



Du côté de
FLOIRAC...

**DANS CE
NUMÉRO :**

- Le mot du Maire (suite) **2**
- Le site Internet
L'état civil
- Le tri sélectif **3**
- Nouvelles activités
- Visite de la Fondation du patrimoine
Comité des Fêtes et animations de l'été **4**
- Vie des associations **5**
- Visite du musée
Soulages **6**
- Notre Dordogne... **7**
- Recette de Chantal
Astuces de Geneviève
Petite annonce **8**



LE MOT DU MAIRE

Chers amis,

L'été s'annonce chargé à Floirac. Il y a quelques jours à peine, l'association de la Vieille Mairie a ouvert le bal des festivités avec le feu de la Saint Jean. En juillet, les murs de la chapelle Saint Roch vont s'orner des tableaux criants de vérité du peintre Werner Van Hoylandt. Trompe-l'œil, natures mortes et vanités laissent entrevoir le monde inattendu d'un peintre original, qui pourtant s'inscrit dans la plus pure tradition flamande. A découvrir absolument ainsi que deux autres expositions originales. L'AASF, toujours à la manœuvre derrière les animations culturelles du village, devrait également nous concocter concerts et autres projections de cinéma de plein air... Et grâce au nouveau Comité des fêtes, désormais distinct de l'association du Cantou, les occasions de sortir se multiplieront plus que jamais ! Au fil de la Fête du Pain, des marchés des gourmets, de la Fête des Moissons, nous allons voir s'ouvrir à nouveau les portes des maisons secondaires et se fermer soigneusement, sous la chaleur de juillet, les volets des fenêtres. L'effervescence de l'été, palpable ici, ne le sera pas moins ailleurs dans le département et spécialement autour de nous. Le travail de structuration du territoire, entrepris par Gilles Liebus, Président de la Communauté de communes,

(Suite page 2)

Edito

Juillet est déjà là que tous attendent, guettent, préparent. Il est l'aboutissement d'une année scolaire pour les plus jeunes mais aussi pour leurs parents et, par là même, le saut vers la classe supérieure. Ce sont aussi les promesses tenues ou pas des plantations automnales, l'épanouissement de la nature qui n'a pas encore eu trop chaud et révèle alors toute sa beauté.

On approche des vacances, on commence à les voir se profiler, on se projette et déjà se voit-on plonger dans la Dordogne ou la parcourir en canoë, aussi quelques conseils ou rappels seront certainement utiles avant que l'enthousiasme et parfois l'insouciance ne cèdent le pas à l'accident voire au drame.

Dans votre journal également un article sur le musée Soulages visité au printemps dernier aura l'heur, peut-être, d'inciter les amateurs d'art à aller à Rodez découvrir cette étonnante collection.

Puis à la veille de voir notre village s'enrichir de nombreux vacanciers, résidents ou touristes de passage il paraît utile de faire, là encore, quelques rappels concernant les ordures ménagères. Nos déchets nous encombrent et quoi de plus naturel que de vouloir s'en débarrasser. Ils ne seront pas une nuisance mais un confort que chacun appréciera d'autant que la demande est grande si quelques règles élémentaires sont respectées par chacun.

Enfin, les manifestations de l'été, organisées par les diverses associations, vous inviteront à réserver des dates sur vos calendriers et constater que Floirac est un village qui « bouge » et qui va le faire savoir grâce à son nouveau site Internet.

Alix

porte ses fruits au-delà de toutes les espérances en matière de tourisme : après le ralliement du Périgord et de la Corrèze à notre Office de Tourisme « Vallée de la Dordogne », un contrat de destination touristique devrait bientôt être signé avec le Ministère des Affaires Etrangères. Le Quai d'Orsay se rend enfin à l'évidence : ce territoire mérite une renommée internationale !

Bien sûr, la municipalité s'attelle à faire profiter Floirac de cette dynamique. Le fleurissement de la place témoigne de ce long mouvement pour préserver la vie de notre village. Et, pour ne pas qu'elles tombent dans l'oubli des siècles, une tâche à venir est d'installer les plaques nommant nos rues, jusqu'aux plus étroites venelles, du Ban de Gaubert au Cayrou et du Barri à Rul. C'est un projet en gestation. Le site Internet officiel de la Commune, lui, a vu le jour. Sa construction a pris du temps et je tiens à saluer le remarquable travail de Nathalie Bouat.

Mais les joies de la belle saison ne nous font pas perdre de vue, cependant, les enjeux plus sérieux qui touchent le monde rural. Je pense à la désertification médicale par exemple, contre laquelle il faut lutter pied à pied. Avec d'autres élus de Cauvaldor, des projets se discutent, des propositions se dessinent. D'ores et déjà, nous avons pu engager un dialogue constructif avec les professionnels de santé du canton. Je pense encore au devenir du bureau de La Poste. Voilà un dossier bien difficile. Une lutte qui n'est pas toujours visible, toute de discussions souterraines et de patientes négociations. J'ai mobilisé notre Député Jean Launay, ainsi que le Sous-préfet Afif Lazrak sur cette question. J'ai eu des rencontres constructives et j'entrevois, je crois, une solution qui nous permettra peut-être de pérenniser ce bureau de plein exercice...

Je vous souhaite à toutes et à tous un très bel été.

Raphaël Daubet

LE SITE INTERNET : WWW.FLOIRAC-LOT.COM

nouveau

Pour tous ceux qui sont connectés, et nombreux nous sommes maintenant, il est apparu comme une nécessité du XXI^e siècle de rejoindre « la toile ». Floirac connaît une activité importante l'été grâce au tourisme. Ces visiteurs d'un temps peuvent véritablement choisir notre village comme lieu de passage ou de villégiature en un clic. Ainsi en tapant www.floirac-lot.com ils trouveront le site officiel de la commune. L'attractivité de notre village s'exercera ainsi à plein avec tous les renseignements sur les activités de l'été ainsi que ceux concernant les communes avoisinantes grâce aux liens divers avec les offices du tourisme de la région. La météo également orientera les choix pour mieux ajuster les activités.

Pour nous floiracois ce sont aussi les comptes rendus des conseils municipaux, les informations communales de tous ordres, la vie des associations, le journal de Floirac...

Conçu par Nathalie Bouat-Mézard (www.bouat-a-idees.fr) ce site va nous ouvrir au monde, nous faire connaître et apprécier ainsi que stimuler notre activité économique aussi modeste soit-elle. Nous la remercions pour l'excellent travail qu'elle a fourni ainsi qu'Adrien, son homme de l'ombre, qui est le développeur du site.

Vous remarquez une omission voire une erreur ?

N'hésitez pas à contacter la secrétaire Françoise Leoen à la mairie qui transmettra. Un site est évolutif et vit par les

informations qui lui sont confiées.

La curiosité n'étant pas toujours un vilain défaut je vous invite à aller vous promener sur ce site, à vous laisser guider par la souris et découvrir par vous-même toutes les richesses et opportunités de notre si sympathique bourg.

Alix

Petit lexique...

.... à l'usage de celles et ceux qui ne connaissent pas... encore ces technologies modernes.

Internet : réseau mondial d'informations interconnectées par le biais d'un ordinateur (sorte de machine à écrire très sophistiquée).

Toile : comme celle de l'araignée, chaque fil (ordinateur) est relié par la « voie des airs » aux autres et permet ainsi le partage d'informations.

Site : recueil d'informations sur un thème donné organisé comme un magazine avec diverses rubriques.

Lien : relation établie avec d'autres organismes qui permet d'accéder à leur site immédiatement (en un clic).

Souris : petit objet inoffensif en forme de souris sur lequel on appuie pour activer l'ordinateur.

Clic : petit bruit entendu lorsqu'on appuie sur la touche de la souris.

Etat civil

Décès :

* **Jean-Jacques EICHENBERGER** décédé le 9 avril 2015 à 87ans à Souillac.

* **Christiane MEZARD** décédée le 21 mai 2015 à 71 ans à Vayrac

* **RV Robert LE HOUELLEUR** décédé le 23 mai 2015 à 93 ans à Pau

* **Marcel PÉRIER** décédé le 1^{er} juin 2015 à 97 ans à S^t Céré

* **Michel DAUBET** décédé le 21 juin 2015 à 69 ans à Brive



L'héritage d'Eugène Poubelle

Rendons hommage au préfet de la Seine, Eugène Poubelle, qui signa en 1884 un arrêté relatif à l'enlèvement des ordures ménagères. Il imposa alors un récipient pour les collecter afin d'assainir les rues des villes de la région parisienne. Déjà à l'époque trois récipients étaient prévus : l'un pour les résidus de ménage, l'autre pour les débris de vaisselle, verre, poterie et un troisième pour les coquilles d'huîtres et moules.

Dire que les choses ont bien changé 131 ans plus tard, serait exagéré. Nous avons, aujourd'hui aussi, au niveau local, trois conteneurs à notre disposition et puis la déchetterie.

Le Lot est quelque peu à l'avant-garde concernant le tri des ordures et il dame le pion à d'autres départements en ce qui concerne le recyclage des ordures. Cette efficacité est étroitement liée à la qualité du tri. Cependant il reste quelques progrès à faire notamment au niveau du bac vert. En effet, nous produisons 86kg de déchets par habitant allant dans ce bac vert, or 23kg par habitant sont refusés soit 26%.

Alix

Dans le **bac vert** nous mettons :

- Les papiers non souillés donc ni mouchoirs en papier ni papier absorbant sali.
- Les emballages vides en plastique (pots de yaourts, barquettes de beurre...)
- Les blisters
- Les emballages carton
- Les boîtes de conserve
- Les pots de fleurs vides en plastique

On ne met pas les couverts en plastique, les jouets en plastique, les plaquettes vides ayant contenu des comprimés... ceux-ci iront dans le sac fermé du bac marron

Le **bac marron** n'accepte que des sacs fermés et reçoit :

- Tout ce qui ne va pas dans les autres bacs **ou** ce dont on n'est pas sûr
- **et qui n'est ni toxique, ni volumineux, ni électroménager, ni piles...**

Dans le **récupérateur de verre** :

- les bouteilles sans les bouchons
- les bocaux en verre, les pots de yaourts en verre etc...

On ne met pas : les verres de table cassés, les miroirs, les vitres (même en petits morceaux), les vases ...

La déchetterie : elle accueille les encombrants, l'électro-ménager, les piles, les vêtements qui pourraient être récupérés...

Vous pouvez consulter le site internet du SYDED (www.syded-lot) et faire le jeu-test (ci-joint) pour limiter les erreurs.

Vous avez un doute ? Choisissez le bac marron ou la déchetterie.

NOUVEAU

Notez qu'un **projecteur** installé depuis peu permet à celles ou ceux qui se rendent de nuit aux poubelles (près des ateliers municipaux) de savoir où ils mettent les pieds et surtout d'effectuer



le tri judicieux sans se tromper de couleur de container. Cette mesure s'avère particulièrement utile en hiver lorsque la nuit trop tôt venue nous laisse croire que la journée est terminée.

DEUX NOUVELLES ACTIVITÉS ARTISANALES À FLOIRAC



Anne Kandel
DANS SON NOUVEL ATELIER
DE BOUGIES ET SAVONS NATURELS
à Pouzals
06 71 00 75 90

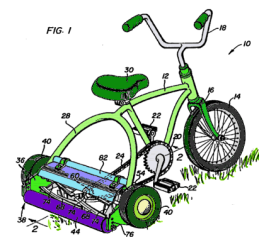
SAVONS ET BOUGIES
NATURELS
AUX HUILES BIOLOGIQUES
COMPOSTIBLES ET PRODUITS DE FRANCE
FAITS-MAISON
ÉCOLOGIQUES ET BIODÉGRADABLES.

LE MARCHÉ DE KANKAN
SAVONNERIE-POINT DE VENTES À
FLOIRAC
(ZONE POUZALS)
OUVERT LES LUNDIS DE 9H30 À 11H30
ET DE 14H À 17H30
ET LES AUTRES JOURS DE LA SEMAINE QUAND J'Y SUIS !
TÉL. : 06.71.00.75.90



Bernard Chapeyron
Au ban de Gaubert
06 41 55 21 47

ENTRETIEN, PETITS ESPACES VERTS ET JARDINS



VISITE ET PROJETS AVEC LA FONDATION DU PATRIMOINE

Le 15 avril dernier, Charles Biberson, maire adjoint chargé des bâtiments communaux, Alexandre Barrouilhet conseiller municipal, et des membres de l'AASF accueilleraient la délégation du Lot de la Fondation du Patrimoine représentée par Mélanie Gardou et Jean-Pierre Vermande.

Les participants ont recherché des pistes de solutions dans les travaux de restauration engagés dans le village. En effet, dans une période où tous les budgets sont revus à la baisse, il faut trouver d'autres financements, pour faire face aux obligations de préservation du patrimoine communal.

Outre les incitations fiscales avantageuses proposées aux particuliers et aux entreprises qui souhaitent s'investir dans de tels projets, c'est aussi un encouragement à maintenir voire à développer l'emploi et les métiers du bâtiment qui nous sont ainsi suggérés.

La belle restauration récente d'une grange absidiale du 15^{ème} siècle à Floirac permet de témoigner de l'efficacité d'un tel dispositif.

Les conseils de la délégation, nous ont permis d'envisager d'autres moyens pour financer la remise en état de la chapelle Saint Roch. Nos projets risquaient d'être sérieusement ralentis, du fait des baisses de subventions voire annulés. Certains sites visités (fontaine de Bascle, la piéta de l'église St Georges, ...) pourraient faire l'objet d'appels à dons et retrouveraient ainsi une nouvelle jeunesse ! Les dossiers sont en cours...



LE NOUVEAU COMITE DES FÊTES

La commission « Animation » de l'équipe municipale, s'était engagée l'été dernier dans des activités qu'elle souhaitait pérenniser notamment, la « Fête du Pain » et le « Marché des Gourmets ».

Ces fêtes qui ont rencontré un franc succès en 2014 seront désormais organisées par le « Comité des Fêtes de Floirac ».

COMPOSITION DU BUREAU DU NOUVEAU COMITÉ DES FÊTES :

Président : M. Libante Trésorier : J-C. Gaudoubert Secrétaire : A. de Vendevre
Vice Présidente : S. Bouat-Rodriguès Trésorière adjointe : G. Onate Secrétaire adjointe : G. Chapeyron

AUTRES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION :

Alexandre Barrouilhet - Annie Bouat - Pascal Bouat - René Chapeyron - Jean-Marc Delbeau - François Daubet
Sylvie Degrutère - Catherine Fraisse - Gaston Morllion - Nathalie Viéban - Cyril Desmarest

LES ANIMATIONS DE L'ÉTÉ

- **4 au 31 juillet** : Exposition à la chapelle St Roch : Werner VAN HOYLANDT organisée par la mairie et l'AASF
- **Date à déterminer en juillet** : Fête de la moisson (à l'ancienne), selon la météo
- **22 juillet** : Marché des gourmets
- **15 août** : Fête du pain et battage à l'ancienne
- **1er au 15 août** : Exposition à la chapelle St Roch : Patrick BIBERSON organisée par l'AASF
- **5 août** : Marché des gourmets : organisé par le comité des fêtes
- **11 août** : Concert à l'église St Georges « Sur un air d'opéra » à la chapelle St Roch organisé par l'AASF
- **14 août** : Concert Tzigane à l'église St Georges organisé par le Festival de St Céré
- **16 au 31 août** : Exposition photos à la chapelle St Roch : « Le Quercy en souterrain » organisée par l'AASF
- **6 septembre** : Concours très local de pétanque et ping-pong organisé par l'association « La vieille mairie »

} Organisés par le comité
des fêtes

La vie des associations

DES FEUX DE LA S^T JEAN TRÈS VILLAGEOIS

Ce sont les enfants qui ont ouvert le bal le temps que leurs parents et grands parents se réchauffent à la sangria de Gaston accompagnée des frites dorées et des saucisses grillées (très bien gérées par nos bénévoles généreux)

L'ambiance s'est alors animée sur la piste et autour du feu avec la musique et les lumières dansantes.

Une vraie fête du village qui célèbre l'été et les vacances Zaza pour l'association la vieille mairie

CAFÉ-THÉÂTRE AU CANTOU : « MOTS D'ESPRITS, MAUX DE TÊTE ET FILOUTERIES »

Du tonus, du dynamisme, de la gaieté, de l'humour... Voilà une troupe qui a enchanté le « Cantou » de Floirac, le vendredi soir du 12 juin. Ces comédiens ont dit des textes de leur cru, ou des adaptations d'auteurs célèbres sur un rythme très enlevé. Les jeux de mots se sont succédés au rythme des applaudissements et éclats de rire qui avaient à peine le temps de s'éteindre pour fuser à nouveau.

Peu habitués aux sorties en extérieur, eux-mêmes surpris par leur succès, « Los Truffadiès » (émanation de l'ensemble « Nostre Pays » de Bétaille, et grâce à la logistique apportée par « La Puybrunelle », ont su conquérir les floiracois et les



Résidents des villages voisins, . Le talent de ces acteurs amateurs en est la cause première, mais la magie du « Cantou » - grâce à sa cave voûtée et son atmosphère intimiste - a également opéré. Dans un tel cadre, rien ne se perd ni de la voix ni de la présence des comédiens... tout se crée. C'est autour d'un pot de l'amitié offert par l'AASF à l'initiative de cette rencontre, que leur enthousiasme et

le nôtre se sont exprimés. N'est-ce pas déjà vivre la communauté de communes, sortant de nos villages et de notre confort pour aller à la rencontre les uns des autres ?



Depuis 6 années, **VIDE-GRENIERS** Floirac inaugure « presque » la saison estivale avec son désormais célèbre vide greniers, un des premiers dans la région.

De très nombreux visiteurs étaient au rendez-vous. Dès

6h30 les premiers des 45 exposants (13 de plus que l'an dernier) se mettaient en place. Les chineurs très matinaux leur emboîtaient le pas, en quête de bonnes affaires. Tables et chaises étaient à la disposition de tous pour savourer des « pâtisseries maison » accompagnées de quelques boissons chaudes et froides préparées par des bénévoles. Un « pizzaiolo » installé sur la place du village, et notre « bar à bières » local, ont également permis à tous de vivre cette

journée sans craindre la soif ni la faim, et de prendre plus confortablement le temps de visiter les stands sous un soleil radieux. L'organisation particulièrement efficace de cette manifestation (accueil, balisage, nouveaux emplacements d'exposants et nouvelle aire de stationnement,...), a été appréciée de tous, et nombreux furent ceux qui ont salué les efforts de l'AASF (Association pour l'Animation et la Sauvegarde de Floirac) à cette occasion.

Elle tient à remercier les nombreux bénévoles qui se sont investis dans tous les domaines. Les visiteurs ont particulièrement apprécié la gentillesse et la bonne humeur de tous.



Floirac a ouvert sa saison musicale, le 31 mai dernier par un concert de piano et percussions donné en l'église St Georges, par Gaël Tardivel pianiste, professeur à l'école de musique de Martel et Michel Grall percussionniste (vibraphone, marimba et glockenspiel).

Les explications pédagogiques nous ont appris les nuances entre ces trois instruments et la dextérité nécessaire, fruit de très nombreuses heures de travail. Que de talent !

Ils ont trouvé l'une des nombreuses formules qui permettent aux plus jeunes de découvrir et apprécier la musique classique, de la débarrasser de certains qualificatifs

CONCERT PIANO ET PERCUSSIONS



pour la rendre actuelle, et lui redonner son éternité.

Par delà les siècles, elle touche, elle va au cœur des hommes.

L'église a ainsi vibré, résonné aux sons conjugués de ces 4 instruments, enchantant un public attiré par un programme éclectique, reconnaissant Albinoni, Satie, mais aussi Haendel, Joplin et bien d'autres,

Tchaïkovski, G.Peter, Haendel...

Concert totalement inattendu alliant plaisir, curiosité, découverte, ravissement, et c'est sur ces notes que les échanges se sont instaurés autour d'un « pot » offert à la sortie par l'A.A.S.F., organisatrice de cet événement.

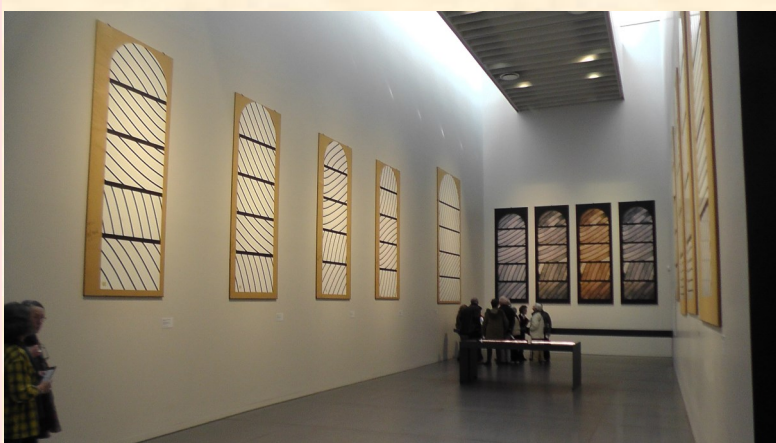
Visite du Musée Soulages de Rodez

Nous étions une douzaine de Floiracois, le 7 mars, à venir visiter le musée Soulages avec l'aide d'Emily, notre conférencière, retenue pour l'occasion. Ayant de l'avance sur l'horaire prévu, nous avons pu auparavant jeter un œil rapide sur la cathédrale de Rodez, fort belle.

Le Musée Soulages est recouvert d'acier Corten qui rouille et dont la couleur, d'après M. Soulages, s'associe parfaitement avec celle de la cathédrale de même qu'avec les toiles peintes au brou de noix.

Les 1700 mètres carrés d'exposition permanente sont conçus pour accueillir la variété de l'œuvre de l'artiste.

La lumière pénétrant l'espace muséal est parfaitement contrôlée afin de ménager des passages de pénombre où sont exposés les œuvres sur papier et brou de noix, et des espaces plus éclairés pour les peintures et les cartons des vitraux de Conques. Aux salles hautes et claires succèdent d'autres plus basses et obscurcies produisant des ambiances lumineuses très différentes et sciemment alternées. Les œuvres ne sont pas titrées.



Très jeune, Pierre Soulages a été attiré par l'art roman et la préhistoire. A 18 ans, il entre à l'Ecole Nationale des Beaux Arts mais n'y reste pas. Ce n'est qu'à 21 ans qu'il commence à peindre, vers 1946. Ses toiles où le noir domine sont abstraites et sombres, et sont aussitôt remarquées tant elles diffèrent de la peinture semi-figurative et très colorée de l'après-guerre.

Au début, sa peinture consiste à détourner les formes pour obtenir des contrastes. Il ne cherche pas à représenter mais à présenter quelque chose. Il utilise le racle, la brosse, les stries, laisse les coulures. Il joue avec la lumière pour les noirs, noirs brillants ou mats, et aussi avec l'horizontalité, l'oblique, la verticalité.

De grands tableaux qui paraissent gris vus de face, sont en fait noirs et on peut le vérifier en les regardant de biais. De même, un grand tableau peint en bleu paraît noir, et pourtant seul le bleu a été utilisé.

Depuis 1994, une commande publique a permis de doter l'abbatiale de Conques de verrières conçues par le peintre Pierre Soulages et présentées au musée. Le matériau utilisé par l'artiste - un verre non coloré translucide et qui respecte, tout en les modulant, les variations de la lumière naturelle - suggère, à l'intérieur comme à l'extérieur de l'édifice, une continuité de surface assez exceptionnelle entre murs et fenêtres. À sa manière, le tracé des barlotières et des plombs participe à l'organisation plastique d'une œuvre qui s'inscrit parmi les réalisations les plus originales de l'art contemporain.

La visite, qui a duré près de deux heures (merci Emily !), s'est terminée par un rapide coup d'œil sur l'exposition temporaire de gravures, puis par un repas très sympathique dans une brasserie de Rodez.

Dominique Kandel

Avec l'aide du site Internet du Musée Soulages



*Ma chérie tu vois toute la poésie qui émane de ces toiles ?
Ferme les yeux ... Imagine ... Floirac by night...*

Luyf
06-2015

LA DORDOGNE, NOTRE DORDOGNE !

UN PARADIS... QUI PEUT CACHER L'ENFER !

La saison d'été qui arrive va déclencher en nous tous, comme chaque année, l'envie irrésistible d'aller profiter de l'eau rafraîchissante de cette si belle rivière qui serpente au pied de notre village.

Pendant pour que ces merveilleux moments restent gravés dans nos mémoires il existe quelques règles à respecter, quelques règles simples, de bon sens, qui permettront de n'avoir qu'une idée en tête...revenir l'été prochain !!!

Sachez tout d'abord que les plages de notre rivière ne sont, sauf exception notable de la plage de Gluges pour la plus proche, jamais surveillées comme peuvent l'être les plages de bord de mer. Donc, TOUTE la sécurité repose sur la responsabilité personnelle de chacun(e).

Première précaution : le temps prévu pour la journée. En ce monde ultra-connecté il n'est pas difficile de savoir si un orage est envisagé. Il faut savoir que la configuration de la rivière expose, lors de gros orages, à une brusque montée des eaux et peut ainsi bloquer en quelques minutes une famille ayant choisi de rejoindre cette petite



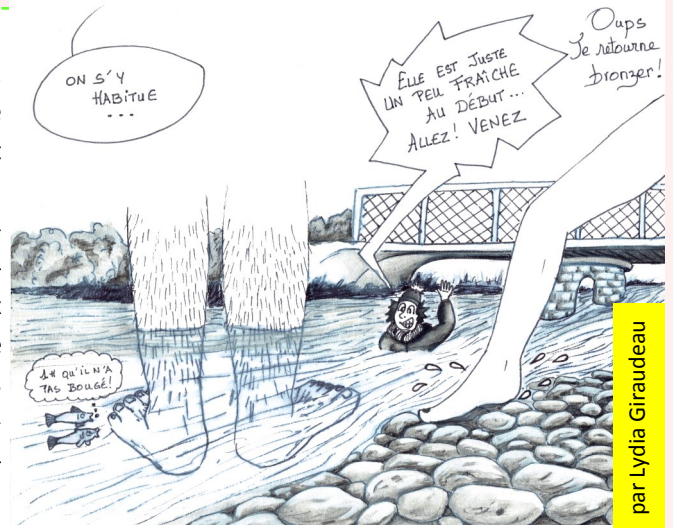
île au milieu du cours d'eau...

Ensuite les enfants... Toute une année à rêver de se jeter dans cette eau tantôt calme, tantôt tumultueuse qu'il serait si bon de se laisser emporter par le courant ! Hélas, le milieu naturel cache de nombreux pièges ! Pas de catastrophisme mais une vigilance de tous les instants est demandée aux parents ou responsables des chérubins. Le mieux ? Jouer avec eux ! Sinon ne surtout pas déléguer la

surveillance à plusieurs personnes, leur apprendre à nager le plus tôt possible, les équiper, malgré leur légitime réticence, de brassards ou autres équipements de sécurité, dans l'eau mais aussi sur le bord, se méfier des bateaux et autres matelas pneumatiques, ils ne protègent en rien d'une noyade... Se rappeler que le fond de la rivière est irrégulier et peut surprendre n'importe quel adulte, alors un enfant !

Les grands maintenant ! Ils savent tout sur tout et se croient aussi très souvent invulnérables ! Mais combien d'accidents de santé chaque année... Élémentaire, entrer pro-gre-ssi-ve-ment dans l'eau, notamment si vous sortez d'un bon repas ou d'une bonne sieste réparatrice sous le soleil. Ne surestimez pas vos forces, la traversée du courant est épuisante par endroit et il faut revenir ! L'effort est double, le danger c'est une crampe très douloureuse mais qui, surtout, va bloquer vos mouvements. Dans ce cas un seul salut, faire la planche ! Ne pas lutter au risque de s'épuiser et se laisser descendre au fil du courant pour se récupérer plus bas ou appeler à l'aide.

Pour ceux qui profiteront aussi d'une piscine, enterrée ou hors sol, il est impératif de ne pas se reposer entièrement



par Lydia Girardeau

Pour résumer : voici les atouts d'une baignade et de jeux d'eau (presque) sans risques :

- ◆ Choisir la plage en demandant aux « gens du coin ». Ils sont souvent de bon conseil.
- ◆ Consulter la météo,
- ◆ Exercer une vigilance de tous les instants avec les enfants,
- ◆ Ne pas surestimer ses forces,
- ◆ Rester en alerte pour ne pas se dire ensuite « si j'avais su ... ».

sur les multiples systèmes de sécurité existants, un enfant trouve toujours la faille quand il en existe une, malheureusement... On prend l'apéro entre amis, la discussion est animée, on se relâche naturellement et...9 fois sur 10 un enfant en grande difficulté n'a pas le réflexe de crier ! LA VIGILANCE est la plus simple et la plus performante des règles de sécurité.

Les loisirs nautiques sont une joie et doivent le rester pour, cet hiver, avoir quelques souvenirs qui réchaufferont le cœur avant de revenir dans notre pittoresque Lot et sur les bords de notre belle Dordogne.

Jean-Marc

La Souveraine

Vive et bruissante, elle court sur les galets sombres,
Joue avec les premiers feux de l'aurore,
Murmure pour les bancs de poissons frétilants.
Les couleurs fraîches des fleurs sauvages,
Ainsi que les chants des oiseaux dans le feuillage
Animent ses rives de joies enfantines.

Du haut de la grande falaise rocheuse,
Mirandol se mire dans les vagues éclatantes
De la princesse du Quercy : Dame Dordogne !

Une poésie de Fanny et Marie

(11ans et 9 ans)

Brève histoire de la Reine Claude par Chantal

Avec l'été qui arrive je vais vous parler de l'histoire de la prune Reine-Claude de Carennac. Suite aux guerres d'Italie au XVI^{ème} siècle, le Sultan Ottoman Soliman Le Magnifique fit cadeau de jeunes pruniers à François 1^{er}. Le roi confia alors aux moines agronomes de Carennac la culture de ces arbres fruitiers. Les moines se soucièrent du nom que méritaient un fruit aussi délicieux et l'appelèrent Reine-Claude du nom de la première épouse de François 1^{er}. Vous trouverez celle-ci de mi-juillet à mi-août sur les marchés de la région.



... et sa recette

LE PRUNAT



Recette de nos grand-mères à pâte levée.



NDLR : la photo ci-dessus est celle du Prunat aux quetches

Ingrédients : 500 g de prunes, 250 g de farine, 1 cuillère à soupe de sucre, 3 oeufs entiers, 100 g de beurre fondu, 1 pincée de sel, 75 g de sucre semoule, 15 g de levure de boulanger, 15 cl de lait tiède.

Préparation : dans un saladier, mélanger la farine, le sucre, le sel. Au centre, casser les oeufs. Mélanger le tout afin d'obtenir une pâte épaisse. Délayer la levure dans le lait tiède. L'incorporer à la pâte avec le beurre fondu. Laisser lever 1 h dans un endroit tiède. Dans un moule à manqué beurré, verser la moitié de la pâte, disposer les prunes, saupoudrer avec le sucre semoule, puis ajouter la pâte restante. Laisser lever. Mettre au four 30 mn à 210°

Les astuces de Geneviève

Des fraises plus goûteuses :



Elles auront plus de goût si vous les arrosez de jus de citron juste avant de servir.

Bouquet durable :



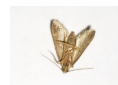
Pour profiter plus longtemps d'un bouquet : Pour les roses ou le lilas, écrasez la base des tiges (pivoines ou dahlias, brûlez le bout de la tige dès que vous les aurez cueillis). Pour prolonger la vie d'un bouquet, trempez l'extrémité des tiges dans de l'eau bouillante, coupez légèrement et mettez le bouquet dans l'eau froide.



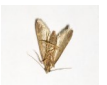
Les moustiques découragés



Pour éviter les piqûres de moustiques, enduisez-vous de jus de citron !



Vos antimites régénérés



Avant de refermer les armoires sur les vêtements d'hiver, pensez à mettre de l'antimite. Si vos vieux antimites en cèdre n'ont plus beaucoup d'odeur, frottez les avec de la toile émeri fine.

A VOTRE AVIS ???



CA VA SERVIR A QUOI ?

A DONNER :

PETITE ANNONCE

Excellent fumier déposé « délicatement » au bord de la route menant à Miers, à 1 km de l'église de Floirac. Il suffit de se servir... vos légumes, vos rosiers, en bref votre jardin, apprécieront ce don « de la nature », en l'occurrence des chèvres.



Proverbe Quercynois : se plaou en jun de pa manquaren
(S'il pleut en juin on manquera de pain...)