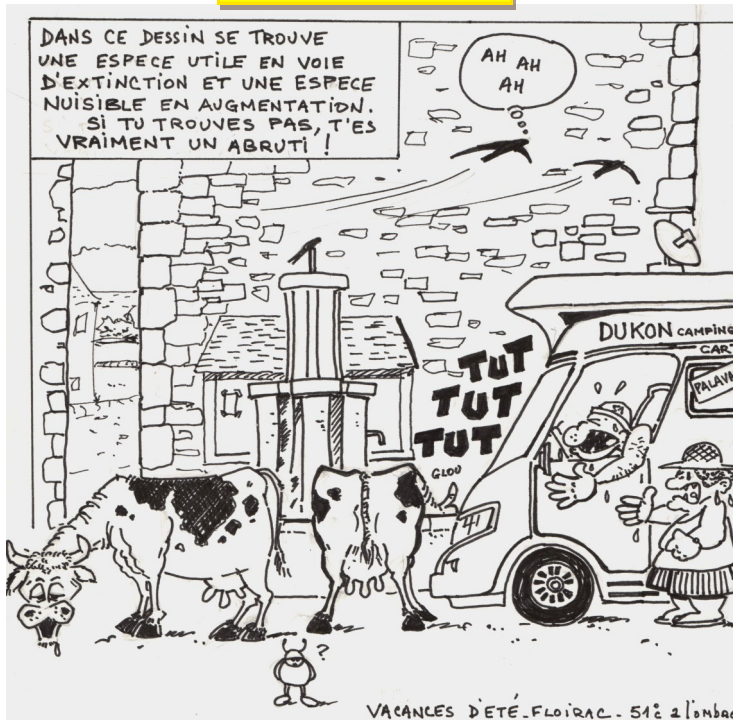


# Du côté de FLOIRAC...

## NUMERO 74

### DANS CE NUMÉRO :

|                              |   |
|------------------------------|---|
| Le mot du Maire (suite)      | 2 |
| Lettre ouverte               | 2 |
| Relations de voisinage       | 2 |
| Karité : bio Kankan          | 3 |
| Histoire de l'étrangère      | 4 |
| Nouvelles de la bibliothèque | 4 |
| A la rencontre de Pauline    | 5 |
| Évènements officiels         | 5 |
| Amours de fourmis            | 6 |
| Animations de l'été          | 6 |
| Travaux communaux en cours   | 7 |
| Animations du printemps      | 7 |
| Petites annonces             | 7 |
| Recettes de Chantal          | 8 |
| Astuces de Geneviève         | 8 |
| L'état civil                 | 8 |



Henri Bonnet Madin

## LE MOT DU MAIRE

**C**hers amis,  
 Nous sommes arrivés au terme d'une séquence électorale inédite dans l'histoire de la République : les élections présidentielles et législatives ont fait exploser un système certainement à bout de souffle, en renouvelant massivement notre personnel politique, et en faisant mentir, contre toute attente, la règle du bipartisme droite-gauche que l'on croyait automatique. Souhaitons la bienvenue à notre nouvelle Députée, Huguette Tiegna, qui entre en politique, et avec qui nous aurons désormais à travailler. Ce mouvement historique incarne aussi un phénomène générationnel. Ceux qui quittent le pouvoir aujourd'hui étaient déjà là, pour beaucoup, dans les années 80 ! Nos institutions ont en tout cas remarquablement fonctionné, là où d'aucuns prédisaient une cohabitation immédiate et l'impossibilité pour le Président de constituer une majorité gouvernementale. J'attire votre attention cependant sur un fait : les conséquences de ce « séisme » politique sont encore à venir... Je crois impossible d'en prendre la mesure aujourd'hui.



**T**out est mouvement. Einstein lui-même ne disait-il pas : « La vie c'est comme la bicyclette, il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre. » Notre pays avec son nouveau président avance aussi. De nouveaux paysages vont défiler sous nos yeux et, luxuriants ou arides, c'est vers ces nouveaux horizons que nous allons pédaler tous ensemble avec ce sentiment que tout bouge, souvent très vite. L'été, c'est aussi la saison du mouvement. Celui de la ville vers la mer, la montagne ou la campagne. Un déplacement qui pour certains se mue rapidement en immobilité quasi totale au soleil. Quoi de plus salubre que ce coup de frein pour se recentrer aux côtés de Pauline Rysermans ! Et si c'est au soleil, Anne Kandel vous conseille l'onguent protecteur et vous en raconte toute l'histoire.

Voici une autre particularité intéressante de cette saison. En été, nous devenons souvent un étranger quelque part. Accueilli à bras ouverts ou avec méfiance, adopté ou rejeté, chacun a sa perception de l'autre et celle de Suzy Faveur ne manquera pas de vous surprendre. Enfin, ici à Floirac, ce sont les exclamations des vacanciers, des touristes qui sont souvent pris d'une frénésie de photos (vive le numérique !), leurs commentaires très souvent fort positifs qui nous permettent de porter sur notre village un regard neuf nous faisant dire : « C'est vrai, c'est un bien beau pays et quelle chance nous avons de vivre toute l'année ici ! ».

Alix

## Le mot du Maire (suite)

Car c'est une révolution plus profonde qu'elle n'en a l'air. Une révolution qui combinera ses effets à ceux des réformes qui entrent juste en vigueur : non cumul des mandats, grandes Régions, consécration des inter-communalités toutes puissantes, fusion des Communes.... Slogan ou devise professionnelle dans les années qui viennent. Notre « minuscule » Commune de Floirac aura à trouver sa place au milieu des « géants », dans un paysage politique totalement renouvelé. Le « village » devra survivre à la mondialisation ! Je ferai tout mon possible, vous le savez, aux côtés des Conseillers municipaux, pour nous faire exister. Je dis bien « exister », car tel est l'enjeu pour notre commune. Exister, c'est obtenir les autorisations et les financements pour réaliser des choses concrètes : la restauration de la chapelle, l'embellissement de la place, l'aménagement d'une zone constructible par exemple... Exister, c'est aussi faire entendre la voix du monde rural à des parlementaires qui seront exclusivement tournés, désormais, vers le travail législatif à l'Assemblée.

... notre détermination à œuvrer pour notre village... ne faiblit pas.

Ainsi avons-nous eu l'honneur de recevoir en visite officielle, il y a quelques jours, le Ministre de l'Agriculture Jacques MEZARD. Une visite discrète, pour cause de campagne électorale, destinée à rencontrer les représentants des organisations agricoles lotoises. Le Ministre est venu en voisin et ami, et Floirac a tiré profit, sans tambours ni trompettes, du feu des projecteurs. Que Jacques MEZARD, aujourd'hui Ministre de la Cohésion des Territoires, en soit vivement remercié.

Chers amis, notre détermination à œuvrer pour notre village, et plus largement pour ce vieux Quercy qu'on aime tant, ne faiblit pas. Mais je l'affirme sans nostalgie : l'image que l'on a de ce monde appartiendra bientôt au passé.

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

Raphaël Daubet

### Lettre ouverte au Comité de Rédaction du Petit Journal au sujet de la transformation de la Tour

Merci, mille fois merci chers amis de la Rédaction du Bulletin de Floirac en Quercy, pour votre proposition d'aménagement de la Tour en vivarium aquatique ! Possédant depuis trois lustres un aquarium d'eau de mer dans mon grenier, je me propose d'offrir au village la totalité de mes précieux pensionnaires. Ce sera pour les enfants du cru et les visiteurs de passage une joyeuse distraction et une halte instructive. De plus, mon couple de sélaciens se reproduisant, l'oxygène dissous indispensable à leur croissance se raréfie malgré la grande capacité d'eau de leur très grand aquarium. Quel délice pour eux de barboter dans un château d'eau.... L'hébergement proposé par la mairie (que je salue particulièrement et chaleureusement, cela va sans dire), sera beaucoup plus adapté à leurs gracieuses évolutions. Je vous offre aussi l'abri en pierre du Causse qui sert d'habitation, assez luxueuse il faut l'avouer, au calmar et à la seiche que j'ai rapportés avec beaucoup de difficultés de mon passage dans l'Océan indien sur le bateau de Kersauson . Vous pourrez les adopter aussi... Pour le cœlacanthe, j'hésite à en faire don ; nous en parlerons

ensemble. Mes animaux fétiches s'entendent bien, as de souci pour quiconque ; hélas, leur féroce appétit m'oblige à leur fournir une grande quantité de sardines, turbots, soles et autres crevettes. Je vous invite donc à une partie de pêche sur mon bateau ancré au large de Terre Neuve ; le chaluts est assez grand pour remonter du menu fretin à profusion et les nourrir une bonne année. J'espère qu'il y aura quelques bons plongeurs parmi vous pour cueillir éponges, huitres perlières et cornichons de mer car je compte demander à notre maire la location du Cantou pour les garder bien en vie. Il faudra donc beaucoup d'éponges pour pallier des débordements intempestifs des contenants de cette friture aquatique.

Enfin, grâce à vous, mes chers petits requins d'amour quitteront l'obscurité des combles de ma demeure et seront sous la protection de Ste Jehanne d'Arc qui, peut-être, sans doute, assurément aurait bivouaqué sur le Cayrou quand elle boutait l'Anglais hors le Bon Pays de France. A bientôt votre réponse.

Jeanine Baurès

#### Info pratique

#### Mieux vivre avec son voisinage

#### Info pratique

**Les occupants et utilisateurs de locaux privés, d'immeubles d'habitation, de leurs dépendances et de leurs abords doivent prendre toutes mesures afin que les activités domestiques, de bricolage ou de jardinage réalisés à l'aide d'outils ou d'appareils bruyants, tels que tondeuse à gazon à moteur thermique, tronçonneuse, bétonnière, perceuse (liste non limitative) ne soient pas cause de gêne au voisinage. A cet effet, ces travaux ne sont autorisés qu'aux horaires suivants :**

- Les jours ouvrables de 8h30 à 12h et de 14h30 à 19h30
- Les samedis de 9h30 à 12h et de 15h à 19h
- Les dimanches et jours fériés de 10h à 12h

**Il en va de même pour les propriétaires ou possesseurs de piscine, ou d'animaux, qui doivent prendre toutes mesures propres à éviter une gêne pour le voisinage.**

*Extraits de l'arrêté préfectoral du 2 décembre 2009, articles 10, 11 et 12*

# Karité : de Kankan à Bio Kankan



Noix de karité..

La Savonnerie Bio Kankan utilise pour le façonnage de sa gamme de savons à froid un des meilleurs karités présents sur le marché de la cosmétique. Constituant l'essentiel du « surgras » (pourcentage d'huiles non saponifiées) du savon, celui-ci va nourrir

Tandis qu'au flanc des montagnes et sur les terrains plats, les noix sont plus grosses mais voient leur teneur en huile diminuer de 25%.

Le karité ou "arbre à beurre".

et apaiser même les peaux les plus sensibles, par le biais de ses actifs réparateurs.

Ce beurre de karité provient des plateaux de Haute-Guinée. Dans cette région, tous les facteurs sont réunis pour produire un fruit d'une teneur en huile très importante.

Le karité, anciennement « Buty rostermum parlati » et appelé aujourd'hui *Vitellaria paradoxa*, de la famille des sapotiers, est un arbre pouvant atteindre plus de 12 mètres de hauteur avec une moyenne d'âge de 50 ans de vie. Assez répandu en Afrique Occidentale, il retrouve son importance capitale dans la société grâce au beurre extrait de ses noix, pour un usage notamment culinaire. L'utilisation à des fins alimentaires des noix de karité remonte vraisemblablement au XIIe ou XIIIe siècle. Ces dernières, ramassées puis séchées, sont par la suite concassées afin d'en extraire le beurre.

**Les vertus écologiques du karité.** Le karité est une plante rustique. La performance de son système racinaire lui permet de s'adapter aux sols les plus difficiles. Ses racines tortueuses préviennent l'érosion et facilitent l'association avec d'autres cultures. En effet, des espèces utiles trouvent refuge dans ses racines les préservant des fortes températures et des cultures répétées. Aussi, le karité offre le gîte et le couvert aux disséminateurs et pollinisateurs. Il contribue ainsi au fonctionnement efficace de la jachère.

En République de Guinée, le karité existe de manière naturelle

**Les étapes de fabrication du beurre de karité.** Les noix sont tout d'abord ramassées. La récolte en savane, issue d'une cueillette sauvage, est stockée dans des sacs en toile de jute. Concassées puis broyées, elles sont par la suite lavées. L'opération est répétée pour les amandes qui vont ainsi être transformées en pâte dans un



Les amandes de karité ..

sont transformées en pâte.

chaudron en fonte. Enfin, le beurre est filtré puis conditionné.

**Un beurre non raffiné garanti issu du commerce équitable.**

Afin de préserver ses vertus et de restituer le beurre intact, celui-ci n'est pas raffiné. De plus il n'est ni désodorisé, ni blanchi.

**Une certification "commerce équitable"** garantit un nombre limité d'intermédiaires. Sur le lieu de production, un fond de développement est mis en place afin de soutenir le développement de l'activité et de la pérenniser, de renforcer le savoir-faire des productrices, généralement organisées en groupement de femmes, et permettre une amélioration sanitaire et sociale locale (accès aux soins, à l'enseignement, développement des initiatives locales, etc.). Le karité pourrait devenir un jour une ressource rare. Il est donc nécessaire, à travers une politique de gestion durable et équilibrée, de préserver ces ressources en soutenant le commerce d'un beurre de qualité, ne nécessitant pas de raffinage, et valorisant un mode de production artisanal et un savoir-faire précieux.



La majorité des karités vendus sur le marché des cosmétiques est désodorisée et blanchie. Pour cela, les industriels utilisent un solvant peu coûteux et neurotoxique dérivé du pétrole, l'hexane, avec lequel les beurres sont chauffés.

Ce processus élimine jusqu'à 90% des principes actifs. Or ce sont eux qui font du beurre de karité un produit extraordinaire.



dans deux régions sur quatre que compte le pays. Il s'agit de la Haute-Guinée (Mandiana, Siguiri, Kankan (tiens donc !), Kouroussa, Dinguiraye et Dabola) qui est considérée comme une zone de grande abondance. Tandis que la zone de petite abondance se situe en Moyenne-Guinée (Mamou, Dalaba, Pita, Lelouma, Mali, Koundara et Gaoul).

**La qualité du karité de Guinée.** La république de Guinée produit moins de beurre de karité que ses pays limitrophes. Mais la qualité en est supérieure à celle de ses voisins. Il est constaté que sur la crête des montagnes, les noix sont plus petites mais la teneur en huile est de 75% pour 25% de "déchets".



**Horaires d'ouverture de la savonnerie au public :**

**Tous les mardis de 10h à 11h30 et de 14h à 16h30.**

**Ouverture estivale les samedis de 15h à 18h,**

**juillet, août et septembre.**

**Les autres jours sur RdV. : 06.71.00.75.90.**

## HISTOIRE DE « L'ÉTRANGÈRE »

- Quelques années après ma naissance, mon père connut une étrangère récemment arrivée dans notre ville.
- Depuis le début, il fut subjugué par cette personne, si bien que nous en arrivâmes à l'inviter à demeurer chez nous.
- L'étrangère accepta et depuis lors elle fit partie de la famille.
- Moi je grandissais, je n'ai jamais demandé d'où elle venait, tout me paraissait évident.
- Mes parents étaient enseignants : ma maman m'apprit ce qu'était le bien et ce qu'était le mal et mon père m'apprit l'obéissance.
- Mais l'étrangère c'était une conteuse, une enjôleuse.
- Elle nous maintenait, pendant des heures, fascinés par ses histoires mystérieuses ou rigolotes.
- Elle avait la réponse à tout ce qui concernait la politique, l'histoire ou les sciences.
- Elle connaissait tout du passé, du présent, elle aurait presque pu parler du futur !
- Elle fit même assister ma famille à une partie de football pour la première fois.

Elle me faisait rire et elle me faisait pleurer.

- L'étrangère n'arrêtait jamais de parler, ça ne dérangeait pas ma maman.
- Parfois maman se levait, sans prévenir, pendant que nous continuions à boire ses paroles. Je pense qu'en réalité, elle était partie à la cuisine pour avoir un peu de tranquillité (Maintenant je me demande si elle n'espérait pas avec impatience qu'elle s'en aille).
- Mon père avait ses convictions morales, mais l'étrangère ne semblait pas en être concernée.
- Les blasphèmes, les mauvaises paroles, par exemple, personne chez nous, ni voisins, ni amis, ne s'en serait permis.
- Ce n'était pas le cas de l'étrangère qui se permettait tout, offusquant mon père et faisant rougir ma maman.

- Mon père nous avait totalement interdit l'alcool. Elle, l'étrangère, nous incitait à en boire...
- Elle nous affirmait que les cigarettes étaient fraîches et inoffensives.
- Elle parlait librement (peut-être trop) du sexe.
- Ses commentaires étaient évidents, suggestifs, et souvent dévergondés.
- Maintenant je sais que mes relations ont été grandement influencées par cette étrangère pendant mon adolescence.
- Nous la critiquions, elle ne faisait aucun cas de la valeur de mes parents, et malgré cela, elle était toujours là !
- Cinquante ans sont passés depuis notre départ du foyer paternel.
- Et depuis lors beaucoup de choses ont changé : nous n'avons plus cette fascination.
- Il n'empêche que, si vous pouviez pénétrer chez mes parents, vous la retrouveriez quand même dans un coin, attendant que quelqu'un vienne écouter ses parolotes ou lui consacrer son temps libre...
- Voulez-vous connaître son nom ?
- Nous, nous l'appelons ... Télévision !
- Il faudrait que cette belle histoire soit lue par tout le monde.

**Suzy Faveur**

ATTENTION !

- Maintenant, elle a un époux qui s'appelle Ordinateur...
- Un fils qui s'appelle Portable...
- Une fille qui s'appelle Tablette...
- Et un neveu pire que tous : Lui c'est Smartphone !
- Et ils se lient tous ensemble pour nous éloigner les uns des autres !



### Des nouvelles de la bibliothèque



- N'hésitez pas à contacter Zaza si vous recherchez un ou des livres ; elle peut le(s) commander. Une navette les apporte régulièrement.
- Avec Anne-Marie Daubet, elles pensent organiser des après-midi conte pour les enfants petits et grands. Elles nous communiqueront les dates (les conteurs sont les bienvenus).
- Contact : [biblio46municipale@gmail.com](mailto:biblio46municipale@gmail.com)



## A LA RENCONTRE DE PAULINE



Bonjour chers voisins,  
Voilà plus de 40 ans que mes parents m'ont fait découvrir le site de Rocamadour, le Gouffre de Padirac, les jeux de lumière au Château de Castelnau sans oublier le bal aux lampions avec son feu d'artifice du 14 juillet à la Bourgnatelle. Et oui, c'est donc petite

amoureuse de cette merveilleuse région du Lot. D'année en année je m'émerveillais toujours de la beauté naturelle que m'offraient les paysages et je me disais «plus tard c'est ici que je vivrai» ! C'est ainsi qu'il y a 6 mois la Vie m'a conduite jusqu'aux portes de Floirac où cette maison en pierre du pays, aux volets bleus m'attendait.

Mais qui suis-je ?

Je me prénomme Pauline et voici quelques mots de mon parcours.

Travaillant dans le secteur bancaire Belge depuis près de 30 ans, la vie me fait cadeau d'un « burn out \* » qui me conduit à prendre un virage à 180°. Mes compétences, tant professionnelles que relationnelles, m'ont toujours aidée à rebondir lors de situations délicates. En effet, je suis une personne dynamique, enthousiaste, à l'écoute, ayant la faculté de percevoir les sentiments sous-jacents inexprimés chez autrui ainsi qu'une faculté d'expression et d'anticipation des choses à mettre en place.

L'Être Humain ayant toujours été au centre de mes priorités, je me suis longtemps appliquée à mieux me connaître et à découvrir comment contribuer au mieux au

développement d'autrui; depuis 20 ans j'ouvre de nombreuses portes derrière lesquelles se dévoilent des techniques et des personnalités toutes aussi intéressantes les unes que les autres.

Aujourd'hui, je choisis d'offrir mon expertise à toute personne désireuse d'harmoniser sa Vie, d'oser entreprendre les changements nécessaires vers un mieux-être afin de vivre pleinement et consciemment ce moment magique qu'est l'instant présent. Aussi, je vous rencontre par une approche intuitive et multidisciplinaire, avec tout le respect et l'attention accordée à l'être unique que vous êtes et ce, en vous accompagnant par la méditation silencieuse et active, par le toucher, la relaxation, la visualisation, la pleine conscience, différentes techniques de PNL\*\* ou encore par le biais de conférences, formations ou ateliers. Formée également par Oliver Clerc, j'anime des Cercles de pardon qui favorisent la guérison du cœur en libérant celui-ci des couches de ressentiments, de rancune, de jugements ou de haine qui se sont accumulées et qui réduisent considérablement notre capacité à aimer. Il est important pour moi de transmettre et partager ce chemin (processus) auprès de toute personne animée du besoin d'aller vers un mieux être, en harmonie avec elle-même, les autres et la planète.

Au plaisir de vous rencontrer et éventuellement de faire un bout de chemin ensemble....

Pauline Rysermans  
Conférencière, formatrice thérapeute  
psychocorporelle  
06 76 65 99 79  
Pauline.zen@hotmail.be

\* syndrome d'épuisement professionnel

\*\*programmation neurolinguistique

## AUTRES RENCONTRES ET ÉVÈNEMENTS OFFICIELS !





*Dimanche 8 mai : les floiracois réunis, en souvenir*



*Dimanche 4 juin à Floirac, Jacques Mézard, Ministre de l'Agriculture, rencontrait... la profession agricole lotoise.*

## Ces « amours » de petites fourmis.....

7 conseils naturels de Stéphanie Mezeraï (Naturopathe) pour s'en débarrasser !

 **La première règle à observer** pour éviter d'attirer les fourmis est de **ne laisser en évidence aucune source de nourriture** telle que des miettes ou des aliments non emballés. 

**Une goutte d'huile essentielle de menthe dans les placards.** «Les fourmis n'aiment pas les odeurs fortes. Déposez une goutte d'huile essentielle de menthe ou de cannelle à chaque coin de placard. Attention à ne pas vous en mettre sur la peau et à n'en disposer qu'une seule goutte». Renouvelez environ une fois par semaine, dès que l'odeur disparaît ».



**Du citron sur le plan de travail.** « L'acide fort, comme celui du citron ou du vinaigre, va désorienter les fourmis. Elles ne s'approcheront donc pas des zones qui émettent ces odeurs. Diluez du citron dans de l'eau et lavez votre table ou votre plan de travail avec ce mélange. Vous pouvez aussi vaporiser du vinaigre blanc sur le plan de travail et l'essuyer avec un tissu en microfibre ».

**Du marc de café au fond de la poubelle.** « Placez-en à quelques endroits stratégiques, par exemple au fond de votre poubelle. Et aux pieds des plantes ? On peut être tenté de déposer du marc de café aux pieds des plantes, car il est un bon engrais et pourrait aussi éloigner les fourmis qui se promènent sur vos végétaux ».

**« Mais la présence de ces insectes dans vos plantes ne constitue pas un danger pour elles, au contraire ! En effet, "elles mangent les pucerons et s'avèrent donc bien utiles pour le fonctionnement de l'écosystème ».**

**Un trait à la craie sur le balcon.** « Sur votre balcon ou sur votre bord de fenêtre, tracez simplement un trait avec une craie. Renouvelez-le dès qu'il pleut. Les fourmis n'aiment pas du tout la craie ! Elles ne franchiront donc pas la barrière que représente ce simple trait ».

**Des bâtons de cannelle.** Dans vos placards, placez simplement quelques bâtons de cannelle. Vous pouvez aussi déposer des feuilles de sauge, dont l'odeur déplaît aux fourmis.

 **Des plantes aromatiques aux fenêtres.** « Placez des plantes aux fortes odeurs sur votre balcon ou sur le bord de votre fenêtre, par exemple du basilic - qui éloignera les moustiques par la même occasion - ou des pieds de menthe bien forte ». 

## FÊTES ET ANIMATIONS À VENIR DANS LES PROCHAINES SEMAINES :

☞ **Du 1<sup>er</sup> au 14 juillet 2017 : exposition vente des peintures de Joseph SIK** à la chapelle St Roch ♦

☞ **Vendredi 14 juillet 2017 : fête nationale et fête du pain** avec feu d'artifice à Pouzals ✕

☞ **Du 15 juillet au 15 août 2017 : exposition des collections de floiracois** à la chapelle St Roch ♦

☞ **Mardi 18 juillet 2017** de 8h45 à 12h : « **de la source au lavoir** » : patrimoine et usages de l'eau à Floirac (ENS)

☞ **Mercredi 26 juillet 2017** de 9h à 15h : **rencontres autour du four à pain des Nouals (ENS)**

☞ **Mercredi 26 juillet 2017** à partir de 18h : « **marché des gourmets** » sur la place du village (16 producteurs et artisans) ✕

☞ **Lundi 7 août 2017** de 8h45 à 12h : **le greffage, un savoir-faire à transmettre (ENS)**

☞ **Lundi 7 août 2017** au Cantou à 21h : « **Accord' Orient** »Tango Oriental (Festival de St Céré)

☞ **Mardi 8 août 2017** au Cantou à 21h **Xavier Renard et ses musiciens en concert** : libre participation ♦

☞ **Mercredi 9 août 2017** à partir de 18h : "marché des gourmets" sur la place du Village (16 producteurs et artisans) ✕

☞ **Du 16 au 31 août 2017 : exposition vente des peintures de Patrick BIBERSON** à la chapelle St Roch ♦

☞ **Vendredi 18 août 2017 : découverte de la biodiversité des bords de Dordogne (ENS)**

☞ **Judi 24 août 2017** à 20h30 à l'église St Georges : **concert classique et chœur**

(dans le cadre du Stage de chant de Pays de Martel en chœur)

☞ **Vendredi 25 août 2017** de 19h30 à 23h : **à la rencontre des chauves-souris (ENS)**

☞ Seront également proposés en Juillet et Aout : dates, lieux et heures à préciser

(en fonction du temps et des demandes) :

☞ **Ateliers créatifs pour enfants (avec goûter offert par l'AASF) ♦**

☞ **Découverte de l'escalade sur un rocher de Floirac (avec moniteur diplômé et équipements fournis) ♦**

☞ **Découverte de la spéléologie dans une grotte du causse de Gramat (avec moniteur et équipements fournis) ♦**

☞ **Découverte du Stand up Paddle (planche à pagaie) sur la Dordogne (avec moniteur et équipements fournis) ♦**

☞ **Dimanche 10 septembre 2017 : tournois de babyfoot et pétanque et pique-niques**  
sur le terrain de boules ☉

ENS : Espace Naturel Sensible tel : 05 65 53 40 00

☉ Association de la Vieille Mairie tel : 05 65 32 54 10

✕ Comité des Fêtes : tel : 06 11 59 16 45

♦ Association pour l'Animation et la Sauvegarde de Floirac tel : 06 81 53 81 74

## DERNIERS TRAVAUX EN COURS AU VILLAGE



*Maison des associations : branchement au tout à l'égout    Pouzals : branchements en cours, hangar agrandi de 61m<sup>2</sup> et , un crépi pour la savonnerie*

## LES ANIMATIONS DU PRINTEMPS DES ASSOCIATIONS LOCALES



*Dimanche 2 avril : succès inespéré du vide grenier*



*Mardi 9 mai : un cirque très participatif*



*Dimanche 14 mai : 1ère rando «la floiracoise» : 67 VTT*



*Dimanche 14 mai : «la floiracoise», 103 randonneurs pédestres*



*Samedi 27 mai : Algana, très beau concert contrebasse et flûte*



*Samedi 24 juin : feu de la St Jean et fête de la musique*

## PETITES ANNONCES LOCALES GRATUITES

### PROPOSITION DE POULETS CUISINÉS :

**LA POULETTE GOURMANDE** sera présente sur la place de la mairie de Floirac, le dimanche matin de 10h à 12h :

- ☛ Les 2, 16 et 30 juillet 2017
- ☛ Les 13 et 27 août 2017



### COUPE DE BOIS :

**Un floiracois recherche** coupe de bois de chauffage, chêne du causse de préférence et accessible. Le contacter pour proposition et modalités au **06 88 60 49 15** ou **floiracois@gmail.com**



## Les recettes de Chantal ....



**Les tomates de toutes les couleurs : rouges, vertes, noires, roses, jaunes, zébrées.**

**Et de toutes les formes : rondes, pointues, cornues, en forme de cœur, de poire...**

C'est dans les Andes péruviennes que la tomate trouve son origine. Elle était cultivée par les Incas depuis le XIIème siècle, puis s'est répandue jusqu'au Mexique où le conquistador Hernán Cortés la découvre et la rapporte au début du XVIème en Espagne puis en Italie. En France, jugée non comestible, sa plante est reléguée au rang des curiosités médicinales et ornementales. En 1790, les provençaux, montés à la capitale pour la fête de la Fédération auraient fait connaître le fruit aux Parisiens.

**La tomate est un trésor d'équilibre, riche en vitamines, oligo-éléments, sels minéraux et fibres si bénéfiques à la santé. La tomate est un aliment diététique, très riche en eau et très pauvre en calories. Elle est classée dans les aliments anti-cancer selon l'institut américain.**

**Plus de 3800 variétés de tomates sont actuellement inscrites dans la base européenne des variétés de semences. En France 480 variétés sont inscrites au Catalogue officiel des espèces. Elle est cultivée dans de nombreux pays du monde et sous**

**divers climats, y compris dans des régions relativement froides grâce au développement des cultures sous abri.**

**La Chine est de loin le premier producteur mondial, 50,5 millions de tonnes, suivie par l'Inde, les Etats Unis, la Turquie, l'Egypte et l'Iran produisant plus de 5 millions de tonnes chacun. Considérée globalement, l'Union européenne se placerait au deuxième rang avec 15,3 millions de tonnes.**

**Un ménage français (2 - 3 personnes) en consommerait 15 kg par an.**

### Pour égayer vos apéritifs : SUCETTES DE TOMATES AU SESAME

☛ Pour une vingtaine de sucettes : 1 barquette de tomates « cerise », 10 c. à soupe de sucre, 1 grosse c. à soupe de graines de sésame et des piques en bois.

☛ Piquer chaque tomate avec une pique en bois.

☛ Transformer le sucre en caramel blond, verser les graines de sésame, mélanger puis enrober chaque tomate et les déposer sur un papier sulfurisé légèrement huilé. tranches circulaires.

☛ Laisser reposer quelques minutes afin que le caramel refroidisse et durcisse.

### POULET MARINE AU CITRON, TOMATES ROUGES

• Pour 4 personnes : 4 cuisses de poulet fermier, 1 gros citron bio, 1 c. à soupe rase de gros sel, 4 c. à soupe de sucre, 10 feuilles de sauge, 1 grosse poignée d'olives noires «à la grecque», 5 belles tomates rouges, 1c. à soupe rase de miel d'acacia, 2 c. à soupe d'huile d'olive et du poivre.

• Préparation : détailler le citron en 8 quartiers.

• Déposer dans un plat à bords haut le gros sel et le sucre. Verser 1,5 cm d'eau et mélanger. Déposer les cuisses du poulet avec les quartiers de citron. Recouvrir d'eau et placer au frais pendant 3 heures.

• Avant la cuisson : égoutter le poulet et le citron.

• Dans une cocotte faire chauffer l'huile, le miel et presser 2 quartiers de citron.

• Lorsque le mélange est bien chaud, déposer les cuisses et le citron restant. Faire revenir sur toutes les faces, poivrer. Ajouter les olives noires préalablement bien dessalées. Parsemer de feuilles de sauge. Baisser le feu et couvrir. Au bout de 10 minutes ajouter les tomates coupées en gros quartiers. Poursuivre la cuisson 25 minutes.



## Les astuces de Geneviève

### LES PETITES BÊTES DE L'ÉTÉ :



☛ En prévention des **piqûres de moustiques**, frottez la peau exposée avec une tranche de citron et si malgré tout vous êtes piqués, appliquez du dentifrice, il fait merveille.

☛ Les **mouches** resteront éloignées si vous placez sur la table familiale quelques quartiers de citron, piqués de clous de girofle

☛ Les **guêpes** n'aiment pas l'odeur du cuivre, parsemez la table de quelques pièces d'1 ou 2 centimes, elles ne viendront pas.

☛ Pour tenir les **guêpes à distance** pendre au fond du jardin un récipient dans lequel vous aurez mis un sirop très sucré.

☛ Pour éloigner les **fourmis** saupoudrez de cannelle leur lieu de passage.



### BOUTEILLE FRAÎCHE

Le vin blanc n'est pas au frais et les invités seront bientôt là !! Pas de panique ! Emballez vos bouteilles dans du papier ménage très humide et placez 20mn au congélateur. Quand vous sortirez vos bouteilles, l'eau solidifiée sur le papier va fondre et votre vin sera frais.



### Naissance

**Magali CHEYROU, Raphaël DAUBET** et leurs enfants sont heureux de vous faire part de la naissance de **Thomas** le 26 juin 2017 à Brive. La rédaction adresse ses félicitations aux heureux parents.



### Etat civil

**Mme Gisèle LEGRAIN (née DELISLE)** décédée le 11 Avril 2017 à l'âge de 85 ans  
**Mme Marcelle CÉRÉ (née DESAUBRY)** décédée le 15 Mai à l'âge de 81 ans.  
**Mme Blanche LACAZE (née TOUZÉ)** décédée le 7 juin 2017, à l'âge de 87 ans.

La rédaction s'associe au deuil des familles.

### Décès