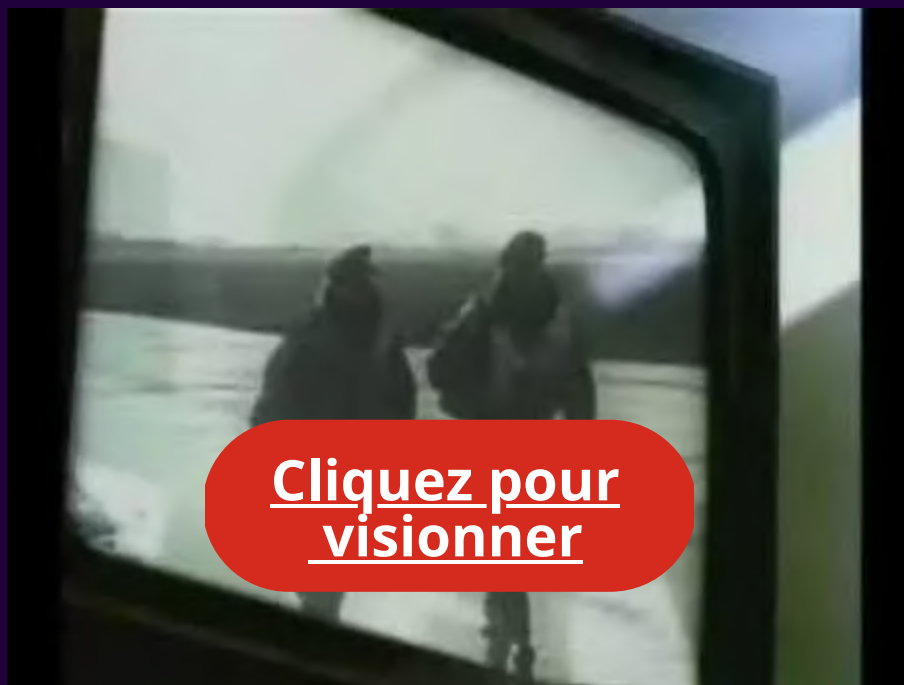
JE ME SOUVIENS: 11 NOVEMBRE

LE 11E JOUR DU 11E MOIS À 11 HEURES

Le 11 novembre de chaque année, les Canadiens et les Canadiennes de partout au pays se recueillent en silence pendant quelques instants pour se souvenir des hommes et des femmes qui ont servi le Canada en temps de guerre, de conflit armé et de maintien de la paix. Nous honorons ceux et celles qui ont combattu au nom du Canada dans toutes les guerres, et plus particulièrement, pendant la Première Guerre mondiale de 1914 à 1918, la Seconde Guerre mondiale de 1939 à 1945 et la Guerre de Corée de 1950 à 1953. Pourquoi ces soldats sont-ils allés se battre? Pourquoi sont-ils morts? C'est pour toi, pour moi, pour nous tous. C'est pour nous donner un pays libre, pour nous donner la liberté.

C'EST SI PEU DE TEMPS

Terry Kelly



[Cliquez pour visionner](#)

Au champ d'honneur

ADAPTATION DU POÈME:

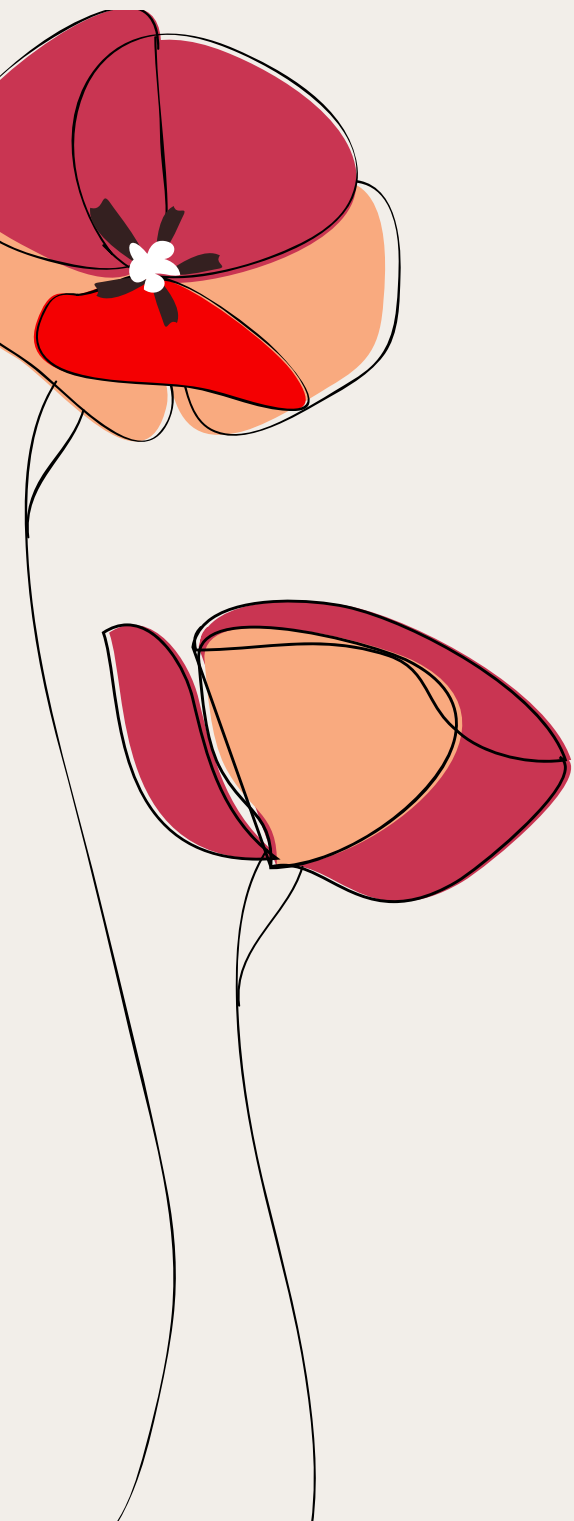
IN FLANDERS FIELDS,

DE JOHN MCCRAE

Au champ d'honneur, les coquelicots
Sont parsemés de lot en lot
Auprès des croix; et dans l'espace
Les alouettes devenues lasses
Mêlent leurs chants au sifflement
Des obusiers.

Nous sommes morts
Nous qui songions la veille encor'
À nos parents, à nos amis,
C'est nous qui reposons ici
Au champ d'honneur.

À vous jeunes désabusés
À vous de porter l'oriflamme
Et de garder au fond de l'âme
Le goût de vivre en liberté.
Acceptez le défi, sinon
Les coquelicots se faneront
Au champ d'honneur.

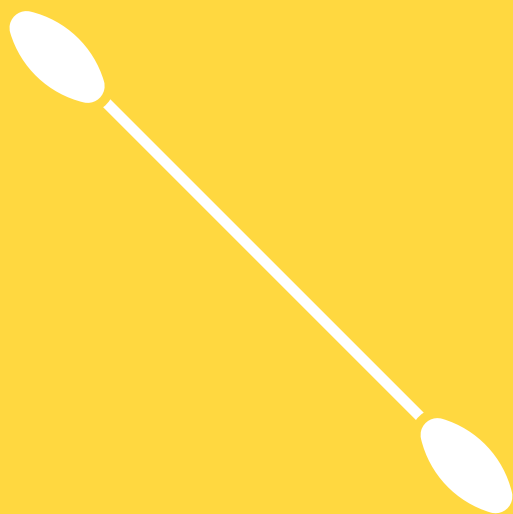


DEVINETTES

Quelle est l'expression préférée des dentistes?

Réponse:

Que Dieu vous prothèses!



Quelle est la puissance d'un coton-tige?

Réponse:

Deux ouates (2 watts)

INFO SANTÉ

Vous en voyez partout aux épiceries ou vous en avez sûrement entendu parler à la télévision, mais peu de nous savons vraiment de quoi il s'agit.

Les produits « biologiques »...
ça veut dire quoi?



[Cliquez ici pour](#)
[en savoir plus](#)

PENSÉE DU JOUR

Tu es célibataire et tu manques de compagnie. Tu es en couple et tu manques de liberté. Tu travailles et tu manques de temps. Tu as trop de temps libre et tu aimerais travailler. Tu es jeune et tu veux grandir pour faire les choses des adultes. Tu es adulte et tu aimerais faire les choses des jeunes. Tu es dans ta ville mais tu aimerais vivre ailleurs. Tu es ailleurs mais tu aimerais retourner dans ta ville... Il est peut-être temps d'arrêter de regarder toujours ce qui nous manque et de commencer à vivre dans le présent, vraiment apprécier ce que nous avons. Profitez de l'arôme de votre maison avant d'ouvrir la porte et de sortir chercher les parfums du monde. Parce que rien n'est donné pour être acquis, et tout est un cadeau. Donne-lui donc de la valeur!

Par Oscar Travino

MERCI À NOS PARTENAIRES



HAMILTON | NIAGARA
Centre de santé
communautaire
Votre bien-être, notre raison d'être!

Entité²

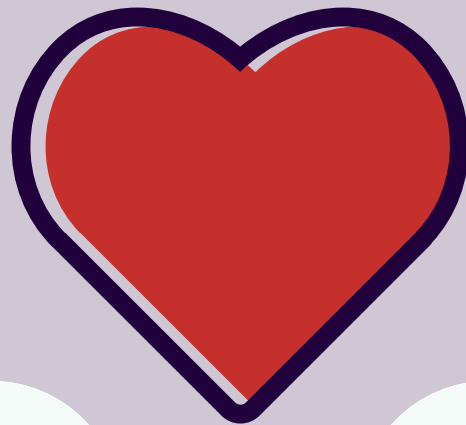


Emploi et
Développement social Canada

Ça va bien aller



**N'abandonnez jamais, il y a de la
lumière au bout de ce tunnel!**



Bulletin rédigé par Muriel Thibault-Gauthier
Mise en page par Justin Gauthier

**Vous avez des idées et des suggestions?
N'hésitez pas d'envoyer un courriel à
mthibault.mauve@gmail.com**