



Ils ne savaient pas que c'était impossible, alors ils l'ont fait. . *M.Twain*

Le café associatif *l'Embarqu'* s'est créé en Tournugeois suite aux mobilisations des habitants ces dernières années. C'est avant tout un lieu chaleureux de rencontre, d'échanges, de création, où chacun est libre de venir, observer, se poser, participer, enrichir le lieu. Mais point d'obligations, on peut boire un café, lire un livre, causer, participer à un atelier, monter un projet, proposer des alternatives sociales, lutter contre le réchauffement climatique...ou danser.

L'Embarqu' rive gauche, quai Bardin à Tournus vous accueillera avec grand plaisir dès que cela sera possible.

Petites nouvelles du front de Saône



Enfin ! Le café associatif accouche d'une feuille de chou. Dans la joie. Mais pourquoi dans les choux et pas dans les roses et qui est

donc la parturiente ?

Trêve de balivernes.

Dans cette période de confinement, confits et déconfits, nous bayons aux corneilles après avoir découvert les affres du travail manuel.

De longues séances de yoga, Qi Kong, Tai-chi, méditation transcendante et sacerdotales (!) et autres recettes nous seront nécessaires pour oublier la dure réalité de la classe laborieuse.

Grand merci à ceux et celles qui ont cassé, limé, scié, perforé, mesuré, peint. Michel Ange n'aurait pas fait mieux !
Prochaine étape : réalisation d'une toilette sèche



Photos : Claude S.



Poème de papier de Claire S.

Diverses infos et initiatives

- Travailler ensemble pour la santé à Tournus <https://ledefi.de-tournus.com/accueil/>
- le Zapping de Tournus <https://ledefi.de-tournus.com/zapping>

Et bientôt .au Café Associatif, conférences, débats, atelier chants, danse, cuisine et autres...., sans oublier les spectacles vivants et le bistrot pour se rencontrer, se divertir, s'informer...

Pour contribuer à la prochaine infolettre, envoyez vos textes, photos, etc... à l'adresse mail suivante :

cafeassociatif.lembarqu@gmail.com

Vos articles et commentaires sont les bienvenus.

Recette du Kitchdi plat indien végétarien

Pour vous mettre l'eau à la bouche, les papilles au supplice, la serviette autour du cou et les babines toutes mâchurées, ci-dessous une recette d'Annie D.

Pour 4 personnes

- 1 verre de Riz
- 1 verre de lentilles
- 2 carottes
- 2 poireaux
- 1 cs d'huile de coco ou d'olive

mélange d'Épices

- 1 cc Curcuma
- 1 cc Graines de coriandre
- 1 cc Cardamone
ou 2 capsules
- 1 cc Cumin en graines
ou 1,5 cc en poudre
- ½ cc Gingembre
ou 2 cm de racine

Éplucher les carottes, bien rincer les épluchures et les mettre dans un petit faitout ou casserole. Retirer le pied du poireau, couper le vert (jeter, ou si le pied n'est pas trop sale, le rincer et le mettre dans le faitout). Puis retirer la 1^{ère} peau et la placer avec les épluchures de carottes. Couvrir d'eau, 2 feuilles de laurier ou autres plantes aromatiques. Porter à ébullition.

Pendant ce temps, dans une sauteuse) faire fondre la matière grasse, puis ajouter les épices sans mélanger à la matière grasse, nécessaire les épices ne doivent pas brûler.



poêle, (ou une sauteuse) faire fondre la matière grasse, puis ajouter les épices sans mélanger à la matière grasse, nécessaire les épices ne doivent pas brûler.

Sur feu moyen, ajouter le riz et les lentilles bien remuer, afin que chaque aliment se mêlent les uns aux autres, une belle odeur devrait déjà s'évaporer. Baisser un peu le feu et mouiller avec une louche de votre bouillon d'épluchures. Renouveler l'opération. Puis ajouter les légumes, bien remuer de bas en haut, afin d'obtenir un équilibre parfait entre tous les aliments. Remouiller avec 2 louches de bouillons, baisser le feu sur doux et couvrir. Surveiller et ajouter du bouillon si

En direct de son jardin, les conseils de Daniel



*Jardin suspendu.
Mini carré très productif
pour éviter de se plier*

En mai fais ce qu'il te plaît.

Tout le monde connaît cet adage.

Pour le mettre en pratique au jardin cela peut signifier que tu peux tout semer, plus de risque de gel.

Mais...

Le réchauffement climatique est passé par là.

Les animaux les plantes s'adaptent tout doucement

Les vieux les traditionnels appliquent ça.

Les rurbains voyant le beau temps plantent les haricots en avril... incroyable !

Qui a raison?

Combien de temps faut il pour créer, modifier un dicton ?????

Le collectif 'jardinage' peut démarrer dès maintenant, malgré le confinement. Merci de m'envoyer vos coordonnées à : villerot.daniel@wanadoo.fr



Quelques adages

'Dieu se rit des hommes qui déplorent les effets dont ils chérissent les causes. 'Bossuet

'Il n'existe que 2 choses infinies, l'univers et la bêtise humaine.... mais pour l'univers, je n'ai pas de certitude absolue.' Albert Einstein

'La preuve que la lune est habitée, c'est qu'elle est éclairée'. Francis Blanche