



Pré de Chez t'Oie

Le journal du Pré de l'Oie / N° 30 - mai 2026

Des Tattes d'Oie ... aux Fontaines...
en passant par le chemin d'Eysins ...



Les articles / photos du journal ont été transmis par Antoinette, Maria, Martine,
Jean - Mise en page par Rose-Marie - Merci à tous

Quoi de vieux ?



Semaine de Pâques du 13 au 17 avril 2026
Nous avons fait une journée tacos avec les enfants, qui ont mis la main à la pâte en broyant les tomates et en préparant du guacamole.

Journée très sympathique où l'on s'est régalés.



Mercredi 6 mai

Notre joyeuse équipe est allée visiter le musée de la Croix-Rouge et du Croissant Rouge à Genève.



Le panneau lumineux, à la cafétéria : HINIVUU reprend les 7 principes de la Croix-Rouge qui sont : Humanité - Impartialité - Neutralité - Indépendance - Volontariat - Unité - Universalité

Une capsule intemporelle est une œuvre d'art collective de biens et d'informations destinée aux générations futures, comme témoignage. Celle-ci se trouve à l'entrée du musée.



COMMENT DEVENIR UN·E BON·NE ANCÊTRE ?

Cette sculpture est une capsule temporelle. Elle contient les messages d'environ cinquante personnes du monde entier collectés en 2020 : des souvenirs de la pandémie, des coupures de journaux, des dessins, des objets, des lettres et des poèmes. La capsule sera réouverte en 2050. Elle est réalisée à partir d'un moteur à combustion interne qui alors n'existera peut-être plus.

Porteuse de rêves et d'espoirs, la capsule nous interpelle sur le recyclage, la durabilité, l'évolution de l'action humanitaire, la gestion responsable de l'environnement et notre action collective.

Nous pouvons toutes et tous devenir de bon·ne·s ancêtres.

Un projet du Musée international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge et du Centre climatique de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, conçu et réalisé par United Environment Architecture et soutenu par EIT Climate KIC.

MUSÉE INTERNATIONAL
DE LA CROIX-ROUGE ET DU CROISSANT-ROUGE



+C
Climate
Centre

Si vous deviez glisser un objet ou un message dans une capsule temporelle destinée à 2050, que choisiriez-vous ?

Un petit carnet de recettes annoté
Avec les taches, les ratures et les petits mots dans les marges.
C'est une façon de transmettre bien plus que des plats

Une photo de famille imprimée
Parce qu'au milieu du numérique et des écrans, tenir une photo entre ses mains restera toujours quelque chose de précieux

Un exemplaire du journal de notre association
Parce que la mémoire d'une époque passe aussi par les petites histoires du quotidien

Un vœu pour l'Humanité
sous forme de charte d'Entraide Citoyenne qui mettrait en avant la paix, la solidarité, le respect et la non-discrimination



Mon petit carnet de rêve et de gratitude

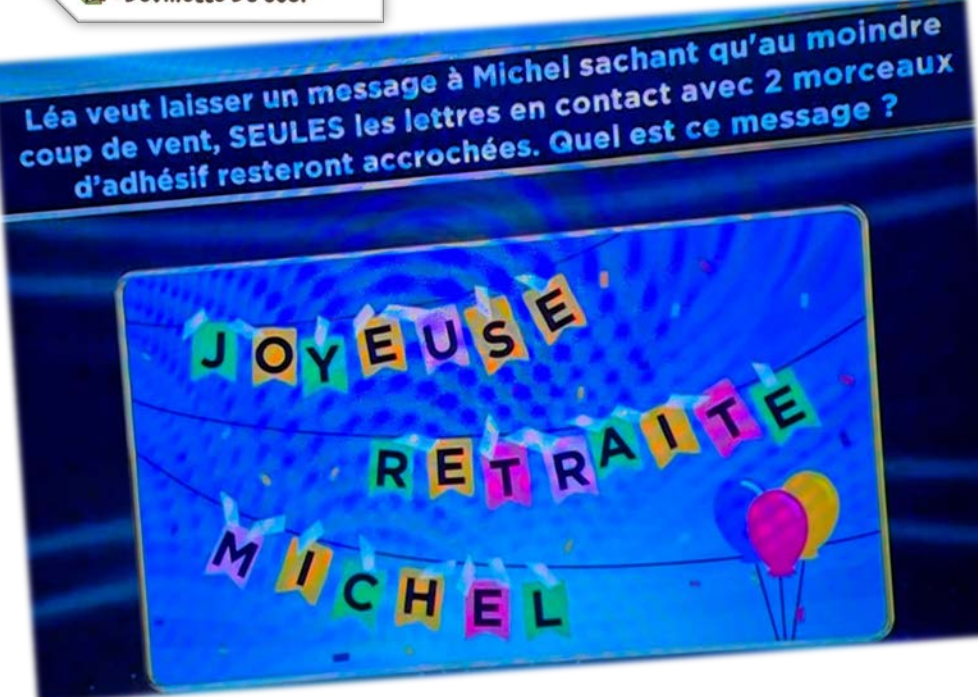


Quels noms de fruits peut-on former avec ces lettres ?

- 1- UGMAEN
- 2- YGVAEO
- 3- RMNNAIEAD
- 4- OMLNE
- 5- MBSFEOAIR

Un train roule d'abord à 200 km/h pendant 3 heures.
Il s'arrête ensuite 15 minutes en gare.
Après l'arrêt, il repart mais ne peut rouler qu'à 160 km/h pendant 2 h.

Quelle distance totale a-t-il parcourue ?

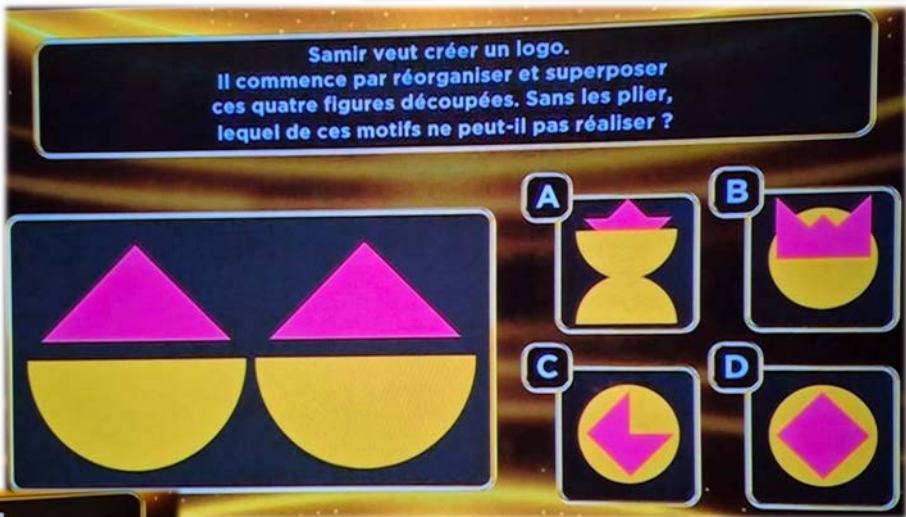


100% LOGIQUE 😊

En respectant la logique, de quelle couleur doit-on écrire les lettres du mot BLEU, symbolisé par les 4 tirets ?



Quel objet de loisir cette image évoque-t-elle ?



Quelle est la première lettre de l'alphabet qui a la même forme en minuscule et en majuscule ?

RÉPONSES AUX JEUX EN PAGE 6

n'oublie pas...



tu n'es pas obligé
d'être fort
tout le temps.



tu as le droit
de dire non...
même sans
explication.



tu peux prendre
ton temps
pour te
reconstruire.



et surtout...
tu mérites
d'être en paix.



— L'écriture ♥

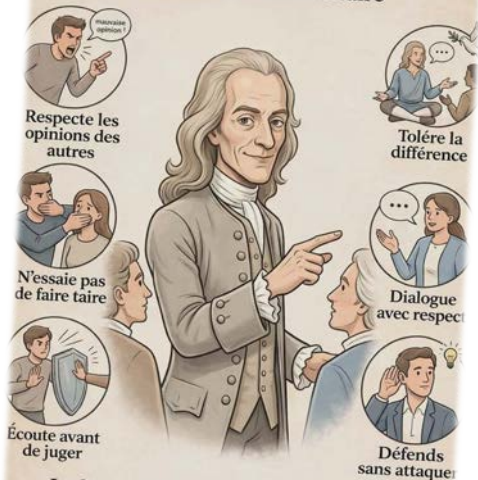


parfois,
on oublie de remercier
les personnes
qui rendent nos journées
un peu plus légères...
sans même s'en rendre compte.

alors merci,
d'être toi.

— L'écriture ♥

Si ça te gêne que l'on pense différemment...
rappelle-toi ceci de Voltaire



La liberté de penser différemment
fait partie de la vraie liberté.

Tu dois partir en
voyage dans un
endroit qui
commence par la
lettre de ton
prénom ou irais
tu??



Ce triangle infernal beaucoup
de femmes le vivent.

Beaucoup de mamans s'y perdent...

- ♥ Tu n'es pas censée t'oublier pour aimer.
- ♥ Tu as le droit d'avoir des besoins.
- ♥ Tu as le droit d'exister autrement que pour les autres.

Prendre soin de toi n'est pas un luxe.
C'est une urgence, une priorité.

LES ERREURS EN CUISINE ET COMMENT LES CORRIGER

TROP SUCRÉ

ajouter du vinaigre
ou un peu de citron.



TROP SALÉ

ajoutez des morceaux
de pommes de terre.



TROP ACIDE

ajoutez une touche
de sucre ou de miel.



SAUCE GRUMELEUSE

mettez-la dans
un mixeur.



PÂTES TROP CUITES

faites-les revenir quelques
minutes dans une poêle avec
de l'huile d'olive chaude.



Tarte aux courgettes

- Une pâte feuilletée
- 500 g de courgettes
- Un oignon frais
- 80 g de fromage râpé
- Deux œufs
- 1 dl de crème fraîche liquide
- Mixer du basilic, persil et thym
- 2 c. à s. d'huile d'olive, sel, poivre



Râper les courgettes et les laisser dégorger dans une passoire.

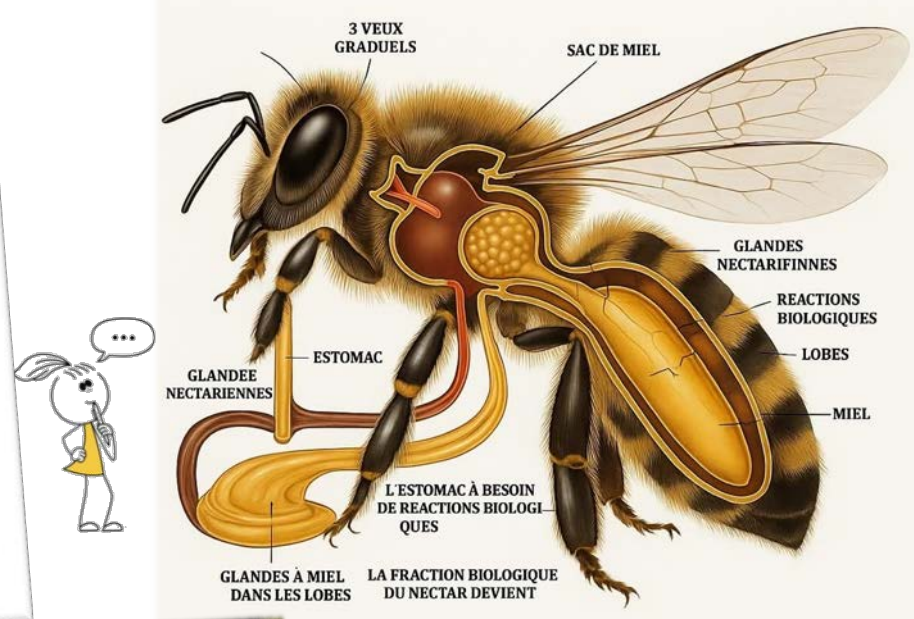
Couper l'oignon et le faire revenir à la poêle. Ajouter les courgettes et laisser refroidir.

Battre les œufs avec la crème, le sel, le poivre et le fromage. Ajouter les herbes et les courgettes. Dérouler la pâte et ajouter la préparation.

Cuire au four à 180 °C pendant 35 à 40 min.

Très beau texte très touchant. 😊❤️ «QUAND LES PARENTS VIEILLISSENT... Laissez-les vieillir avec le même amour qu'ils vous ont laissé grandir... laissez-les parler et raconter des histoires répétées avec la même patience et le même intérêt qu'ils ont entendu les vôtres dans leur enfance... laissez-les surmonter, comme tant de fois où ils laissent vous gagner ... laissez-les profiter de leurs amis comme ils vous laissent ... laissez-les profiter des discussions avec leurs petits-enfants, car ils vous voient en eux ... laissez-les profiter de vivre parmi les objets qui les accompagnent depuis longtemps, parce qu'ils souffrent quand ils sentent que vous arrachez des morceaux de cette vie ... laissez-les se tromper, comme tant de fois vous vous êtes trompés et ils ne vous ont pas embarrassé en vous corrigeant ... LAISSEZ-LES VIVRE et essayez de faire les heureux du dernier tronçon du chemin qu'il leur reste à parcourir ; donne-leur la main, tout comme ils t'ont donné la main quand tu as commencé ton chemin ! ❤️»

LE SECRET NATUREL D'UNE RUCHE Saine ET PRODUCTIVE



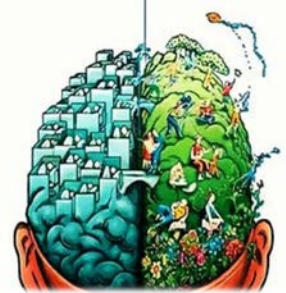
10 POINTS DE PRESSION DES MAINS AUX EFFETS SURPRENANTS

	Réduire le stress → Centre de la paume		Calmer l'angoisse → Bout du petit doigt
	Retrouver la concentration → Entre index et majeur		Soulager la migraine → Pouce-index
	Atténuer le mal de dos → Tranchant de la main		Réduire les tensions cervicales → Base du pouce
	Relancer l'énergie → Bout des doigts		Faciliter la digestion → Centre paume
	Soulager les ballonnements → Sous le majeur		Bien-être général → Étirement doigts

JE PENSE QUE LES WEEKENDS SONT FABRIQUÉS EN CHINE. ÇA DURE VRAIMENT PAS LONGTEMPS.



- | CERVEAU GAUCHE | CERVEAU DROIT |
|------------------------------|------------------------|
| • Raisonne de façon logique | • Ressent des émotions |
| • Utilise les mots | • Utilise les images |
| • Détaille | • Global |
| • Organisé/contrôle | • Intuitif |
| • Rationnel | • Introverti |
| • Calcule/analyse | • Créatif |
| • Énergie masculine | • Énergie féminine |
| • Réalise des listes, classe | • Pratique les arts |



Vos mains détiennent des clés insoupçonnées 🗝️



Voici ma dernière contribution au journal que j'ai eu le grand plaisir de réaliser avec vous depuis huit ans.

Au fil des numéros, ce journal a pris vie grâce à vous. Mon rôle a surtout été de mettre en forme vos articles, mais soyons honnêtes : les véritables auteurs, c'est bien vous. Je n'ai été qu'un peu la « cheffe d'orchestre ».

Il s'est nourri de vos envois toujours variés et généreux : articles et photos retraçant les activités passées, blagues pour faire sourire (et parfois réfléchir avant de comprendre), recettes qui ouvrent l'appétit dès la lecture, textes d'histoire ou de mémoire, sans oublier ces petits clins d'œil pleins d'humour et de sagesse.

À travers cette aventure, j'ai eu la chance de faire de très belles rencontres humaines. Même sans toujours se voir, des liens se sont tissés au fil du temps, et c'est sans doute ce qui reste le plus précieux pour moi.

Le journal, lui, continue bien sûr son chemin. Il est maintenant temps pour moi de laisser ma place à une nouvelle « éditrice, » qui saura j'en suis sûre apporter sa propre dynamique. Je lui souhaite beaucoup de plaisir dans cette continuité.

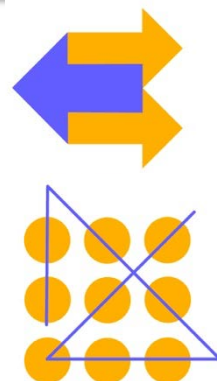
Et je vous dis..... « à très bientôt au local ».

Rose-Marie

6	8	2	4	3	5	1	7	9
7	1	5	2	9	6	3	8	4
9	4	3	8	7	1	6	2	5
2	7	1	6	8	9	5	4	3
4	6	9	3	5	7	8	1	2
5	3	8	1	4	2	9	6	7
8	2	7	9	6	3	4	5	1
3	5	4	7	1	8	2	9	6
1	9	6	5	2	4	7	3	8



Solutions jeux du journal N° 29



Solutions jeux du journal N° 30

Noms de fruits :

- 1-mangue
- 2-goyave
- 3-mandarine
- 4-melon
- 5-framboise

Devinette :
Nous n'irons plus au bois

100% logique :

Quel est le message : je t'aime
Couleur du mot : bleu est écrit en rouge
Le logo que Samir ne peut pas réaliser : réponse B
L'objet de loisir que cette image évoque : un cerf-volant
Trouvez l'intrus : la réponse est en lien avec le bruit qu'émet l'animal : le D
Lettre de l'alphabet qui a la même forme : le c C

Distance parcourue par le train : 920 KM

Pour avoir des renseignements sur les activités de l'association : predecheztoie@outlook.com
www.nyon.ch/agenda

Ces informations sont affichées sur la porte du local.
Vous pouvez passer les mercredis aux heures d'ouverture pour connaître les projets.

Loisirs créatifs

Jeudi 4 juin à 14 h 00



Rencontre café-thé et jeux de société

Les mardis de 9 h 30 – 11 h 30 au local



Activités intergénérationnelles

Les mercredis de 14 h 00 à 17 h 00 réservé aux filles dès 8 ans

Les vendredis de 15 h 30 à 17 h 30 accueil libre

Jass

Tous les jeudis de 10 h 00 à 12 h 00



Agape canadienne

Tous les vendredis dès 17 h 30 à 19 h 00



Massage assis

1 fois par mois avec Martine Roelant

(Voir dates au local)



Réunion groupe habitants 17h30

Jeudi 11 juin

Jeudi 20 août

Jeudi 10 septembre



Samedi 29 août 2026

Prochaine édition du journal

Fin septembre 2026

Editée par ?.....Surprise !



VIDE-
GRENIER

Samedi 12 septembre 2026

