



LE CLIN D'OEIL AMICAL DE MURIEL

TEMPS DES FÊTES 2023 BULLETIN #40



LE PETIT MOT DE MURIEL

Et nous voilà déjà rendu au mois de décembre...une autre année qui s'achève. Que le temps passe vite quand nous sommes des rayons de ☀️!

Vivez pleinement chaque moment pendant le temps des fêtes. Savourez chaque instant avec ceux que vous aimez car chaque jour qui passe ne reviendra plus! Je vous envoie des bises soufflées remplies d'amitié, d'amour et de tendresse! XOXO

Muriel ❤️



SAVIEZ-VOUS QUE L'OLIVE VERTE



- favorise l'hydratation: est une façon rafraîchissante et délicieuse d'augmenter votre consommation d'eau, favorisant ainsi l'hydratation de votre corps.
- est un antioxydant qui aide à protéger les cellules
- peut favoriser la perte de poids grâce à ses nombreuses propriétés notamment avec la détoxification de l'organisme et le fait de favoriser la digestion
- est un allié précieux en complément d'une alimentation et d'une activité physique dans le cadre d'une perte de poids

Pourquoi on met des olives dans un martini?

Cette tendance débute environ en 1880, lorsque les barmans découvrent que la saveur des olives aide à balancer le goût intense d'une première gorgée.

Cette tradition dicte qu'il faut mettre un nombre impair d'olives.



LE SAVAIS-TU?

Voici les 8 types de fraudes les plus communes au Canada

1. Fraude à l'identité
2. Hameçonnage
3. Extorsion
4. Renseignements personnels
5. Service
6. Investissements
7. Enquêteur bancaire
8. Marchandise contrefait

[Tiré de Radio-Canada.ca](http://Radio-Canada.ca)



Annonce de Noël

Cherche un électricien pour rétablir le courant entre les gens.

Un opticien pour changer leur regard.

Un artiste pour dessiner un sourire sur tous les visages.

Un maçon pour bâtir la paix.

Un jardinier pour cultiver la pensée.

Un prof de maths pour nous réapprendre à compter les uns sur les autres.



LE CLIN D'OEIL AMICAL DE MURIEL

RATTRAPEZ-VOUS EN LECTURE!

Retrouvez toutes les
éditions du Clin d'Oeil
Amical en cliquant sur
les sites de partenaires!



APÉRITIFS POUR LES FÊTES



BOULETTES DE DINDON APÉRITIVES

Préparation: 15 min

Cuisson: 20 min

[Voir cette recette](#)

CANAPÉS AU FROMAGE DE CHÈVRE ET À LA RHUBARBE

Préparation: 25 min

Cuisson: 18 min

[Voir cette recette](#)



BLAGUE DU JOUR

UN HOMME SE PRÉSENTE EN COUR À LA FIN DÉCEMBRE SUITE À SON ARRESTATION.

LE JUGE S'ASSEOIT, LE REGARDE ET LUI DEMANDE:

- ALORS MONSIEUR, QUELS SONT LES FAITS QUI VOUS SONT REPROCHÉS?

L'HOMME SE GRATTE LE CRÂNE ET RÉPOND:

- BEN EN FAIT ON ME REPROCHE D'AVOIR FAIT MES ACHATS DE NOËL TROP TÔT CETTE ANNÉE!

LE JUGE S'ÉCLATE DE RIRE

- CE N'EST PAS UN CRIME! ET COMMENT ÇA, TROP TÔT?
- BEN, AVANT QUE LE MAGASIN OUVRE....PENDANT LA NUIT!



BLAGUES DES FÊTES

Avant de partir lui acheter un cadeau, un homme demande à sa femme quelle est sa taille.

-Petit pour les vêtements. GRAND pour les diamants! lance-t-elle.

Au cinéma Noël, il y a un vieux monsieur qui dérange tout le monde en cherchant quelque chose sous les fauteuils. Il fait lever toute une rangée de spectateurs.

A la fin, quelqu'un lui dit:

-J'en ai assez! Qu'est-ce que vous cherchez?
-Je cherche mon caramel spécial de Noël! Et c'est pour un caramel que vous dérangez tout le monde?

-Ben oui! Il y a mon dentier dessus!

HA
HA
HA



Le cadeau théâtral Grouille ou Rouille!

Un jour, dans un petit village nommé Earlton dans le nord de l'Ontario, deux dames nommées Rollande Gauthier et Annette Loranger, prenaient une marche santé lorsqu'elles ont été inspirées de fonder la petite troupe de théâtre Grouille ou Rouille. Leur devise était de "faire sortir les gens durant l'hiver pour leur changer les idées, socialiser et surtout les faire rire." La troupe a premièrement fait fureur auprès du Club de l'âge d'or d'Earlton. Le mot se passe et de plus en plus de gens de la région veulent assister à leurs pièces théâtrales à chaque année. L'héritage culturel des deux pionnières se poursuit grâce à une nouvelle équipe dynamique qui est aussi très fière de sa langue française. La troupe est motivée d'entendre les petits et les grands rires à n'en plus finir, les applaudissements et les commentaires positifs durant chaque représentation. Cette activité sociale et francophone incontournable basée seulement sur du bénévolat fait une différence incroyable au sein de cette communauté.

Félicitations aux membres de la troupe Grouille ou Rouille:

Natalie Breault, Josée Roy, Isabelle Goulet, Nicole Lavallée, Lilianne Brazeau
Lilianne Gravel, Mylène Paiement, Roch Loranger, Marcella Rivard, Céline Duguay,
Lilianne Loranger, Guylain Roy, Doris Maillé

Source: Céline Duguay, présidente



4 conseils pour ne pas avoir froid cet hiver

Boire de l'eau tiède

Un réflexe commun pendant l'hiver est de consommer des boissons chaudes tels que le thé, le chocolat chaud, le café etc. Par contre, ceci peut avoir un effet contraire car le corps tente de s'équilibrer par moyen de transpiration. L'eau tiède permet au corps de garder une température plus neutre.

Couvrir ses extrémités

Lorsque le corps a froid, il redirige le sang des extrémités vers les organes. C'est pourquoi les doigts et les orteils vont avoir froids en premier. Portez des chandails à manche longue, des gros bas et ne sortez pas sans vos mitaines!

Éviter les changements de température rapide

Le corps ne réagit pas bien aux changements drastiques, comme par exemple si vous sortez rapidement sans être bien vêtus, ou si vous prenez des bains très chauds lorsqu'il fait froid. Il est mieux de laisser le corps s'adapter graduellement.

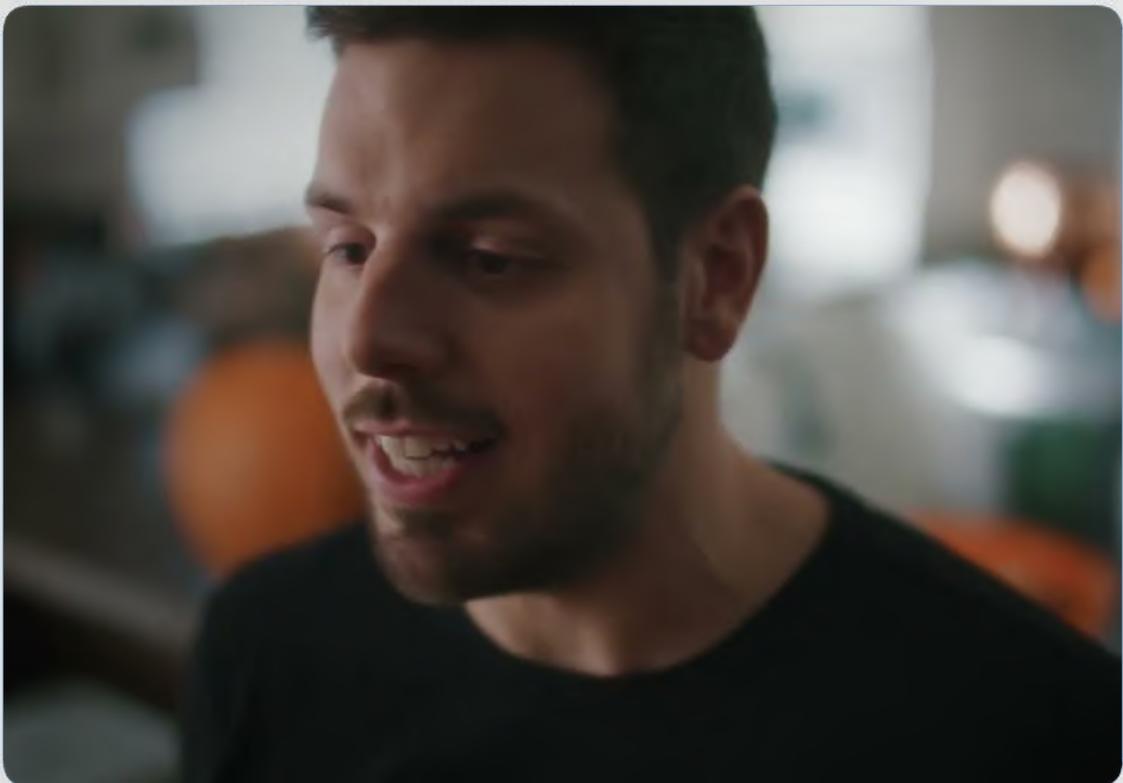
Restez actifs!

Le mouvement aide grandement le corps à rester chaud. Qu'il s'agit d'une marche ou simplement d'étirements, la circulation du sang est essentielle au réchauffement du corps!



RIONS UN PEU

Cliquez sur les images pour visionner



MUSIQUE POUR L'ÂME

Cliquez sur les images pour visionner



TROUVEZ LES 5 DIFFÉRENCES



Truc cuisine de la mère Noël pour vos pots de confiture



“Vous vous êtes lancés dans la confection des confitures en pot pour les fêtes, et vous ne savez pas comment les ranger ? Il existe un truc très simple. Et il suffit de retourner votre pot. Pourquoi ? Votre contenant chaud produit de la vapeur. Cette vapeur se condense dans le pot et lorsque ce dernier est refroidi, des gouttelettes se forment dans l’espace d’air qui reste au-dessus de la confiture.

Si votre pot est à l’endroit, non retourné, des bactéries peuvent alors s’installer dans ce vide d’air et créer des moisissures. Le pot retourné créera au contraire une protection supplémentaire puisque les gouttelettes sont directement en contact avec le couvercle, ne laissant ainsi pas de place aux bactéries. Votre confiture pourra alors être conservée bien plus longtemps.

Avant même de verser votre contenant dans les pots de confiture, assurez-vous de bien les stériliser. Il suffit de plonger vos pots dans une eau bouillante. Laissez-les quelques minutes. Une fois sortis de l’eau, laissez vos pots sécher.

Autre truc : mettez la bonne dose de sucre. C’est d’ailleurs un conservateur naturel, et c’est pour cette raison que les confitures sont généralement faites à base de fruits. Si vous souhaitez que vos pots de confitures vieillissent correctement, une dose de sucre est à respecter. Le taux de sucre à avoir dans son contenant est de 55%.”

TESTEZ VOS CONNAISSANCES!

Lequel de ces articles ne se recycle pas?

- a) Papier d'emballage
- b) Papier de soie
- c) Choux



La dinde n'a pas toujours été servie à Noël. Que mangeait-on avant?

- a) Canard
- b) Oie
- c) Poulet



Quelle plante est surnommée «étoile de Noël»?

- a) Houx
- b) Poinsettia
- c) Gui



En excluant Rudolph, combien y a-t-il de rennes?

- a) 8
- b) 10
- c) 12



Qui a composé la musique de Casse-Noisette?

- a) Piotr Ilitch Tchaïkovski
- b) Sergueï Prokofiev
- c) Adolphe Adam



CHARADES DU TEMPS DES FÊTES

Mon premier est le contraire de tard.
Mon deuxième est le contraire de laid.
Mon troisième s'enfile sur les mains.
On utilise mon tout pour glisser.



Mon premier est un bijou que l'on met au doigt.
Mon second accumule les années.
On emporte mon tout en vacances.



tohoggan, bagage

BONNE FÊTE AUX GENS NÉS EN DÉCEMBRE!

Vous êtes associées à la fleur de narcisse. Cette fleur symbolise la pureté, la beauté et la grâce.

Vous êtes souvent très gracieuses et avez un grand sens de l'esthétique. Vous êtes également très perspicaces et avez une grande capacité à comprendre les autres.



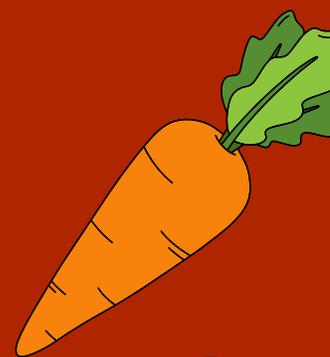
INFO SANTÉ

Comment manger santé pendant les fêtes!



La période des fêtes veut souvent dire une abondance de nourriture, de gros repas et de délicieux desserts! Voici quelques astuces qui peuvent vous aider à en ressortir en bonne forme!

- Limitez vos portions: Faites-vous une bonne assiette et résistez à en remplir une deuxième – au moins gardez de la place pour le dessert!
- Servez-vous d'ingrédients comme la citrouille, les canneberges, les noix et les oranges pour confectionner vos repas. Ceux-ci contiennent pleins de nutriments et goûtent juste aussi bons!
- Prenez un grand verre d'eau entre chaque autre type de boisson – le corps se permet de mieux digérer et de rester hydraté!
- Remplacez les chips par des carottes et du céleri. Votre cerveau aura la même satisfaction de manger un aliment croustillant mais sans tout le sel, le gras trans et les calories!
- Arrêtez de manger au moins 2 heures avant de se coucher pour que vous puissiez mieux dormir!
- Finalement, mangez de la bonne bouffe en modération!





Adoptez les bons réflexes pour votre sécurité financière

- Mémorisez les numéros d'identification personnelle (NIP) de vos cartes de paiement et ne les divulguez jamais.
 - Ne prêtez jamais votre carte de débit ou de crédit.
 - Faites vos transactions dans des institutions financières connues.
 - Gardez le moins d'argent comptant possible à la maison.
 - Faites appel à votre conseiller ou à votre conseillère pour rédiger une procuration, un mandat de protection ou une entente de prêt.
- Pour plus d'information, visitez le : www.desjardins.com/secureite



100 000 \$

pour aider les gens d'ici!



La Caisse Desjardins Ontario est fière de remettre des dons à plusieurs organismes en Ontario afin d'aider les gens pendant la période des Fêtes et de répandre un peu de joie dans leurs foyers.

Guidés par nos valeurs coopératives, nous sommes présents dans les moments qui comptent.

1 833 DESJ-ONT (1 833 337-5668)
desjardins.com/ontario
Suivez-nous! 



LE PLUS BEAU CADEAU DE NOËL D'UN POMPIER

“Aux États-Unis, un pompier a adopté un nouveau-né abandonné dans une «boîte à bébé» en Floride. Le soldat du feu a souhaité médiatiser son histoire pour rassurer la mère biologique de l'enfant.

Vous l'ignorez peut-être, mais le pays de l'Oncle Sam abrite un grand nombre de «boîtes à bébés». Ce dispositif permet à des femmes en difficulté d'abandonner anonymement leur nouveau-né dans un petit tiroir chauffé et sécurisé.

Ces boîtes - qui sont équipées d'une alarme - se trouvent dans des casernes de pompiers, des établissements de santé ou encore des commissariats. Il y a six mois, une fillette qui avait été déposée dans l'une de ces boîtes a été adoptée par un pompier au grand cœur.

Cette histoire a débuté dans la nuit du 2 janvier 2023 à Ocala, une ville située dans l'État de Floride. Le soldat du feu, qui a souhaité rester anonyme, était en service lorsqu'il a entendu une alarme aux alentours de deux heures du matin, indiquant qu'un nourrisson avait été déposé dans la boîte à bébé.

«Pour être honnête, j'étais persuadé qu'il s'agissait d'une fausse alerte», a indiqué l'agent au quotidien américain Today. Mais lorsqu'il a ouvert la boîte, il a trouvé une petite fille enveloppée dans une couverture rose. Il a tout de suite ressenti un flot d'amour pour l'enfant.

Le pompier, qui est également ambulancier, rêvait de fonder une famille avec sa femme. Malheureusement, le couple n'a jamais pu réaliser son rêve le plus cher. Face à cette situation, les deux époux avaient fait le choix de se tourner vers l'adoption.

Et le moins que l'on puisse dire, c'est que l'apparition de la fillette était synonyme de miracle pour l'ambulancier et sa compagne. Après avoir déposé l'enfant à l'hôpital, le pompier a fait part de son désir de l'adopter. Une demande qui a été acceptée par les autorités.

Deux jours plus tard, le pompier est alors rentré chez lui avec le bébé, qui a reçu le prénom de Zoey. À noter que le couple a adopté officiellement la petite fille en avril dernier.

Dans son interview, le père de famille a déclaré qu'il n'arrivait toujours pas à croire comment tout cela s'était passé, et qu'il était difficile de ne pas pleurer en racontant cette histoire : «La façon dont je l'ai trouvée...c'était Dieu qui nous aidait».

Il a souhaité médiatiser son histoire pour que la mère biologique de Zoey «sache que l'on s'occupe de son enfant».”

Tiré de l'article de demotivateur.fr

MERCI À NOS PARTENAIRES



Paroisse St-Jérôme



Niagara Falls
St. Catharines
Welland



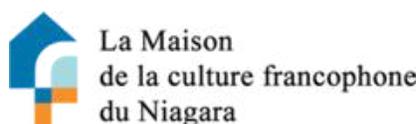
Le Centre des Aînés francophones de Port Colborne

Club des Bons vivants de St. Catharines



Club Sourire de Niagara Falls

Club Renaissance Sacré-Coeur Welland



***Certains cadeaux sont
grands, et d'autres, petits.***

***Mais les cadeaux qui
viennent du coeur, sont
toujours les meilleurs!***

BULLETIN RÉDIGÉ
PAR MURIEL
THIBAUT-GAUTHIER

mthibault.mauve@gmail.com

Mise en page par Danielle
Lavigne et Justin Gauthier

