



LE PETIT

BALADIN



Bulletin municipal n° 5 commune de Baladou



Le Lac de Baladou

Le Mot du Maire

Les fortes chaleurs de ce mois de juillet ne me prédispose pas tellement à la méditation .

Bien que la sécheresse ne soit pas terminée, j' espère que nous ne connaîtrons pas de pénurie d'eau potable et que la petite « alerte » qui nous a valu un courrier du Président du syndicat (adduction d' eau) sera sans conséquence ; je me permets tout de même de vous renouveler les recommandations qui nous ont été faites, tant que la nature n' est pas plus généreuse . Je pense aussi à tous les agriculteurs , notamment aux exploitations d' élevage, qui souffrent beaucoup actuellement .

Malgré tous ces aléas il faut bien que la vie continue . L' activité municipale est en ce moment concentrée sur deux projets ; la construction du secrétariat de mairie et la préparation du schéma d' assainissement.

Nous pensions que la construction du secrétariat commencerait incessamment, les appels d' offre sont faits, les entreprises retenues, le plan de financement bouclé, et les marchés publics en cours de passation ; mais voilà : les entreprises ne peuvent commencer les travaux qu' en fin d' année voire en janvier 2004.

La nouvelle loi sur l' eau de janvier 1992 affinée en 1998 élargit la compétence et surtout la responsabilité des communes en matière d' assainissement , qu' il soit collectif ou autonome (individuel)

Cette loi se met en place progressivement ; il faut actuellement donner des directives précises pour l' évacuation et l' épandage des eaux usées à toutes les constructions nouvelles, ainsi que pour les installations anciennes défectueuses.

C' est pour cela qu' il est urgent de faire un Schéma d' Assainissement. Il s' agit en fait d' une étude géologique qui doit consigner sur une carte communale les différents types de sols et de sous sols existants sur la commune, en fonction de cela d' établir un zonage . Un type d' assainissement sera affecté à chaque zone.

Cette responsabilité nouvelle des communes va entraîner également quelques contraintes au niveau du contrôle car la loi va jusque là . Mais l' on nous dit qu' il s' agit de préserver les nappes phréatiques car nos ressources en eau potable sont de plus en plus menacées de pollution . Alors cela en vaut sans doute la peine .

BUDGET 2003

Quelques rappels , bien qu'il ne soit qu' un élément de prévision, le budget dans une commune est un « acte » car il a une valeur juridique . Le maire en charge de son exécution a le droit d'engager les dépenses et les recettes dans le respect de leur objet et de leur montant.

Le budget concrétise les choix fait par le conseil municipal surtout en investissement .

En fonctionnement peu de choix sont possibles ; il s' agit surtout d'entériner les dépenses obligatoires de la commune(charges , contingent , salaires ...etc..)

Une grosse partie des recettes arrive en fonctionnement ; le reliquat(quand il y en a) est ensuite viré en investissement.

Cette année nous observons une augmentation significative du 1^{er} chapitre des dépenses de fonctionnement dû essentiellement aux frais d' étude du Schéma Communal d'Assainissement. La subvention de 80% afférente à cette étude n' a pu être mise en recette car elle n' était pas connue au moment du vote .

En investissement les chiffres aussi bien en recettes qu' en dépenses dépassent ceux des années précédents du fait de la construction du secrétariat de mairie.

Comme les années antérieures nous vous le présentons d' une façon simplifiée pour faciliter la compréhension, les reports des années passées n'y sont pas mentionnés.

Le taux des 3 taxes reste inchangé :

<i>Taxe d' habitation</i>	<i>5,08</i>
<i>Taxe foncier bâti</i>	<i>13,23</i>
<i>Taxe foncier non bâti</i>	<i>126,24</i>

La taxe professionnelle, étant maintenant de la compétence de la communauté de commune , passe à 12,56 pour l' ensemble des communes .

La taxe d' enlèvement des ordures ménagères est également de la compétence de la communauté de commune, elle est basée sur le foncier bâti et a subi l'année dernière une forte hausse c'est la conséquence du schéma départemental d' élimination des déchets avec la mise en place de déchetteries cantonales et le tri sélectif.

I) FONCTIONNEMENT

1) Dépenses

<i>Charges de gestion générales</i>	
<i>Eau, électricité, fournitures scolaires, entretien des bâtiments et de la voirie</i>	<i>48 491 euros</i>
<i>Affranchissement, annonces, insertions, schéma d'assainissement ect...</i>	
<i>Charges de personnel</i>	
<i>Salaires, cotisation sociales et retraites, médecine du travail, centre national</i>	<i>42 960 euros</i>
<i>gestion de la fonction publique territoriale</i>	
<i>Charges de gestion courantes</i>	
<i>Participation au service général d'incendie, à la communauté de communes</i>	<i>54 055 euros</i>
<i>fonctionnement des écoles maternelles, indemnités de fonction, subvention aux</i>	
<i>Associations</i>	
<i>Charges financières</i>	
<i>Intérêts des emprunts</i>	<i>4 006 euros</i>

2) Recettes

<i>Impôts et taxes</i>	
<i>Contributions directes, permis de chasse, taxe additionnelle aux droits de</i>	<i>53 239 euros</i>
<i>mutation</i>	
<i>Subventions d'exploitation</i>	
<i>Dotations globale d'équipement, dotation de solidarité rurale, compensations divers</i>	<i>78 835 euros</i>
<i>Autres produits de gestion courantes</i>	
<i>Location des quatre appartements</i>	<i>14 000 euros</i>

II) INVESTISSEMENT

1) Dépenses

<i>Petit matériel</i>	<i>350 euros</i>
<i>Voirie communale non classée</i>	<i>16 000 euros</i>
<i>Eclairage public et enfouissement des réseaux (le programme est terminé, mais la commune a postulé pour une deuxième tranche)</i>	<i>10 692 euros</i>
<i>Caveau communal et monument aux morts</i>	<i>1 700 euros</i>
<i>Aire de jeux de l'école</i>	<i>4 600 euros</i>
<i>Information du cadastre</i>	<i>2 547 euros</i>
<i>Pose d'une borne d'incendie (cimetière)</i>	<i>23 700 euros</i>
<i>Achat de terrain</i>	<i>2 800 euros</i>
<i>Construction secrétariat</i>	<i>105 407 euros</i>
<i>Remboursement capital des emprunts</i>	<i>6 835 euros</i>
<i>Programme voirie fait sur la communauté de communes (route de Pomie au CD 803)</i>	<i>19 650 euros</i>

2) Recettes

<i>Récupération de TVA sur Investissement</i>	<i>5 290 euros</i>
<i>Taxe locale d'équipement</i>	<i>3 044 euros</i>
<i>Subventions d'investissement obtenues pour le secrétariat et la protection incendie</i>	<i>78 340 euros</i>
<i>Virement de la section fonctionnement</i>	<i>32 239 euros</i>

Il faut ajouter à cela les sommes votées sur le budget précédent et qui n'ont pas été utilisées (secrétariat, caveau communal ...) que l'on retrouve dans le résultat du compte administratif.

Subventions accordées aux diverses associations communales, cantonales ainsi qu'à deux crèches parentales extérieures au canton.

<i>Aide familiale rurale A.D.M.R</i>	<i>198 euros</i>
<i>Amicale laïque Baladou Cuzance</i>	<i>687 euros</i>
<i>Société de chasse de Baladou</i>	<i>315 euros</i>
<i>Centre de secours de Martel</i>	<i>122 euros</i>
<i>Club des Aînés de Baladou</i>	<i>168 euros</i>
<i>Ecole de Musique de Martel</i>	<i>200 euros</i>
<i>Office du tourisme</i>	<i>152 euros</i>
<i>Club de gymnastique</i>	<i>168 euros</i>
<i>Crèche de Souillac</i>	<i>77 euros</i>
<i>Crèche de Saint Sozy</i>	<i>77 euros</i>
<i>Ecole de Foot Cuzance</i>	<i>152 euros</i>

SCHEMA D'ASSAINISSEMENT COMMUNAL

Face à la dégradation constante des ressources en eau potable, les pouvoirs publics ont mis en place une politique incitative musclée en s'appuyant sur les collectivités territoriales, en particuliers les communes.

La loi sur l'eau du 3 janvier 1992, plusieurs fois amendée depuis, ne parle pas de « compétences » des maires en matière d'assainissement mais de « responsabilités ».

Cette responsabilité a été renforcée ces dernières années. Pour bien situer le problème, je vous livre intégralement l'avant propos du bulletin de la Direction Régionale de l'Environnement de Midi-Pyrénées.

« Les maires sont détenteurs des prérogatives de puissance publique en matière d'assainissement et de salubrité ; à ce titre leur responsabilité civile et pénale est engagée s'ils n'ont pas accompli leurs obligations légales compte tenu de leurs compétences, des pouvoirs et des moyens dont ils disposent. Il est à noter que les conséquences induites par l'inaction du maire peuvent engager la responsabilité civile de la commune. »

Bien qu'il faille relativiser ces propos destinés à nous faire réagir et à sensibiliser bien des communes qui 'traînaient le pied'. Malgré qu'il n'y ait pas de problème majeur à Baladou nous nous sommes engagés dans la première phase de cette opération, comme d'ailleurs la plupart des communes voisines, c'est à dire la Schéma Communal d'Assainissement.

Concrètement ce schéma consiste à une étude complète qui détermine dans un premier temps les zones où l'assainissement doit être collectif et celles où il doit être autonome. Je pense que vu la densité de l'habitat dans notre commune, même dans le bourg, l'assainissement collectif ne sera pas retenu et que toute la commune sera préconisée dans ce schéma en assainissement autonome.

Ensuite un deuxième zonage sera fait sur des critères géologiques ; chaque zone aura sa règle d'assainissement qui sera appliquée aux constructions nouvelles. Les constructions existantes ne seront pas concernées à moins que leur système d'évacuation soit défaillant.

Cette enquête sera faite par le bureau d'étude GAIA de Mont de Marsan. Nous ne connaissons pas encore avec précision de quelle manière ce bureau d'étude va procéder, sans doute y aura t'il des visites sur le terrain, des questionnaires et des courriers, une ou plusieurs réunions. Les élevages seront également recensés. Il sera procédé à des prélèvements de sols à la tarière ainsi qu'à des coupes au tracto-pelle.

Cette étude devrait commencer bientôt. Ce zonage d'assainissement avant d'être opérationnel sera soumis à une enquête publique. Dans un deuxième temps la loi sur l'eau oblige les communes à contrôler tous les assainissements autonomes (à l'horizon 2006).

Bien qu'elles en aient la responsabilité nos petites communes rurales n'ont ni les moyens ni la compétence d'effectuer ces contrôles ; c'est l'objet d'un débat au niveau des Communautés de Communes et du département qui cherchent ensemble et avec nous des solutions à ces problèmes.

C'est donc sans enthousiasme que nous nous sommes engagés dans cette voie, mais l'on ne peut pas rester insensibles aux arguments avancés. L'Eau est un bien précieux que nous nous devons de protéger.

VOIRIE ET SIGNALISATION

1 : programme voirie des routes classées 2003 en charge de la communauté de communes

Route de Pomié au CD 803 16000 euros

Route des Bourrières de la 803 à la maison Laville 3650 euros

2 : programme voirie des routes non classées en charge de la commune

Création d'une route sur le chemin rural allant du lac de Pomié aux maisons De Bru et Pierre

Création d'une route sur le chemin rural d'accès à la nouvelle maison Carbon Jean - Claude à partir du CD 96 à Pomié .

Route du lac de Bazalgues vers la Pierre Plantée

Pour ces trois derniers investissements routiers , le coût n' a pas encore été chiffré mais les travaux seront fait dans le deuxième semestre de 2003 .

Signalisation : le conseil municipal s' est penché plus particulièrement sur un problème plusieurs fois évoqués mais jamais traité globalement ; la signalisation dans la commune. Quelques panneaux viennent d' être mis à Pomié et à Chavanne mais c' est insuffisant .

Il y a de plus en plus de personnes extérieures à la commune qui viennent chez nous et nous ne pouvons que nous en réjouir : livreurs, voyageurs de commerce, vacanciers Et c' est quelques fois un casse - tête pour elles pour nous trouver ou trouver un lieu-dit.

Aussi nous avons décidés d' étudier avec les services de l'équipement un plan de signalisation . A première vue cela à l' air simple mais demande attention et réflexion. Nous attendons vos suggestions .

G.L.

L'association des parents d'élèves « Amicale Laïque »

A organisé le dimanche 15 juin dernier une kermesse avec les enfants des écoles de Baladou et de Cuzance, pour clôturer l'année scolaire dans une ambiance de détente.

Des ateliers avaient été au préalable mis en place pendant deux après midi, invitant parents et enfants à venir créer et décorer des objets qui seraient proposés à la kermesse.

Durant ce dimanche ensoleillé, les enfants ont pu participer à de nombreux jeux d'adresse pendant que les parents et de nombreux habitants de la commune visitaient les stands.

Nous remercions vivement les parents qui participent à ces actions, dans une ambiance chaleureuse et amicale et invitons les nouveaux à venir nous rejoindre toujours dans cet esprit qui, manifestement, fait des adeptes.

Notre prochaine action est prévue le dimanche 3 août au Vide-Grenier pendant la fête de Cuzance et nous vous invitons tous à venir participer de près ou de loin à cette journée

*Pour le Bureau
Francine Krupka - trésorière*

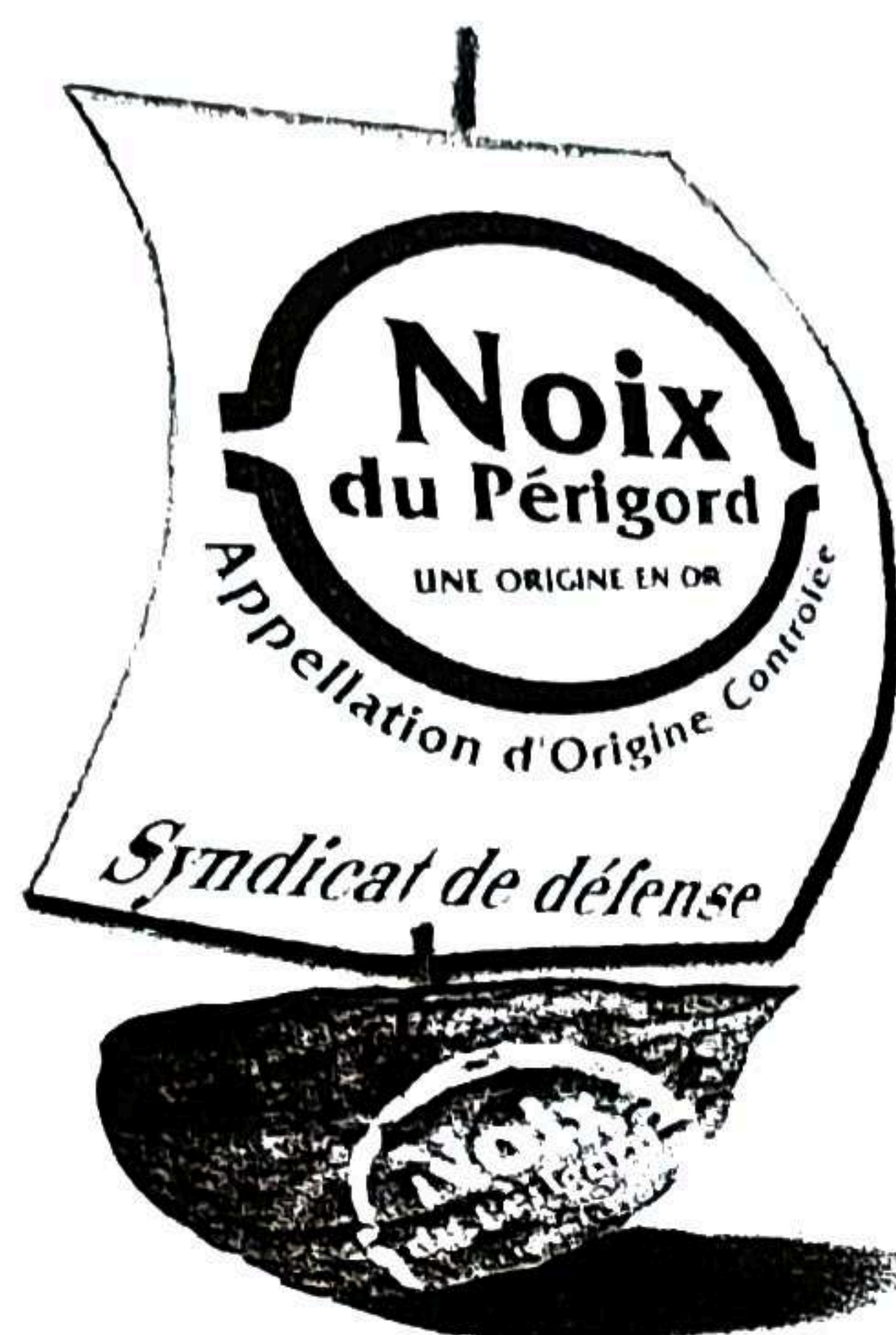


Manifestations à venir sur Baladou

Le Loto du « Bouquet d'Argent » le 9 Novembre 2003

Le repas de Noël le 15 Décembre 2003

Le réveillon de la Saint Sylvestre ! devinez la date ?



En passant sur la Route de la Noix du Périgord ...

Vous avez déjà trouvé sur votre passage des panneaux vous indiquant cette route, notamment à l'entrée de notre village. Cela méritait quelques explications :

Depuis que la Noix du Périgord a obtenu l'Appellation d'Origine Contrôlée en 2002, quatre itinéraires ont été tracés pour permettre à tout un chacun de découvrir les quatre variétés qui font partie de cette appellation : Corne, la rustique

Marbot, la traditionnelle

Grandjean, la typique

Franquette, la courtisée

en suivant la gabarre en coquille de noix, symbole de cette route !

Autrefois, la « Rivière espérance » représentait « la route » qui mettait à l'unisson le Lot, la Corrèze et la Dordogne pour le commerce florissant de la noix.

Aujourd'hui, la « Route de la Noix du Périgord » entretient cette harmonie et dévoile tous les secrets de son terroir sur un itinéraire jalonné par un arbre majestueux : le noyer.

Restaurants, musées, marchés locaux, exploitations nucicoles, artisanat de bouche, font découvrir aux touristes les richesses cachées de la Noix du Périgord et l'histoire des hommes qui en vivent.

Tous les Offices de Tourisme situés sur la route, depuis Argentat jusqu'à Domme, en passant par Bretenoux, Carennac, Collonges la Rouge, Martel, Souillac, Sarlat, Brive, St Robert, Hautefort, Terrasson (et j'en oublie) proposent les quatre itinéraires que vous pourrez découvrir et faire découvrir autour de vous. En allant dans les restaurants proposant des menus à base de noix, en achetant du pain chez un boulanger partenaire ou en allant chez un producteur qui vous proposera ses produits, vous apprendrez à connaître les qualités de chaque variété et comment elle peut être utilisée.

L' A.O.C. Noix du Périgord

L'Appellation d'Origine Contrôlée Noix du Périgord s'étend sur 7004 hectares, dans 578 communes ! La Dordogne représente la plus grosse superficie avec 4091 ha. Dans le Lot, 181 communes sont concernées (dont la nôtre !) représentant une surface totale de 2028 ha. Viennent ensuite la Corrèze (773 ha) et la Charente (112 ha).

La noix du Périgord concerne quatre variétés (citées plus haut) et se décline en trois produits :

la noix fraîche ou primeur, récoltée à maturité dès la mi-septembre, débarrassée de son brou et conservée telle quelle, au frigo pendant quelques semaines ;

la noix sèche, récoltée début octobre dès que le brou se fissure et qu'elle tombe naturellement au sol, elle est lavée et séchée et peut être conservée plusieurs mois dans un endroit sec et frais ;

le cerneau, qu'on obtient en cassant la coquille d'un coup sec et précis ; s'il est entier, il fait le bonheur des chocolatiers et fromagers pour la décoration, sinon il conviendra aux boulangers, pâtisseries et confiseurs pour le bonheur des papilles ! ...

La noix : un atout pour notre santé !

Sa forte teneur en acide gras polyinsaturés en fait un aliment précieux pour lutter contre mauvais cholestérol et un excellent moyen de prévention des maladies cardio-vasculaires.

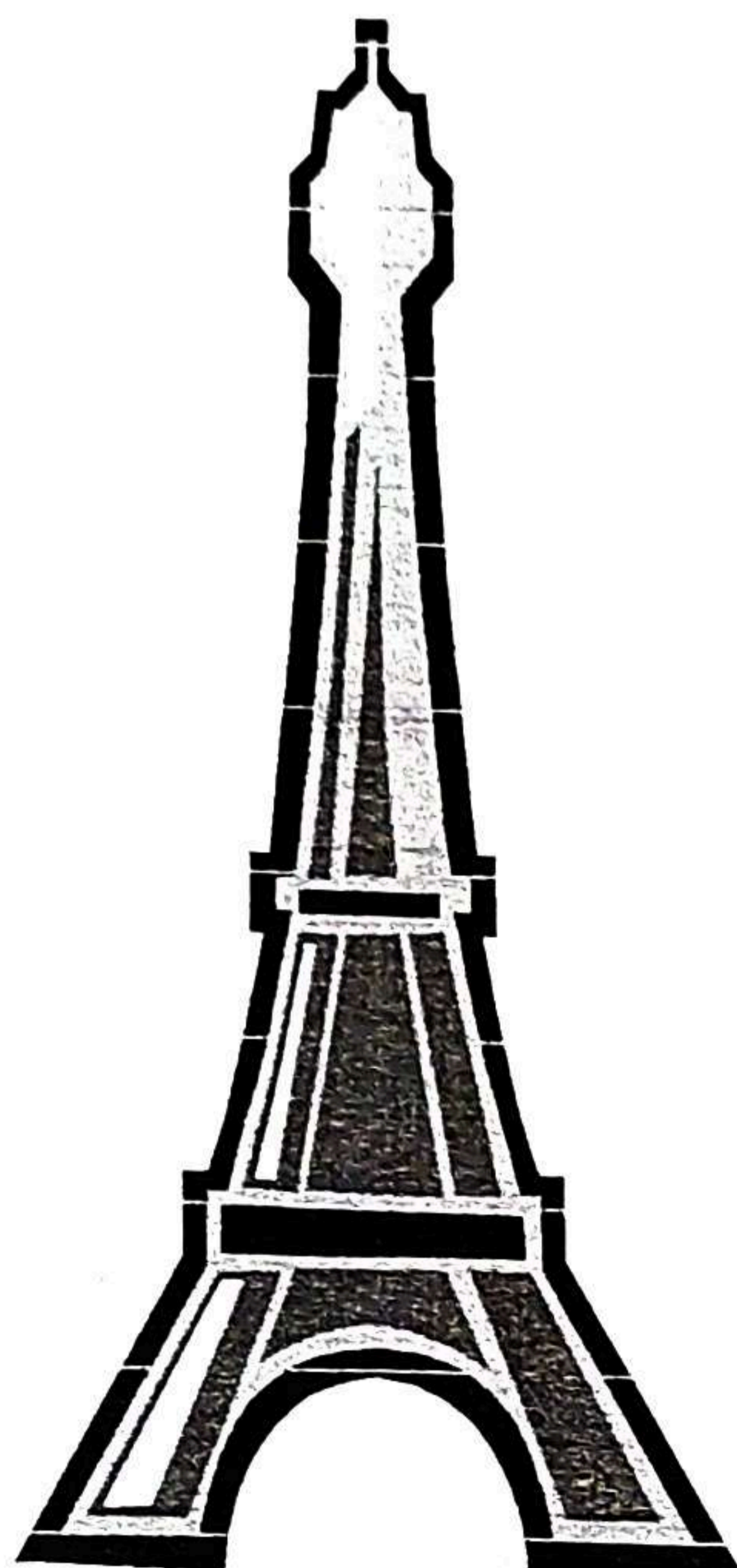
Riche en potassium, en zinc et cuivre, c'est le coup de pouce naturel pour les sportifs. Son taux important de phosphore en fait un excellent stimulant pour la mémoire.

La noix apporte des protéines de qualité, notamment l'arginine, des fibres, un éventail de vitamines B et de la vitamine E « élixir de jeunesse ». Elle est aussi source du précieux magnésium « anti-stress ».

Vous voyez, que de bonnes raisons pour en manger ! Mais je sais que je n'ai pas besoin d'insister à Baladou : je prêche des convertis !!!

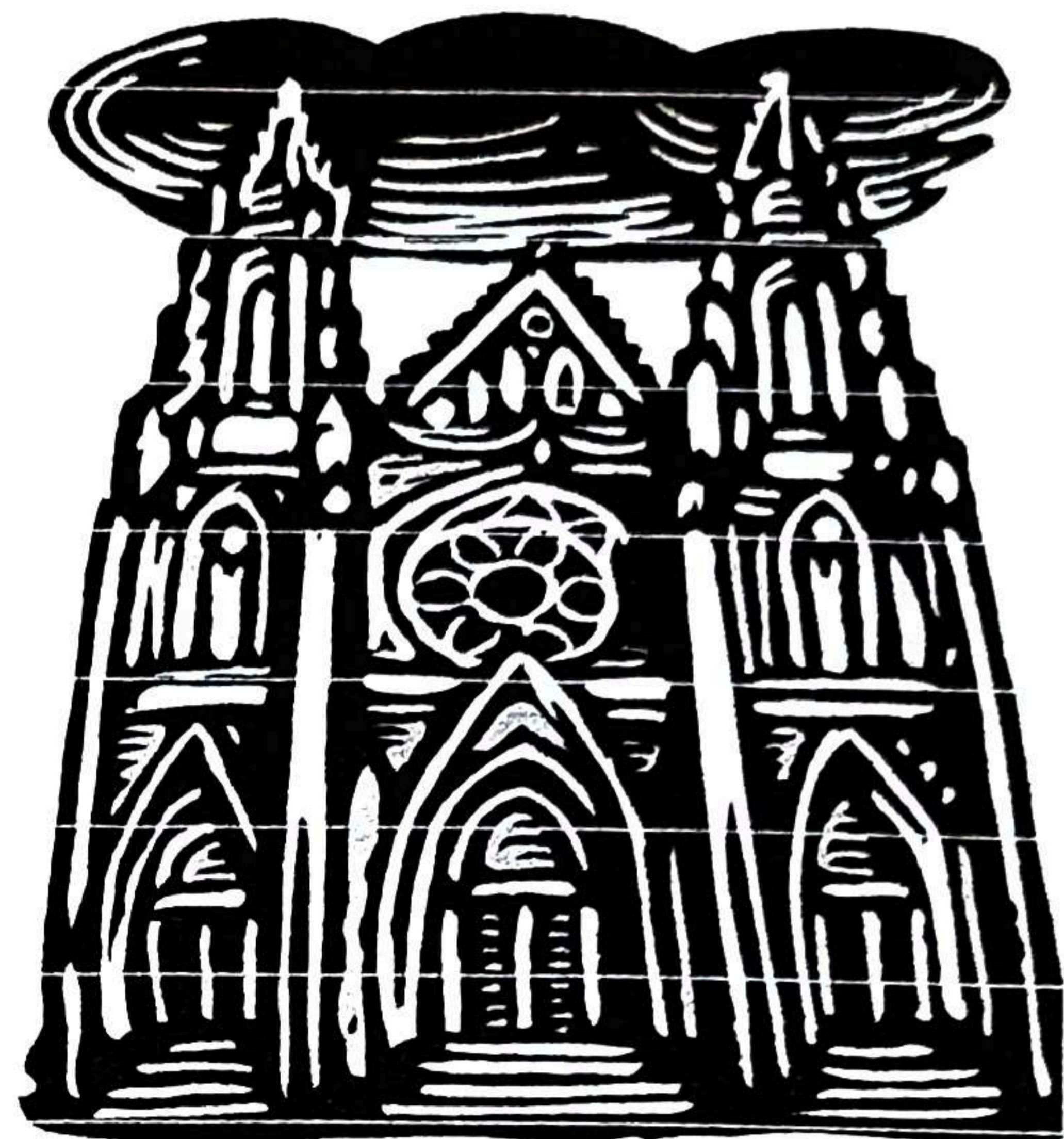
Francine Krupka

*Hervé Clédel – Président pour le Lot
Du Syndicat de Défense de la Noix
et du Cerneau de Noix du Périgord*



**VOYAGE DU CLUB
« BOUQUET D'ARGENT »**

A PARIS



Le club des **Aînés de Baladou** a fait une escapade à Paris avec un programme complet permettant de découvrir ou de revoir les principales curiosités de notre belle capitale, avec en plus, un petit détour pour visiter l'un des plus prestigieux châteaux de la Loire : **Chambord**.

Nous étions logés dans un hôtel à Joinville –le-Pont au bord de la Marne ;

Nous avons tour à tour découvert : **Notre-Dame, l'Hôtel de Ville, les Champs Elysées, la place des Vosges, le Panthéon, Beaubourg**, pour déjeuner ensuite au premier étage de **la tour Eiffel** ; La journée s'est terminée par une promenade en **bateau-mouches sur la Seine**.

Le lendemain nous sommes partis pour **La Défense, Montmartre, et le Sacré-Cœur et la place du Tertre** et la journée s'est achevée par le plus beau château : **Versailles et une soirée au cabaret**.

Le troisième jour fut consacré à la découverte du **Musée du Louvre** ; chacun des participants était libre de choisir son programme.

Ce court séjour à Paris a été (je l'espère) un succès ; dommage que les adhérents aient un peu boudé ce programme !!

La présidente : *F. Laumailier*

ORIGINE des NOMS

La première souche de noms de personne qui nous soit connue est gauloise. Après la conquête de la Gaule par les romains l'usage des noms de personne d'origine latine se substitua peu à peu aux noms gaulois. Le système anthroponymique était composé de trois désignations : prénom, gentilice (nom de la gens, ou groupe de famille) et du cognomen (qui est le surnom personnel devenu ensuite le nom de famille). Les gens du peuple ne portaient en général que deux noms : prénom et cognomen.

Des noms de personne gallo-romains transmis par les domaines ruraux, seuls subsistèrent quelques noms de baptême aux envahisseurs germaniques.

Au xè siècle, à la fin de l'époque carolingienne, un surnom s'ajoute au nom individuel : les exemples les plus connus sont : Charles le Martel, Pépin le Bref, Charles le Chauve et Louis le Gros

Il faudra plus de deux siècles pour que les surnoms se multiplient et deviennent héréditaires, c'est-à-dire des noms de famille. Ils se sont fixés définitivement à la suite de l'ordonnance de Villers-Cotterets de 1539, promulguée par François 1^{er} rendant obligatoire la tenue de registres d'état civil par les curés, déjà en usage depuis le 15è siècle, surtout dans les villes.

Ces surnoms, ancêtres de nos noms de famille se répartissent en quatre groupes : les noms d'origine, les anciens noms de famille, les noms de métiers et les sobriquets :

- noms d'origine : quand une personne venait s'installer dans un village, ses voisins lui donnaient souvent le nom de la localité dont il était originaire ;
- les noms de voisinage rappellent la situation et les diverses particularités de la maison évoquant l'aspect des lieux (la vallée, la colline, le bois, l'arbre isolé planté près de la maison, la source) exemple : Duval, Dubois, Duchêne, Delpy, Lafontaine)
- les anciens noms de baptême : Jean, Jacques, Guillaume, Pierre etc..... le groupe le plus important est d'origine germanique : Bernard (bern : ours et hard : dur, fort)
- les surnoms ou sobriquets
- les noms de métiers.

ETYMOLOGIE de QUELQUES NOMS de FAMILLE

de BALADOU

- :- :- :- :-

ARCAMBAL : personne d'origine germanique : sincère, excellent, audacieux.

ARNAUD ou ARNAL : dur, fort

AUBEL : origine picarde = peuplier blanc ; désignant une caractéristique de la maison.

BARRE : ancien français Bare signifiant perche, barrière et qui a pu désigner la maison entourée d'une barrière de clôture.

BERIMON : nom d'origine germanique : brillant, illustre.

BOIX : variété régionale de buis (Catalogne)

BONNEFONS : nom topographique = bonne source, fontaine.

BOURDET : habitant de la ferme.

BOURGEADE : petit bourg et par ellipse l'habitant.

BRIAT : origine de la Brie.

BRIVAL : surnom d'un homme vif.

BUSSIERES : nom de localité d'origine = lieu couvert de buis.

CAMBOU : champ bon, champ fertile.

CAMPASTIE : supposé être le garde champêtre en langue d'oc.

CASTAGNIER : châtaignier

CASTANET : châtaignier.

CHARAZAC : forme de Charageac = sobriquet : a pu désigner une personne au visage avenant, épanoui.

CLEDEL : claie, parc à brebis.

CLEMENT : nom de baptême = bon, pacifique.

COULIE : en ancien occitan = portefaix (portant les fardeaux à son cou).

CREMOUX : personne candide, timide.

la suite au prochain numéro :

F. L.

REFERENCE : *Dictionnaire étymologique des noms de famille*
De M.T. MORLET aux éditions PERRIN.

Le « jeu » est là !



*C' est grâce à la subvention du Crédit Agricole, représenté par Monsieur DELMAS, complétée par celle de l'association des parents d' élèves et celle de la mairie que ce jeu d' extérieur a pu être installé dans la cour de l' école de Baladou .
Pas mal d' argent ; beaucoup « d'huile de coude » le voilà en place !*

Un grand merci donc à tous ceux qui ont fait en sorte que ce jeu soit mis à la disposition de nos enfants scolarisés à Baladou , espérons qu' ils en feront bon usage.

P.A

SANTÉ

Quelques petits trucs pour soulager les petits bobos de l'été !

Entorses :

Le premier geste à faire : enlever tout ce qui se trouve sur la région blessée. Immobiliser le membre et l'envelopper d'un sac de glace recouvert d'un linge. Consulter un médecin dans tous les cas.

Remède de grand-mère : passer le pied ou le poignet sous l'eau courante puis le mettre dans une bassine d'eau chaude avec du sel marin.

Brûlures :

Le premier geste à faire : faire couler pendant 5 à 10 minutes de l'eau fraîche mais pas glacée sur la zone brûlée en maintenant le débit à 15 cm au dessus de la brûlure. Cela calme la douleur et prévient l'œdème.

A éviter : mettre des corps gras dessus

Remède de grand-mère : Pour une brûlure légère tamponner la zone avec une pomme de terre coupée, ou en appliquer une rondelle sous le bandage.

Plaies et écorchures :

Le premier geste à faire : nettoyer à l'eau claire puis avec de l'eau savonneuse, ou encore avec un savon antiseptique

Vérifier que la plaie soit saine de tout gravier ou sable puis protéger avec une compresse

A éviter : nettoyer la plaie avec un antiseptique alcoolisé, ça pique et ce ne sera pas plus efficace.

Remède de grand-mère : Eplucher un oignon et recueillir la très fine peau transparente sous l'épluchure l'appliquer sur la plaie, l'oignon aide à la cicatrisation.

Piqûre d'insectes :

Le premier geste à faire : Pour une piqûre d'abeille, retirer le dard (les frelons et les guêpes ne perdent pas leur aiguillon) désinfecter puis appliquer une compresse d'eau froide. Si la douleur persiste prendre du paracétamol.

A éviter : frotter la zone douloureuse, il faut tamponner légèrement.

Remède de grand-mère : En particulier pour les piqûres de moustiques, le vinaigre appliqué au moyen d'un coton permet de faire dégonfler rapidement.

Insolation :

Le premier geste à faire : s'allonger dans un endroit frais, éventuellement sous des draps humides, boire régulièrement pour éviter la déshydratation et prendre de l'aspirine. Eviter de se mettre au soleil dans les 3 jours qui suivent.

Remède de grand-mère : Appliquer sur le front et sur le cou une serviette mouillée à l'eau froide.

Coups de soleil :

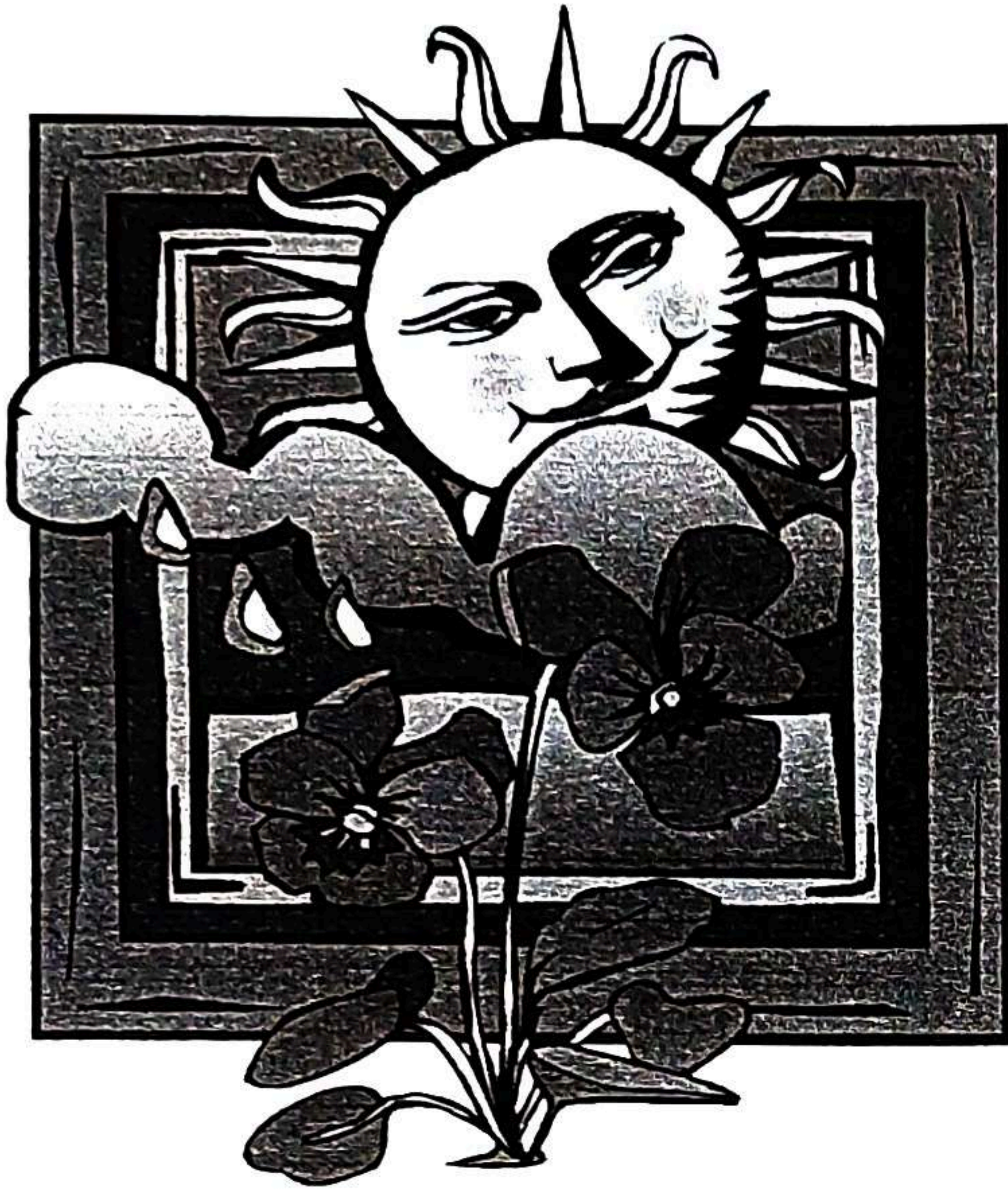
Le premier geste à faire : asperger d'eau fraîche (pas d'eau de mer) et appliquer une crème type Biafine.

Remède de grand-mère : Badigeonner de yaourt l'endroit du coup de soleil laisser agir 15 minutes puis enlever doucement avec l'eau. Le yaourt contient une grande quantité de protéines de vitamines et de minéraux qui apaisent et soignent.

Les saignements :

Le premier geste à faire : la tête en avant appuyer sur la narine qui saigne ou rouler une compresse et la placer dans le nez

Remède de grand-mère : appliquer des glaçons sur les ailes du nez ou imbiber de citron la compresse dans le nez.



RUBRIQUE JARDINAGE

Quelques conseils.....

La lune et le mois de juillet

- le 14 et le 15 : semer les légumes racines d'hiver (carottes, céleri, radis noirs, betteraves)
- le 16 et le 17 faites des confitures et conserves
- le 26 et le 27 : rabattez les arbustes qui ont terminé leur floraison
- les 3 derniers jours du mois , s'il ne fait pas trop sec , à la nouvelle lune , le 29, allez aux champignons !!

DICTONS :

Que nous disent les dictons ?

- **en juillet, mois d'abondance : le pauvre a toujours sa pitance**
- **qu'on soit fumiste ou dramaturge, c'est en juillet qu'on se purge !**
- **juillet sans orage : famine au village**
- **petite pluie de juillet ensoleillé emplit caves et greniers**



RECETTE REGIONALE

Cake au chèvre, aux noix et aux raisins

INGREDIENTS :

3 œufs
150 gr ; de farine
1/3 de sachet de levure
10 cl . d'huile de tournesol
12,5 cl. de lait entier
100 gr. de gruyère râpé
200 gr. de chèvre en bûche
50 gr de noix
50 gr. de raisins secs
1 pincée de sel
1 pincée de poivre.

Préchauffez votre four à 180 degrés (TH 6)

Dans un saladier fouettez les oeufs, la farine et la levure ; incorporez petit à petit l'huile et le lait chaud , ajoutez y le gruyère râpé

Découpez le chèvre en morceaux

Concassez les noix

Mouillez les raisins à l'eau tiède

Mettez le chèvre, les noix et les raisins préalablement égouttés dans la pâte ; mélangez le tout.

Versez dans un moule non graissé ; faire cuire au four pendant 45 minutes.

Bienvenue aux nouveaux habitants de la commune

Notre commune s'agrandit ; tous les ans de nouvelles maisons se construisent ; d'autres changent de propriétaire et se rénovent.

C'est ainsi que depuis l'année dernière huit nouvelles familles se sont installées à Baladou, d'autres dont les maisons sont en cours d'achèvement vont suivre.

Il y a dans ces nouveaux, des retraités mais aussi des jeunes couples avec des enfants qui vont renforcer l'effectif de nos écoles.

Je voudrai dire à tous ces nouveaux habitants Bienvenue dans notre commune et tous mes vœux pour une bonne intégration . Mais je pense que vous avez raison d'être venus chez nous car il fait bon vivre à Baladou.

*Jean Louis Cledele,
Maire de Baladou*

BRUNES VACANCES