

Chante printemps
L'oiseau batifole
L'herbe folle sourit
La fleur endormie
S'étire gaiement
Chante printemps

Michèle Mahé, Adjointe chargée des affaires sociales.

Les reconnaissez-vous ?



Photo des classes de 1969

Agenda du Jardinier :

- **Au jardin d'ornement** : Plantez plusieurs pieds de lavande en plein soleil, à proximité de vos rosiers pour éloigner les pucerons.
Forcez le muguet sous une cloche ou un voile s'il est un peu en retard pour qu'il soit en fleurs au 1er mai.
- **Au potager** : Repiquez des œilletons, des rejets prélevés au pied des artichauts pour les renouveler en les espaçant d'au moins 80 cm.
Semez de la ciboulette directement en place dans une terre légère, en recouvrant légèrement les graines
- **Au verger** : Sortez les agrumes et les plantes méditerranéennes cultivés en pot une fois les dernières gelées passées.

Veici les Plaous ben amarreu

Parlons un peu des « *Plaous* », si vous le voulez bien. L'origine et le sens de cette dénomination restent d'ailleurs assez obscurs. Faut-il y voir le mot « *plouc* », surnom péjoratif de personnages maladroits à l'esprit lourd ? Rien n'est moins sûr, puisque les Guignenais semblent avoir accepté l'appellation de bonne grâce, s'en parant volontiers pour se différencier des « *hors-venus* », ceux qui ne sont pas du pays. Alors ? Alors, le mystère subsiste, tout autant que la tradition. Et, l'on rappelle qu'on disait autrefois :

*Les Plaous de Guignen ont vendu le bon Dieu pour une galette.
Les innocents de Saint-Senoux l'ont racheté pour cent sous.*

Mais surtout, un refrain chanté localement, en particulier par les conscrits, affirmait sans détours :

<i>Veici les Plaous ben amarreu</i>	c'est-à-dire :	Voici les solides Guignenais
<i>C'est à chaqu'un de s'cartailleu.</i>		Chacun doit leur céder la place.
<i>Les siens qui s'cartailent pas i gobent :</i>		Ceux qui ne le font pas, il leur arrive des bricoles :
<i>On lou fout l'cul dans la rigole.</i>		On leur fout le cul dans la rigole.

Au reste, les Plaous étaient bien entourés, ayant pour voisins immédiats les *Lichoux* de Lohéac, les *Bourdons* de Baulon, les *Pobiers* de Lassy, les *Meurdeux* de Mernel et les *Loups* de Saint-Senoux. Ou encore, portant leurs regards un peu plus loin, les *Parfaits* (ironique) de Bovel, les *Broussais* de Bruz, les *Coucous* de Lieuron, les *Pahous* de Messac, les *Groussières* de Maure, les *Taquenaous* de Maxent, les *Patrons* de la Noë-Blanche, les *Gros Penards* de Pancé, les *Bobiâs* de Pipriac et les *Sangliers* de Teillay.

Aujourd'hui, tout ça fait partie du folklore, car les rivalités ancestrales se sont naturellement estompées dans la seconde moitié du XX^e siècle. Et, c'est tant mieux, puisqu'au seuil du XXI^e, l'heure est au regroupement de cantons au sein de nouvelles entités appelées « *pays* ». Au moment où les communes cherchent à unir leurs forces et leurs potentialités, pour faire plus et mieux, on imagine mal, en effet, leurs ressortissants se traiter avec élégance de *Culs pelés* (Hédé) ou de *Poux merdeux* (Pleumeleuc). Et l'on peut dire que, si la tradition y a beaucoup perdu, le bon goût y a parfois gagné.

Le sommeil est notre meilleur allié

Le sommeil régulier est primordial pour une bonne santé. Il permet de construire des apprentissages, renforcer la mémoire, mettre en veille certains organes.

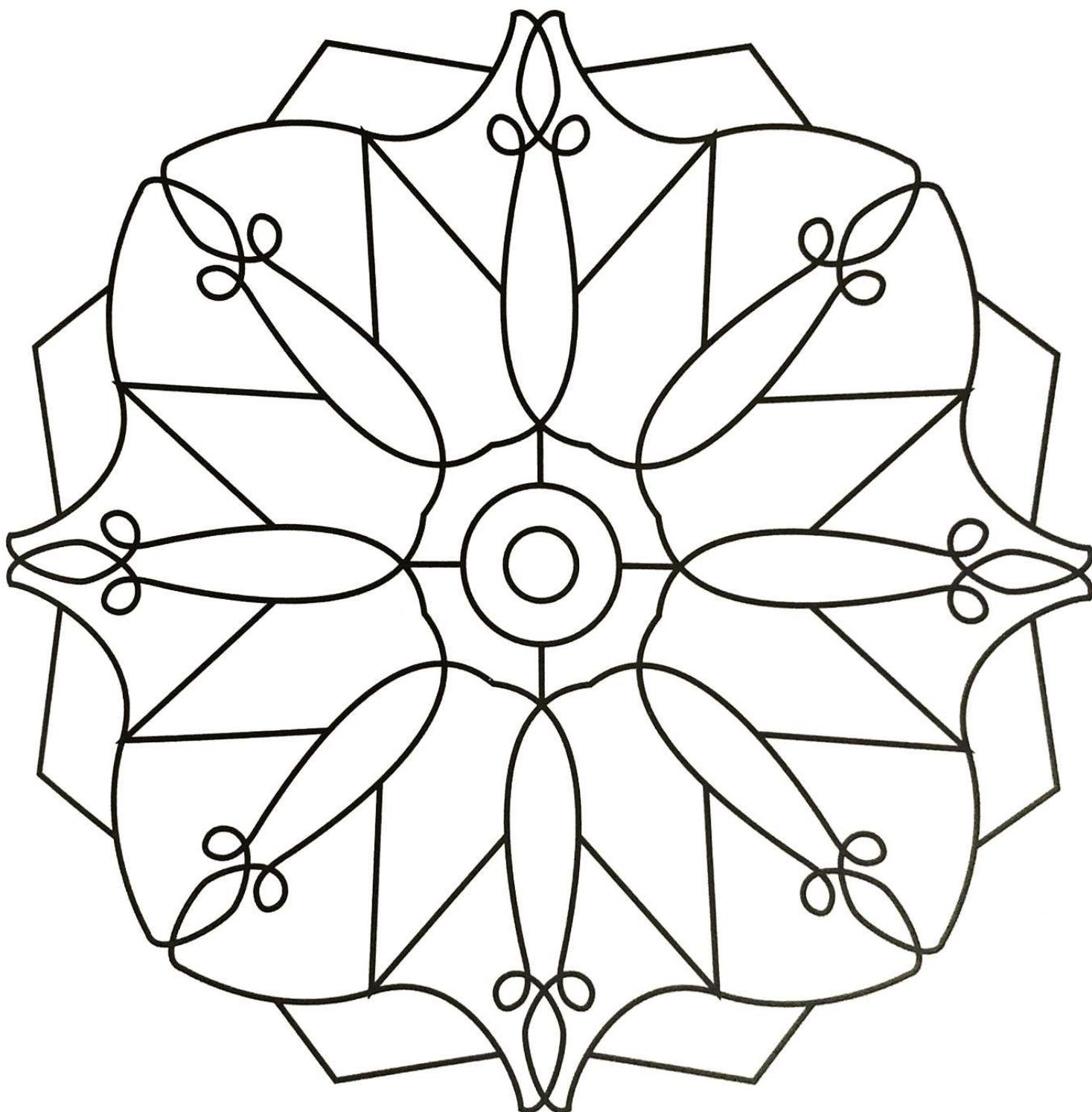
Un manque de sommeil engendre des conséquences non négligeables : risques plus importants de surpoids, de faire des infarctus, des AVC, de dépressions, plus de sensibilité aux infections virales.

Que faire pour mieux dormir ?

- Dormir de façon régulière, se lever si possible à la même heure tous les jours, dormir le nombre d'heures nécessaires à nos besoins entre 7 et 9h,
- Éviter alcool et tabac le soir, les écrans et le sport après 18h,
- Ne pas surchauffer la chambre.

Reconstituer les Proverbes en trouvant la partie manquante

1. tous les chats sont gris
2. ont toujours tort
3. jour suffit sa peine
4. ciel t'aidera
5. vient en mangeant
6. le beau temps
7. ne fait pas le bonheur
8. les grands remèdes



Gâteau au chocolat

250 g de chocolat pâtissier
1 sachet de sucre vanillé
150 g de beurre
3 œufs
150 g de sucre
60 g de farine
sel



1. Faire fondre le chocolat cassé en morceaux avec le beurre.
2. Pendant ce temps , battez les œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
3. Ajoutez la farine, le sucre vanillé et le chocolat fondu.
4. Versez le tout dans un moule et enfournez à 180° th 6 pendant 15 minutes.

Hello le soleil brille - Annie Cordy



Hello le soleil brille brille brille
Hello tu reviendras bientôt
Là-bas dans ton village
Au vert cottage
Plein de chants d'oiseaux

Hello le soleil brille brille brille
Hello chez toi l'amour t'attend
Là-bas fuyant le monde
Veille une blonde
Qui brode en riant

Hello le soleil brille brille brille
Hello tu reviendras Johnny
Là-bas où sont ta mère
Ton bon vieux père
Et tous tes amis

Hello le soleil brille brille brille
Hello le lilas fleurira
Là-bas dans ton Écosse
Le jour des noces
De ta sœur Anna

Accroche-toi quand l'orage
va gronder
A l'espoir qui te fait marcher
Il faut lever la tête en chantant
Car la victoire aime les cœurs
ardents

Hello le soleil brille brille brille
Hello te voici de retour
Là-bas c'est ton village
Au vert cottage
Où t'attend l'amour

Hello le soleil brille brille brille
Hello siffle d'un cœur joyeux
Là-bas la vie entière
Dans ta chaumière
Tu vivras heureux.

Solutions du jeu

1. La nuit tous les chats sont gris
2. Les absents ont toujours tort
3. A chaque jour suffit sa peine
4. Aide-toi, le ciel t'aidera
5. L'appétit vient en mangeant
6. Après la pluie, le beau temps
7. L'argent ne fait pas le bonheur
8. Aux grands maux, les grands remèdes