



# La Plume

Décembre 2024 - N°258



## Actualités du mois

**8 décembre**

Elections complémentaires

**11 décembre 18h30**

Lecture en anglais à la bibliothèque

**14 décembre 15h**

Dictée

**17 décembre au 1 janvier (inclus)**

Fermeture de l'agence postale

**22 décembre 15h**

Passage du Père Noël

## Bibliothèque

**Club des tricoteuses**

4 et 18 décembre 14h à 17h

**Club des jeux**

11 décembre 15h à 17h

**Yoga**

Le vendredi 14h 15

## Sommaire

Conseil municipal	2
Ecole de Couture d'Argenson	4
Balade	5
ABC	6
Coup de coeur de Karine	7
La vie du village	9
Les Rêves	10
A la St Sylvestre	11
Oiseaux	12
Recettes	13
De A à Z	14
Services pratiques	15



26, Grande Rue 79110 Loubillé

Tél : 05 49 07 80 15

Courriel : [mairie-loubille@paysmellois.org](mailto:mairie-loubille@paysmellois.org)

Site internet : [www.loubille.fr](http://www.loubille.fr)

Page Facebook : Commune de Loubillé

Directeur de la publication : le maire de Loubillé



*Village des artistes*



## Commémoration du 11 novembre 2024

En cette matinée ensoleillée du 11 novembre, date de l'Armistice mettant fin à la guerre de 1914/1918, deux enfants de la commune, Louna et Eden, se sont joints à l'intervention du maire près du Monument aux Morts du village pour lire le message de l'UFAC (Union Française des Associations de Combattants et de victimes de guerre) aux habitants de la commune rassemblés pour honorer les « poilus » morts pour la France, et déposer une gerbe. Il fallait rappeler ce que furent ces Monuments aux Morts érigés dans chaque commune, « véritables sentinelles de la mémoire qui rappellent sacrifices et souffrances de nos

aînés » et espérer que « plus jamais cela ne se reproduise ! ».

Saluons le geste citoyen de ces jeunes écoliers, instruits par leur enseignante ! : c'est elle, cette nouvelle génération qui est porteuse dans l'avenir, « d'un monde sans haine ni guerre ». Espérons-le !





## Noël des seniors

Réservé aux habitant(e)s de Loubillé âgé(e)s de 70 ans et plus  
Les inscriptions pour les repas du midi samedi 11 janvier 2025 et les colis de Noël sont repoussées jusqu'à la mi-décembre.

## Noël des enfants

Comme chaque année le Père Noël (ou peut-être la Mère Noël) accompagné(e) de ses lutins, viendra dans chaque maison distribuer avec son camion et ses chants de Noël, un cadeau à chacun des 39 enfants (jusqu'à 10 ans) de la commune, le dimanche 22 décembre dans l'après-midi.

## Les élections municipales

Suite au premier tour des élections, trois personnes sont élues :

Martine Lacroix

Jérémy Romangé

Léonie Charieau

Le deuxième tour aura lieu dimanche 8 décembre.

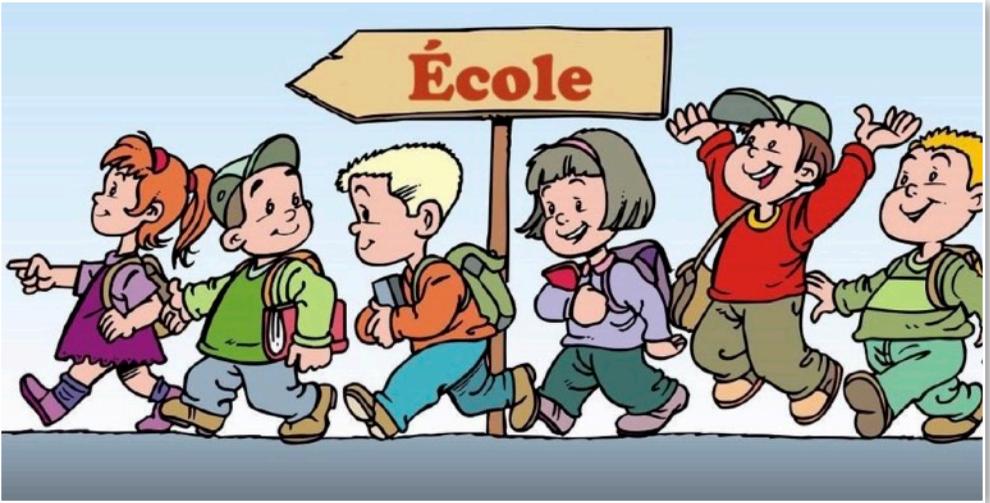


Pensez à votre vie communale et n'oubliez pas de venir voter !

## FERMETURE DE L'AGENCE POSTALE / BIBLIOTHÈQUE

L'agence postale sera fermée du mardi 17 décembre au mercredi 1er janvier inclus. Les courriers recommandés et les colis qui n'auront pas pu être distribués seront à récupérer au bureau de poste de Chef-Boutonne. N'oubliez pas votre pièce d'identité. Durant cette période seront maintenus la dictée le 14 décembre à 15 heures et l'atelier tricot le mercredi 18 décembre de 14h à 17h. La bibliothèque sera fermée durant les vacances scolaires.

Très bonnes fêtes de fin d'année à tous.



## L'école de Couture d'Argenson cherche ses futurs élèves !

Votre enfant est né en 2022 ? Ou en 2023 ?

Vous en connaissez dans votre entourage ?

Vous arrivez sur la commune ?

Merci de contacter **avant le 15 janvier 2025**, la Directrice de l'école, Mme Fortin au 05 49 07 87 28 pour toute inscription pour la rentrée de septembre 2025.





## La balade de la châtaigne, Pioussay - 3.7kms



Départ, route des Marronniers à Jouhé.

Parking proches.

« Venez vous détendre au gré d'une balade qui alliera découvertes patrimoniales et rencontre avec la nature. Cette balade citadine passe près du château de Jouhé et sous la Châtaigneraie de la Place, recelant de fabuleuses talles (rejet de la plante) multi-centenaires. »



Pour plus d'informations, visitez :

[www.ot-paysmellois.org/voir-faire/les-balades-et-randonnees](http://www.ot-paysmellois.org/voir-faire/les-balades-et-randonnees)



## **COURS DE YOGA APLOMB PRATIQUÉS PAR ANDRÉE GERBAUD DE L'INSTITUT SUPÉRIEUR D'APLOMB (ISA).**

Je tiens d'abord à remercier la municipalité de Loubillé qui met à ma disposition la Salle des Fêtes chauffée pour les cours.

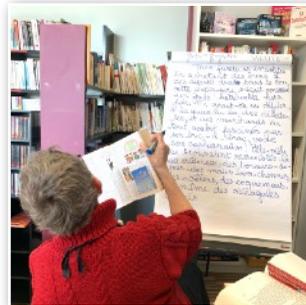
Ceux-ci ont débuté le 13 septembre avec 8 inscrits. La salle est grande et peut accueillir d'autres personnes.

Si vous voulez découvrir le Yoga Aplomb, vous serez bienvenus. J'offre 2 séances gratuites, et peu importe si les cours ont commencé, en yoga nous sommes toujours débutants.

Je donne des cours depuis 35 ans, et fais encore des stages qui me permettent d'approfondir ce qu'est le yoga.

Rendez-vous le vendredi à 14h 15.

**La prochaine dictée aura lieu le 14 décembre à 15h à la bibliothèque.**





## « La petite fille de Monsieur Linh » de Philippe Claudel

J'aimerais m'asseoir à une terrasse de café avec Philippe Claudel, j'aimerais qu'il me raconte les passants, qu'il leur invente des vies, j'aimerais l'écouter parler comme il écrit.

J'ai beaucoup lu Philippe Claudel parce que chacune de ses histoires m'a rendue admirative de son talent d'écrivain, de poète. A n'en pas douter cet homme aime les Hommes, avec un grand H, sans les juger, avec respect et confiance.

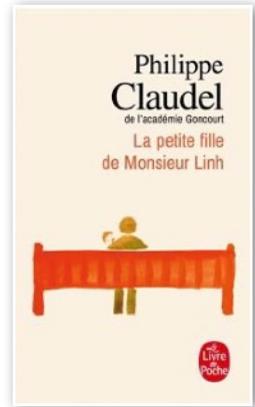
« La petite fille de Monsieur Linh » est une histoire d'exil, d'amour et d'amitié. Monsieur Linh fuit la guerre, il laisse derrière lui son pays, son fils et sa belle-fille, morts sous les bombes, avec pour seul bagage une poignée de terre pour se souvenir des rizières, une vieille photo et son bien le plus précieux, sa petite-fille, encore bébé.

Philippe Claudel dépeint l'exil comme s'il l'avait vécu, à la façon d'un peintre, chaque étape comme une couleur ajoutée au tableau, le rouge de la guerre, le gris de la ville où finit l'exil, le vert du feuillage des arbres qui redonne l'espoir, le marron de la terre qu'on a quitté, le rose de la robe de « Sang Diû », sa petite-fille.

Aux couleurs s'ajoute les odeurs d'épices, de fumée de cigarettes, d'iode...

Et parce que Claudel est un poète et un humaniste il fait de l'histoire terrible de Monsieur Linh une histoire pleine de douceur et d'espoir.

Du même auteur vous pourrez également emprunter « Quelques-uns des cent regrets »



Accès à la bibliothèque possible les jours et heures d'ouverture de l'agence postale et le mercredi de 15h à 17h



Suivez l'actualité d'ABC sur sa page Facebook :

ABC DE LOUBILLE

Martin O'Neill est un de nos auteurs locaux britannique particulièrement apprécié pour ses talents de photographe, son humour et sa bonne humeur.

Le mercredi 11 décembre à 18h 30 à la bibliothèque, il propose de lire en anglais à des lecteurs anglophones, des pages d'un de ses ouvrages « Page 99, by Joe Bancroft » dont il nous donne la teneur ci-dessous :

*« Joe Bancroft était maigre, timide et catholique. Il aimait la photographie, la musique et les filles et avait prévu de tuer son beau-père. Juste un autre jour dans la classe ouvrière de Manchester dans les années 1970 ! »*

...Ainsi que quelques avis de lecteurs :

« Une vision chaleureuse et humoristique de la vie... »

« Une lecture vraiment imaginative, drôle et agréable »

« Dès la première page j'ai été accroché !.. »

## Book Reading



Page 99, by Joe Bancroft



By local writer **Martin O'Neill**  
**Wednesday 11th December 18h 30**  
**Loubillé Library - Free Entry**  
**Apéritif ! Gateaux !**

Joe Bancroft was skinny, shy and Catholic.

He liked photography, music & girls and planned to kill his step-father.  
 Just another day in 1970s working-class Manchester!

"A warm & humorous take on life .."

"A really imaginative, funny, enjoyable read .."

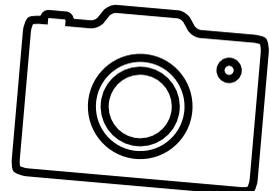
"From the first page I was hooked."

Signed copies available for just €10

### Concours photos 2024 :

« On en voit de toutes les couleurs »

Rappelez-vous, le concours photos est toujours ouvert jusqu'au 31 décembre. Nous attendons vos clichés (max 3) avec votre nom et les titres des photos, à [espaceloubille@gmail.com](mailto:espaceloubille@gmail.com)





## LouB'Arts

L'assemblée générale aura lieu le 18 janvier 2025 à 14h30 dans la salle des fêtes.

## Comité d'animation

Super journée à Ibardin avec une partie du comité.



Kebab - Burger - Pizza - Salade

## Soirées karaoké au Pitch

En décembre, Le Pitch vous propose deux soirées karaoké : Samedi 7 et samedi 14 à 18h30  
Pensez à réserver au 05 49 27 54 93



Après le sommeil, intéressons-nous maintenant aux rêves.

Les rêves sont des expériences mentales qui surviennent pendant le sommeil et qui se caractérisent par une succession d'images, de sensations, de pensées et d'émotions. Les rêves peuvent impliquer tous les sens, y compris la vue, l'ouïe, le toucher, le goût et l'odorat, et peuvent varier en terme de réalisme, d'intensité émotionnelle et de durée. Subjectifs, les rêves varient considérablement d'une personne à l'autre.

Ils peuvent être influencés par des facteurs tels que l'état émotionnel, les désirs, les expériences de vie, les soucis et les préoccupations. Certains rêves peuvent être agréables et joyeux tandis que d'autres, les cauchemars, seront perturbants voire angoissants.

Le cauchemar engendre une importante anxiété, nous réveillant complètement, en général pour nous rassurer. Il survient dans la phase de sommeil paradoxal en fin de nuit et est à différencier des terreurs nocturnes.

Chaque nuit un adulte rêve environ 1h30. Nous faisons un à plusieurs rêves mais leur souvenir est fugace. Au réveil, le rêve s'efface et ne reviendra éventuellement que par bribes au cours de la journée.

Différentes hypothèses ont été émises sur l'utilité des rêves et plusieurs expériences tendent à montrer que les rêves auraient un rôle dans le processus de mémorisation des apprentissages. Certains chercheurs pensent que les rêves sont un moyen pour notre cerveau de traiter et de consolider les informations et les expériences vécues pendant la journée. En rêvant, notre esprit revisite et restructure les informations ce qui peut aider à renforcer les souvenirs et à favoriser l'apprentissage.

En tous cas, les rêves restent un sujet complexe et fascinant qui continue à susciter l'intérêt et la curiosité de chercheurs et de philosophes.

« Les rêves sont la littérature du sommeil »

Jean Cocteau.





# Loubillé

Salle des fêtes

31 décembre 2024 à partir de 19 h

# RÉVEILLON

*Animation DJ et cotillons*

**70 € /pers et 20 € /enfant** (entre 5 et 12 ans)

- *Traiteur Stéphane DUMONT* -

## Menu Adulte

Cocktail du jour de l'an avec toasts  
Mises en bouche  
Assiette mixte huîtres et/ou gambas au choix  
+ 1 verre de vin blanc sec  
Foie gras mi-cuit et son chutney exotique  
+ 1 verre de vin moelleux  
Trou charentais  
Cuisse de canard châtelain farcie d'une compotée  
de fruits secs, crêpe aux fines herbes  
+ 1 verre de vin rouge ou rosé  
Plateau de fromage et verdure  
Macaron cœur mangue et passion  
Café et douceurs  
Une coupe pétillante

## Menu Enfant

Cocktail de fruits sans alcool  
Mousse de canard, saucisson  
Aiguillettes de volaille  
Gratin dauphinois  
Fromage  
Buchette glacée.



**Inscriptions jusqu'au 20/12/24**

**06 59 61 23 84 ou 06 75 92 43 65**

*Réservations validées après paiement  
(Chèque à l'ordre de l'Association La Biagerie)*



**Organisé par l'Association La Biagerie  
4 place de la Biagerie – 16240 LONGRÉ**





## LE TROGLODYTE MIGNON - Suite et fin

### Reproduction nidification

Dès le début du printemps, le mâle s'active à la construction de plusieurs nids disposés à des endroits stratégiques de son territoire. Le nid est surtout composé de mousse et de feuilles mortes, associées à quelques brindilles. Il a la forme d'une boule plus large et surtout plus profonde que haute et présente un orifice d'entrée latéral, adapté à la taille de l'oiseau, dans sa partie supérieure. L'orifice est légèrement tourné vers le bas et protégé par un petit surplomb.



La chambre interne, qui fait 6 cm de diamètre environ, est tapissée d'éléments douillets.

Le nid est solidaire de son support. Il est souvent accroché dans le lierre le long d'un mur, d'un rocher, d'un tronc. L'oiseau peut également construire son nid dans un entrelacs de racines d'une berge érodée de cours d'eau ou d'une souche d'arbre déraciné par le vent, ou encore dans une anfractuosité de rocher. Un tas de branchage ou un stère de bois peut aussi faire l'affaire. Des situations insolites peuvent se présenter, comme un nid construit sur un nid d'hirondelle rustique à l'intérieur d'une écurie ou d'une grange et coincé sous le plafond.

C'est à la femelle que revient le choix du nid dans lequel elle pondra. La ponte est de 5 à 7 œufs blancs tachetés de rougeâtre qu'elle couvera seule pendant une quinzaine de jours. Les jeunes, nourris par les deux parents, quittent le nid 15 à 17 jours après l'éclosion et restent encore à leur charge pendant une quinzaine de jours.

L'espèce pratique la polygamie, ce qui explique probablement que les mâles construisent plusieurs nids, avec l'espoir d'attirer plusieurs femelles. De leur côté, et quand les circonstances d'environnement le permettent, les femelles élèvent deux nichées successives.

### Distribution

Son aire de répartition est très vaste car elle s'étale de l'Islande aux Aléoutiennes, soit sur l'ensemble du continent eurasiatique et ses îles extrêmes, et ce aux latitudes tempérées. L'espèce pénètre également le continent africain au Maghreb et en Cyrénaïque.

### Menaces - protection

L'espèce est commune et non menacée sur la quasi-totalité de son aire.

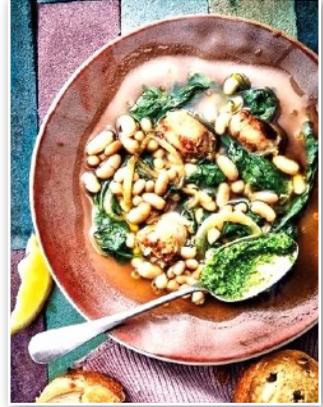


## SOUPE DE HARICOTS ET SAUCISSES DE TOULOUSE

2 oignons, 250 gr d'épinards, 4 saucisses de Toulouse, 4 cs d'huile d'olive, 800 gr de haricots blancs cuits, 1 l de bouillon de légumes ou de volaille, 1 jus de citron, 1 gousse d'ail, sel, poivre et 2 feuilles de laurier.

Émincer l'oignon et le faire revenir dans 2 cs d'huile d'olive. Couper les saucisses en 4 et les ajouter aux oignons et les faire dorer. Ajouter la gousse d'ail émincée, le laurier, le sel, le poivre, les haricots et le bouillon.

Laisser mijoter 10 mn, dès frémissement ajouter les épinards, le jus de citron et 2 cs d'huile d'olive.



## TARTE AUX POIRES ET CHOCOLAT

1 rouleau de pâte brisée ou sablée, 1 boîte de poires au sirop, 100 gr de poudre d'amande, 1 tablette de chocolat noir, 3 œufs, 20 cl de crème fleurette, 3 cs de sucre.

Chauffer le four à 180°. Égoutter les poires. Faire fondre le chocolat au micro-onde.

Battre les œufs avec la crème et le sucre puis ajouter le chocolat refroidi.

Dans le fond de tarte piqué, saupoudrer la poudre d'amande et verser la crème au chocolat.

Déposer les poires sur la crème et enfourner pour 30mn.





## CONSTIPATION

Généralement, ce sont les femmes qui souffrent le plus de la constipation. Pour lutter contre cette maladie bénigne mais qui empoisonne l'existence, il est préférable de ne pas céder à la tentation du laxatif quotidien qui à la longue irrite l'intestin et le rend encore plus paresseux. Quelques recettes naturelles donnent de bons résultats :

- Tous les matins à jeun, avaler un grand verre d'eau minérale froide ou au contraire, de l'eau légèrement tiède un peu salée.
- Boire un jus de citron délayé dans de l'eau tiède additionné d'une cuiller à café de miel.
- Prendre l'habitude de manger quelques pruneaux ou des figues sèches qui ont une action doucement laxative sur l'intestin.

- Deux fois par jour, le matin et le soir avant le coucher, avaler une cuiller à soupe de pollen. Il est possible de le mélanger avec du miel liquide pour faciliter l'ingestion.

- Pour les courageux : une cuillerée à soupe d'huile d'olive diluée dans un jus de citron chaud est en principe radical.

- Et enfin le remède le plus simple et recommandé par les médecins consiste à boire beaucoup d'eau au cours de la journée : les constipations les plus opiniâtres cèdent vite devant l'absorption d'au moins 1 litre et demi par jour.



## COQUELICOTS

**Bouquet :** Pour que les coquelicots ne soient déjà passés avant d'être mis en vase, il faut cueillir les tiges avec les fleurs encore en boutons bien fermés qui prendront ainsi le temps de s'épanouir. Il est recommandé aussi de brûler la tige à la flamme d'un briquet ou d'une allumette pour coaguler la sève laiteuse qui s'en échappe et les fleurs résisteront beaucoup plus longtemps dans l'eau.

**Santé :** le coquelicot de nos champs fait partie de la même famille que le pavot fournisseur d'opium mais n'en a pas les effets ravageurs. Il peut cependant favoriser le sommeil et apaiser les toux nerveuses. Il est possible de l'utiliser en infusion : 1 pincée de pétales secs dans une tasse d'eau bouillante. Ou en sirop : 100g de pétales pour 1 litre et demi d'eau bouillante et 1,500 kg de sucre. Laisser infuser toute une nuit et filtrer.





## Ouverture de la mairie :

Lundi : de 9h à 12h

Mercredi et vendredi : de 14h à 18h

Pour rencontrer le maire ou un adjoint, il est conseillé de prendre RDV.



## Agence postale communale et bibliothèque

Du mardi au vendredi : 10h - 13h

Le samedi : 9h - 12h

**Permanence Bibliothèque** : Le mercredi de 15h à 17h

**Fermé** mardi 17 décembre 2024 au 1er janvier 2025 (inclus)



## Messe :

Horaires affichés à l'église ou se renseigner à la paroisse.



## Communauté de communes Mellois en Poitou

2 place de Strasbourg 79500 Melle

Tél : 05 49 290 290 - [www.melloisenpoitou.fr](http://www.melloisenpoitou.fr)



## Déchetterie de Chef-Boutonne (Route d'Aubigné) :

Eté : du 01/04 au 30/09	Hiver : du 01/10 au 31/03
Du lundi au samedi 09h30 à 12h - 14h à 18h	Du lundi au samedi 09h30 à 12h - 14h à 17h



## Gendarmerie de Chef-Boutonne (Espace Mérovéa)

Tel : 05 49 29 80 05 ou composer le 17

Lundi et samedi : de 8h à 12h

Mardi : de 14h à 18h



## Permanence des pharmacies :

En cas d'urgence, s'adresser à la gendarmerie.



**Participant à l'élaboration et à la distribution de ce journal :**

Chantal et Christian Bory - Jacqui et Adrian Brown - Hélène Collet

Kate et Neil Collins - Dominique Coutisson - Karine Daix - Paula Lassey - Sue Maxam

Martin O'Neill - Sylvie Patri - Christine Petrault - Françoise Thomas Collet - Lesley Walsh



Photo crédit : Martin O'Neill