



Le Grain d'Sel est un journal d'information collaboratif destiné aux habitants de l'île-de-Ré. L'objectif est de partager l'information et d'initier réflexions et échanges. Une idée de sujet ? Contactez la rédaction par courrier ou par mail : associationlegraindesel@gmail.com
Pour aller plus loin... la version web, contenant le sondage en ligne, sera disponible début novembre : journal-graindesel.fr



PAROLE DE CHIEN

Le blues du chien

J'ai la haine ! Ma copine m'a quitté après trois ans de relation amoureuse. Elle est partie avec Black, un Setter anglais bellâtre et plus jeune que moi... L'ingrate ! Après toutes les promesses qu'elle m'avait faites et les friandises que je n'ai pas mangées pour les lui offrir. Finies les escapades joyeuses sur la plage, les gamelles d'eau partagées et les regards complices. Devant mon désarroi, ma maitresse m'a dit : « Ne t'en fais pas, une de perdue et dix de retrouvées ! ». Mais qu'est-ce qu'elle veut que je fasse de dix copines ? J'ai déjà du mal à en garder une... De toute façon, pas question de me laisser abattre et de montrer à l'infidèle et son cabot ma souffrance. Passés les deux premiers mois à me morfondre en écoutant du fado sur mon smartphone, j'ai fini par m'inscrire à un club de rencontres et dans la case « personne que vous souhaiteriez rencontrer », j'ai écrit « louve »... Il paraît que les louves sont fidèles, je l'ai lu dans un magazine chez le « docteur chien ». Au fait, est-ce qu'il y a des louves sur l'île ?



BILLET D'HUMEUR

Pas une assemblée d'association environnementale sans l'intervention de donneurs de leçon (toujours les mêmes) qui viennent stigmatiser le tourisme. Tout est prétexte à brandir l'épouvantail du « tourisme quantitatif » et ses hordes d'envahisseurs qui mettent à mal la qualité de vie des rétais et explosent tous les compteurs de la « capacité d'accueil », bla, bla, bla... Faut-il rappeler que beaucoup de famille vivent du tourisme qui, quoi qu'on en pense, reste la première ressource économique de l'île ? Grâce au tourisme, nous avons une offre variée de commerces, de beaux marchés, des festivals, des animations, des espaces naturels préservés, un réseau important de pistes cyclables. Quant à l'expression « tourisme de qualité », je ne sais pas ce que cela signifie et je ne suis pas sûre d'avoir envie de le savoir. Attention à ne pas faire de l'élitisme car on risque d'y perdre en authenticité. L'île de Ré doit rester une destination familiale à l'image de ceux qui y vivent. Un touriste me disait récemment qu'en trente ans, l'île avait perdu de sa simplicité... À méditer. L.B



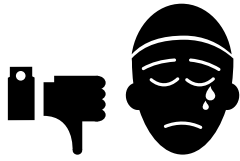
LE SAVEZ-VOUS ? Vous et l'offre locative sur l'île de Ré ?

Votre avis nous intéresse ! Si vous étiez propriétaires tenteriez vous la location longue durée ?

La location vide offre une meilleure sécurité quant à la perception des loyers, le turn-over des locataires étant moins élevé. Ce qui réduit également les frais de gestion et d'entretien. Mais la location meublée est souvent considérée comme plus rentable. Les loyers sont plus élevés, la durée du bail peut être plus courte et la fiscalité plus favorable. Cependant le rendement peut être grevé par des changements de locataires plus fréquents, un risque de vacance locative plus élevé et un entretien plus onéreux. Que vous soyez propriétaire ou locataire voici au moins 3 questions dont vous devriez connaître les réponses :

- 1 - Quand finit la trêve hivernale ?** ① le 28 février ② le 15 mars ③ le 31 mars ④ le 15 avril
- 2 - Quel organisme contacter en cas de logement insalubre ?** ① l'Agence intercommunale de la santé ② l'Agence régionale de la santé ③ l'Agence départementale de la santé
- 3 - Lequel de ces documents un bailleur ne peut pas demander à son futur locataire ?** ① son RIB ② son relevé de compte bancaire ou postal ③ son dernier avis d'imposition

Pour répondre à ces questions et donner votre avis, écrivez nous à : associationlegraindesel@gmail.com ou laisser un mot dans la boîte aux lettres de l'association.



L'HUMEUR DU CYCLISTE

Ni content, ni pas content, le Cycliste est triste...

**Il y a de sales mois d'août
comme ça !**

Sales comme de mauvais rêves qui font dire au Cycliste qu'une partie de « son » île de Ré s'en est allée en pleine nuit tandis que la saison touristique tirait à sa fin. Sales comme de mauvais rêves qui lui laissent à penser que les choses ne seront désormais « jamais plus comme avant » du côté des Baleines ! « Son » île de Ré, faite de petits moments simples partagés par exemple sur la terrasse d'un restaurant avec le grand phare comme vigie. Là où le Cycliste aimait prendre un café, lire le journal ou bavarder librement avec des gens simples et sympas. Ces petits moments auxquels nous ne prêtons pas suffisamment attention tant ils sont simples justement et semblent éternels. Mais toutes les choses ont une fin. Ayant appris la sale nouvelle, le Cycliste posa comme souvent sa monture d'acier sur la digue, avec le café du Phare en contrebas. Il regarda l'océan en pensant à ce cher Didier. Des larmes coulèrent sur sa joue alors qu'il cherchait l'horizon et un souvenir de cet homme parti bien trop tôt. Mais l'horizon n'est pas fait pour être atteint et Didier n'est désormais plus là. Ce n'était donc pas un mauvais rêve en ce sale mois d'août 2018 ! Le Cycliste est (très) triste... et il n'est pas le seul ! Merci cher Didier pour ces nombreux moments simples.



LA BELLE ASSIETTE

Avez-vous remarqué la nouvelle tendance lorsque vous dînez au restaurant ? Nos congénères semblent plus attirés par le visuel de leur assiette que par le goût des mets proposés. Au moment où je me saisis de ma fourchette et de mon couteau, mon convive dégage son Smartphone et clic ! Le plat est dans la boîte et prêt à être expédié à la famille et aux amis via internet. Ils vont baver devant tant de beauté ! Et là, je reste coite... Comment peut-on envoyer à ses amis la photo de son déjeuner ? J'interroge ma voisine Psychologue qui me fait un cours sur le narcissisme ce qui ne me rassure en rien. Espérons que la réputation de la cuisine française ne va pas se réduire à l'art de disposer une carotte nouvelle et deux morilles avec un trait de sauce rouge ou verte... ou jaune à côté d'un dos de maigre joliment caché sous un lit de condiments dont le nom est aussi obscure que l'apparence. Si cette tendance devait perdurer, les cuisiniers devront-ils arrêter de mitonner des pots-au-feu et des chaudières de poissons au prétexte que ces plats ne seraient pas « photogéniques » ? En fait, la bonne question est de savoir s'il y a une limite à la bêtise et là j'ai bien peur que la réponse soit... non ! **L.B**

LES PETITS CAILLOUX

Si Ars a Nathalie Baye, Les Portes Fabrice Luchini et Loix Laurent Deutsch ; sachez, Villageoises et villageois, que nous avons aussi notre vedette : le petit Poucet. Si, si, je l'ai repéré la semaine dernière ou plutôt sa maison, cachée au cœur du hameau des Doraux. En effet, difficile de ne pas remarquer le parterre de pierres joliment disposées à même le sol le long de l'habitation. Une véritable œuvre d'art en forme de ronds, de croissant de lune, d'ancre marine, de pointillés. Tant d'abondance de cailloux sur un si petit périmètre m'incite à penser que le petit Poucet fait des provisions car il craint peut-être de se perdre à nouveau en forêt. En tout cas, espérons que l'ogre ne lise pas notre petit journal sinon, il pourrait chausser ses bottes de sept lieux et, en quatre enjambées, venir de la Rochelle dévorer notre petit Poucet... Mais alors, que ferions-nous de tous ces beaux cailloux ? Un mausolée à la gloire de notre héros local ? **Matesi**



Jeune, ancien ? Vous connaissez quelqu'un dont le parcours est lié à la mémoire ou à la vie du village ?
N'hésitez pas à nous suggérer des noms, nous nous ferons un plaisir d'en dresser le portrait.

Contactez la rédaction : associationlegraindesel@gmail.com

MARION, TRANSMETTRE AVANT TOUT

Portrait de Marion Silhol



Marion Silhol est née le 27 août 1949 à Amiens.

Fille de Camille Buelens et de Simone Hermann, elle passe sa prime jeunesse au « petit Saint Jean », quartier champêtre à la périphérie d'Amiens où elle fait ses études primaires. Puis, déménagement à Paris où son père installe son entreprise de peinture. Elle poursuit ses études au lycée la Fontaine et termine son cursus scolaire avec une licence d'anglais à la Sorbonne. En 1971, après une première expérience professionnelle dans le secrétariat qui ne la satisfait pas, elle s'inscrit au cours de théâtre de Guy Vassal qui officie dans un temple protestant du 16^e arrondissement. C'est la révélation. Dès 1972, elle monte un cours de théâtre à l'école Saint-Thomas d'Aquin dirigé par Monseigneur Di Falco et, en même temps, un cours dans une école de Meudon. Elle épouse, en 1976, Olivier Silhol qu'elle connaît depuis le cours de Guy Vassal. Ils auront trois enfants : Nicolas, Perrine et Laura. Marion décide alors de se consacrer à sa famille tout en continuant d'animer des ateliers de théâtre pour enfants.

En 1995, elle reprend du service comme animatrice de théâtre dans un lycée versaillais. Lors de vacances d'été en 1993, au Chabot, Marion et son époux succombent au charme des lieux et à l'appel d'un panneau « à vendre » sur un mur, rue du Chaume. Ce lieu deviendra la résidence d'été de toute la famille et une échappatoire au tumulte de la vie citadine. Elle aime le calme et la beauté de l'île qui lui rappellent son enfance dans la campagne amiénoise. Depuis la retraite en 2016, elle vit ici à l'année. Pour l'anecdote, lors du mariage de sa fille Perrine à Saint-Clément, le maire, Gilles Duval, rencontre un invité, Jean Michel Proust, directeur de spectacles qui souhaite lancer un festival de jazz au nord de l'île, peut-être même au Phare... On connaît la suite. Marion apprécie les relations qu'elle noue au détour de ses activités. Elle s'implique dans la vie associative et crée une troupe de théâtre

« les Ré-Acteurs » par le biais de l'association villageoise Ré-Création. La troupe est hétéroclite tant par les différences d'âge que les personnalités. Début 2016, ils sortent leur premier spectacle « Les Valises » qui sera joué à la salle des fêtes d'Ars en Ré devant plus de cent personnes bluffées par le jeu des débutants. Deux autres spectacles seront montés. Ce dont Marion est le plus fier c'est peut-être la représentation donnée au printemps dernier à la centrale pénitentiaire de Saint-Martin, une expérience enrichissante et inédite. Elle travaille actuellement sur un projet qu'elle souhaiterait monter en partenariat avec les élèves du collège pour la pièce de Musset « On ne badine pas avec l'amour ». À suivre...

La troupe compte actuellement dix acteurs permanents plus quelques occasionnels. Marion distribue les rôles en fonction de ce qu'elle perçoit chez chacun de ses apprentis comédiens. Elle lance un appel pour cause de pénurie d'acteurs masculins, avis aux amateurs !

Tout le monde a sa place, il suffit juste d'oser.

En parallèle du théâtre, elle anime des séances de sophrologie dans différents villages de l'île.

Encore une activité tournée vers les autres car le moteur de Marion c'est avant tout la transmission, d'un savoir, d'une énergie, et une grande bienveillance envers ceux qui lui font confiance.

L.B





À CHACUN SON STYLE

Les pas lourds et près du sol. Dans une tenue « flashy », parfaitement assortie. La musique dans les oreilles et le contrôle cardio sanglé au bras : c'est le joggeur de l'année. Pas vraiment entraîné, mais il a lu qu'avec l'âge il fallait s'entretenir, s'occuper de son corps quoi ! Alors il a foncé dans un grand magasin de sports, il a claqué un fric dingue... et il court. Il a la tenue, pas le style, mais au moins, lui, il fait un effort et il a du coup bonne conscience. « Il ne tiendra pas l'année ? » Ben vous n'êtes pas sympa !

Le pas alerte et léger, les coudes près du corps. Couvert de sueur en été et crachant la vapeur en plein hiver : c'est « le joggeur pro » ! Il arbore un T-Shirt brûlé par l'effort, dont les inscriptions sont effacées... preuve qu'il y met toute son énergie et qu'il sait souffrir. « Ou qu'il a une mauvaise lessive ? » Vous êtes vraiment mesquin !

Le Mixte des deux ? Ça existe ! Allure sportive dans une tenue hyper branchée : le sport est une religion. Rien ne peut lui être sacrifié. Il faut soigner le fond et la forme. On se doit d'avoir une bonne hygiène de vie sans négliger le look. On le voit parfois à la Une de certains journaux, qui veut prouver qu'il ne pense pas qu'à la politique ou au showbiz. « Il n'est pas crédible dites-vous ? » Alors là, vous êtes carrément méchant !

La Chaumette



LE DROIT DE PASSAGE

Le droit de passage est une servitude autorisant un tiers à passer sur la propriété d'autrui. Cette servitude peut être légale (article 682 et suivants du code civil) ou conventionnelle. Dans le cas d'un terrain enclavé, une charge est imposée au fonds servant pour la nécessité du fonds dominant qui doit pouvoir accéder à son terrain, c'est alors une servitude légale. Si la servitude est conventionnelle, à la condition qu'il n'y ait pas d'enclave, l'accord doit porter sur le bien et non sur la personne du propriétaire et ne doit pas être contraire à l'ordre public. Il est conseillé de prévoir l'usage et l'étendue de la servitude conventionnelle pour éviter les litiges sur l'exercice du droit de passage. Cette servitude peut s'éteindre en cas de non usage pendant trente ans, la charge de la preuve incombant alors au propriétaire du fonds servant. C'est un droit réel immobilier accessoire au droit de propriété, en cas de cession du bien bénéficiaire de la servitude, celle-ci reste. **Matesi**

➡ Retrouvez tous nos conseils juridiques sur la version web du journal !



LE CIEL EN FEU

Quoi de plus beau qu'un coucher de soleil au « canot de sauvetage » lorsque le ciel est zébré de flammes rouges qui se reflètent dans la mer et offre au regard une vision d'apocalypse flamboyante. Comme si le ciel déversait sur la mer des torrents de lave écarlate qui se figent au contact de l'eau en absorbant la lumière déclinante. Difficile d'exprimer l'émotion que provoque en chacun de nous ce moment de pure beauté.

Matesi



LES ODEURS D'AUTOMNE DE MON ENFANCE.

Dans les années 50, à la rentrée scolaire de septembre, c'était la période où l'on préparait le matériel pour les vendanges : les barriques et les basses (genre de petits tonneaux verticaux dans lesquels on foulait le raisin dans la vigne à l'aide d'un pilon) étaient rincées dans les rues ; de l'eau violette s'écoulait dans les caniveaux véhiculant une odeur de vinasse...

Puis venait le moment des vendanges avec l'odeur du moût qui sortait des pressoirs, de la « râpe » (rafle) pressée puis découpée en forme de parpaing, déposée sur le bord de la rue avant d'être transportée.

En octobre, on respirait l'odeur du « sart » (varech), ramassé à la côte puis entreposé en gros tas de l'autre côté de la digue pour qu'il se décompose. Il était mélangé ensuite avec le fumier du bétail et servait d'engrais.

Début novembre, c'était l'ouverture, pour les propriétaires de marais, de la pêche aux anguilles. Dans les villages, se répandait une odeur d'anguille grillée sur les braises de sarments de vigne. Il était choisi de préférence les morguins (anguilles argentées plus grasses et plus goûteuses).

À la période de migration des oiseaux, on allait, muni d'un grand sac à pommes de terre en jute et d'un bâton, éclairé par un fanal (lampe à carbure), ramasser les grèves (entre autres) qui se fracassaient sur la tour (le phare) attirées par les rayons lumineux, seule source de lumière dans la nuit noire. De retour à la maison, on était de corvée de plumage devant la cheminée : bien sûr, cette odeur de plumes grillées envahissait la maison. Les oiseaux confits et conservés dans le saindoux étaient réservés dans des pots en grès. WGI

➤ Lire la suite dans le prochain numéro et retrouvez les deux premières parties de ce très joli texte sur la version web du journal (numéros 06 et 07)!



ALLO ?

J'ai un problème, un défaut, presque une tare pour mes amis... je n'ai pas de téléphone portable. Comment est-ce possible ? Est-ce par ignorance ? Par coquetterie ? Par esprit de contradiction ? Non, je n'ai tout simplement pas envie de devenir comme eux, à sursauter à la moindre sonnerie, à garer la voiture en catastrophe sur le bas-côté au premier coup du signal sonore, à couper subitement court à une conversation car « j'ai un appel ». Croiser les clients à la superette se tenant l'oreille en demandant à leur main quelle marque de beurre il faut prendre ou combien de paquets de café m'insupportent. Ils n'ont qu'à faire une liste ! Et puis en quoi cela me concerne-t-il la marque du shampoing anti-poux du gamin ou le choix du fromage allégé parce que madame a pris trois kilos ? De grâce, épargnez-moi les affres de votre quotidien, chacun ses soucis. Il y a une certaine indécence de comportement chez les possesseurs de téléphone portable, vous ne trouvez pas ? Enfin, je m'adresse à la minorité des « sans-portables », ceux qui subissent et qui résistent. Pour les autres, la grande majorité, je suis définitivement « has been »...tant pis, j'y survivrai !

L.B



PAROLE DE VILLAGEOIS !

Chaque fois que je croise un Casseron, un Portingalais ou un Loidais, c'est la même chanson : « Ah, tu es de Saint-Clément, c'est spécial chez vous... Pourquoi ? Je ne sais pas, mais c'est ce qu'on dit, cela a toujours été comme ça ». Comment dois-je prendre cette remarque, est-ce un compliment ? Avons-nous quelque chose de particulier qui nous rend meilleur ? En fait, il paraîtrait que notre beau village soit gangréné par des histoires de clans qui s'affronteraient à fleurets mouchetés, un peu comme à Brescello, le village italien de Peppone et Don Camillo. Mais où vont-ils chercher des histoires pareilles ? Je ne connais pas plus amicale qu'une conversation entre deux villageois. Jamais une critique sur ses congénères, tout le monde se dit bonjour, pas d'envieux ni de méchantes pensées. Vous ne me croyez pas ? C'est normal, vous n'êtes pas du village... Tam-Tam



IL EST BEAU MON VÉLO !

Je me suis acheté un vélo mais pas n'importe lequel : un électrique, haut de gamme et fabriqué en France, s'il vous plaît ! Pour le prix, je me suis un peu lâché, mais le vendeur m'a assuré que c'était un bon investissement. Fini le sur-place, vent de face, en pédalant avec l'impression d'avoir des blocs de pierre attachés aux mollets. Là, j'appuie sur le bouton et aussitôt, je fends la bise à la vitesse d'un catamaran... Sur la piste cyclable, les envieux s'extasiaient en croisant ma bécane rutilante et, à cet instant, attiser leur jalousie en leur adressant un sourire condescendant est un pur moment de bonheur... L'inconvénient de posséder un tel engin, c'est qu'il faut une vigilance de tous les instants pour éviter la chute ou l'accrochage qui endommagerait le joyau... Quant à le ranger sur un vulgaire porte-vélo le temps d'un déjeuner au restaurant, à moins de pouvoir l'attacher à ma chaise, il n'en est pas question. Finalement, à part pour la frime, il n'est pas très pratique mon vélo... Non, mais il satisfait mon égo et cela me ravit ! L.B



DO YOU SPEAK ENGLISH ?

« Please, where is the bike path to Ars en Ré ? ». Qu'est-ce-qu' il raconte ? Pourquoi est-ce-qu'il me regarde ? Je me retourne... personne. C'est donc bien à moi que la question s'adresse. J'éprouve, à cet instant, ce que d'aucun appelle « un grand moment de solitude ». À l'évidence, si je n'ai pas quelque chose de compréhensible à répondre dans les dix secondes, je vais passer pour une parfaite imbécile. Malheureusement, depuis les années lycée, la pratique de l'anglais n'est plus qu'un lointain souvenir.

Pour me sortir de ce mauvais pas, je lui réponds « à l'italienne », avec les mains pour indiquer la droite et la gauche, avec les doigts pour compter les kilomètres à parcourir et en moulinant des avant-bras en guise d'au revoir. Il me sourit poliment en remontant sur sa bicyclette. Pas sûr qu'il ait compris mon verbiage et son regard incrédule accentue ma gêne de pratiquer aussi mal la langue des Lords... Matesi

LA COMPLAINTE DU SAISONNIER



Je m'appelle Louis, j'ai 23 ans et je viens de terminer ma troisième et dernière saison sur l'île de Ré. Ici, c'est la galère, pas facile de trouver un logement à part le camping où les emplacements sont assez chers du fait, paraît-il, de la « taxe de séjour ». Je loge loin de mon travail et ma voiture est le seul moyen de locomotion envisageable car, travaillant dans la restauration, les transports ne sont pas adaptés au rythme de mes horaires ni à mon trajet. Pas de bus le soir sur l'île et pas de ligne le Bois Plage-Le Phare des Baleines. Pour se garer, c'est compliqué, peu de place de stationnement et attention aux contraventions ! Pour le salaire, c'est correct mais une fois tout payé, il ne me reste pas grand-chose. Heureusement, j'économise sur le budget « sorties » car le soir, après la débauche, l'île de Ré, « c'est mort » ! Cet été, il y avait un chapiteau à Saint-Clément où nous pouvions nous retrouver après le taf pour boire une bière et écouter de la musique. Il paraît que cela n'a pas plu aux commerçants. Dommage, car ces mêmes commerçants sont aussi nos patrons et ils devraient comprendre que ces moments de détente dans des lieux sympa font aussi partie de la vie de saisonnier... En tout cas, pour moi, l'île de Ré c'est terminé. L'an prochain, je pars sur Oléron, c'est plus fun ! L.B



LES SAUNIERS RÉTAIS SONT-ILS « MARRONS » DANS L'AFFAIRE ?

L'INAO (Institut National des Appellations d'Origine) ouvre la porte au label IGP pour la fleur de sel de Camargue. Les craintes des sauniers locaux en la matière se confirment (voir « Le Grain d'Sel » Numéro 3). Il s'agit, pour les sauniers rétais, de faire reconnaître un savoir-faire consistant à cueillir la fleur de sel à la surface contrairement au ramassage sous l'eau et « à la pelle » de l'industriel du sel de Camargue. Seule la cueillette à la surface permet de garantir que le produit est de la fleur de sel. Depuis plusieurs années, nos sauniers demandent le label STG (Spécialité Traditionnelle Garantie) pour leur production, ce qui les protégerait des contrefaçons et autres appellations galvaudées. Ne soyons pas dupes, il y a là une affaire de gros sous et une manne financière qui attisent les convoitises. La balle est dans le camp des politiques... L.B



MORCEAU CHOISI

Conversation entre un policier municipal et un contrevenant.

« Bonjour, vous m'avez verbalisé pour un stationnement à plusieurs reprises alors que je me gare au même endroit tous les jours, c'est du harcèlement ! »

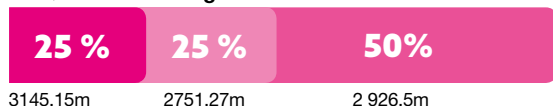
Réponse : « je suis obligé de verbaliser les véhicules en infraction, mais pourquoi continuez-vous à vous garer à cet endroit ? »

« Je me gare juste devant la maison que je loue très cher et vous faites du zèle. D'ailleurs vous ne verbalisez que les 75. Donnez-moi votre nom, matricule... ».

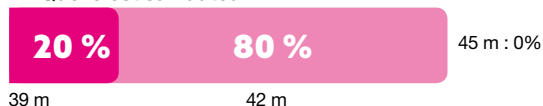
Donc, si je résume bien, ami vacancier, le fait de payer (cher semble-t-il) une location, vous donne le droit de vous garer où bon vous semble, de porter atteinte à la sécurité des piétons (la voiture stationne sur un trottoir) et même de mettre en cause l'intégrité des agents en toute mauvaise foi... Certains mériteraient, à mon goût, en plus de la contravention, une bonne fessée. C'est interdit ? Pour les enfants oui, mais pour les adultes mal élevés ? L.B

VOTRE AVIS SUR... Quelques vérités sur notre pont...

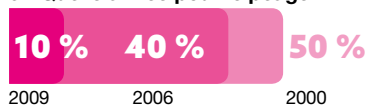
1 - Quelle est sa longueur ?



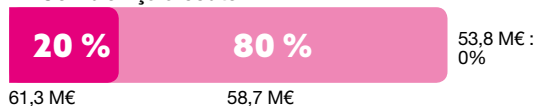
2 - Quelle est sa hauteur ?



3 - Quelle année pour le péage ?



4 - Combien ça a coûté ?



Dans le dernier numéro, la rédaction vous a posé quatre questions. 18 personnes ont répondu. Voici les résultats... sur le deuxième plus long pont de France

Bon je ne suis pas surprise, la majorité d'entre vous connaît très bien le patrimoine de l'île de Ré, et le pont, en est un ouvrage d'art emblématique. Mais pour le plaisir ou bien pour confirmer vos connaissances n'hésitez pas à visiter l'exposition « Tout un «pont» de l'histoire de Ré » aux Archives départementales de La Rochelle visible jusqu'au 30 novembre 2018.

La majorité d'entre vous connaît exactement les mensurations du pont : long de 2 926,5 mètres (50%) et haut de 42 mètres (80%). 40% ont enregistré que le péage a commencé en 2006 et 80% ont le vertige en imaginant que la construction a coûté 58,7 millions d'euros. Emgé

Retrouvez le détail du sondage et vos commentaires sur la version web du journal !



4 ASTUCES UTILES AU QUOTIDIEN

Déboucher le nez : Pour déboucher le nez, le mieux est de faire des inhalations d'eucalyptus, soit avec quelques gouttes d'huile essentielle dans un bol d'eau bouillante ou en faisant une décoction de feuilles ou de cosses séchées.

Une bonne détox pour la forme : buvez, au réveil et à jeun, une tasse d'eau tiède avec une cuillère à soupe de fleur d'oranger, pour commencer la journée du bon pied !

Pour affronter les changements de saison : rien de mieux que de faire une cure de Gelée Royale. Bien connu de nos grands-mères, ce lait des abeilles est un véritable fortifiant ! À raison, de 0.50 grammes de gelée royale fraîche par jour, vous allez booster vos défenses naturelles et attaquer les journées de bon entrain, parole de Mamie

Coup de froid : aïe, vous avez pris froid et n'arrivez pas à vous réchauffer, vous vous sentez fébrile ? Un bon verre de jus de citron chaud va vous revigorer ! Attention ça pique un peu le nez... H.C

➤ Retrouvez toutes ces astuces et les précédentes sur la version web du journal !



SUIVEZ LE GUIDE !

Par une belle matinée de septembre, douze lecteurs du journal sont partis à la découverte de la ville de La Rochelle en compagnie d'un guide de l'office du tourisme. La cité dévoile alors ses secrets : le vieux port, l'extension portuaire au fil des siècles, la construction des quartiers, Aliénor d'Aquitaine, les guerres de religion et l'impact sur le patrimoine architectural religieux. Sans oublier les petites ruelles et les magnifiques demeures des marchands fortunés du temps des colonies et de l'apogée du commerce maritime. On peut encore admirer les arcades en pierre abritant les devantures de boutique et qui font le charme du centre-ville. Ma préférence : les gargouilles en pierre nichées en haut des toits, représentation d'animaux hostiles, la gueule béante et prêts à nous cracher dessus... impressionnant et superbe. Autre curiosité, dans la cour du tribunal de Commerce, une rose des vents nous rappelle celle de la place du grand village au Gillieux, mais en moins démesurée et mieux adaptée aux lieux. Bien d'autres choses encore, mais ne dévoilons pas tout, il y a quelques endroits insolites à découvrir et une rue ancienne épargnée par les états et les boutiques. À voir absolument. La visite dure deux heures cependant on ne voit pas le temps passer, peut-être un peu grâce à l'excellent guide dont j'ai oublié le prénom... L.B

SUCRÉ- SALÉ

Cet été, sur le marché de Saint-Clément, Valérie Rateau a installé son étal de cakes sucrés (pêche, abricot, citron, chocolat) et salés (jambon, poulet, saumon, végétarien), de muffins et de crêpes. Le tout « fait maison ». Valérie a ses propres recettes qu'elle fait évoluer selon ses goûts et parfois au vu des remarques de ses clients. Après avoir essayé à peu près toutes les préparations, j'ai particulièrement apprécié le cake aux légumes et celui à la pomme, ainsi que les petits palets carrément délicieux ! Surtout quand on les déguste avec un bon petit café du torrificateur, son voisin de marché ! Notons que ces produits de qualité sont proposés à des prix très abordables. Rendez-vous dès avril prochain sur le marché du village ! La Chaumette



Ce journal est diffusé gratuitement par voie électronique ou déposé dans votre boîte-aux-lettres. Si vous ne souhaitez pas le recevoir, contacter la rédaction : **Le Grain de Sel : 550, rue du Chaume, 17590. Saint-Clément-des-Baleines.**
Mail : associationlegraindesel@gmail.com. Directrice de la publication : Lina Besnier. Rédacteurs en chef : Lina Besnier & Emgé. Rédacteurs : W.GI, L.B., Le Cycliste, Matesi, La Chaumette, Tam-Tam, Emgé, H.C. Photos : Gilles Troipoux, Lina, Michelle. Relecture : Catherine. Imprimeur : Exaprint. ISSN : 2553-5633. ©design : dezellecreation 2018.