



Rou-M@rson Lettre d'infos

n°19 - Avril 2017

Randonnée des Fouées à Rou-Marson



ROU MARSON

Le 22 avril 2017

8.4Km

à travers bois et à la découverte
du land-art sur le parcours du
sentier botanique.

Dégustation de fouées



Départ : Place du Château à Marson de 18h00 à 19h00

Tarif : 7€ /personne si réservation (2 fouées offertes).

9 € le jour même.

Réservation au 02 41 40 30 09 (de 18h à 20h) jusqu'au 20/04

Gilet fluorescent et lampe torche indispensables

Comité des Fêtes de Rou Marson – Association Sportive et Culturelle de Verrie /Rou Marson (ASCVRM)
PEB (Patrimoine Environnemental Botanique)

"Randonnée des Fouées"

Les responsables et bénévoles de l'Association Sportive et Culturelle Verrie Rou-Marson, du Comité des Fêtes de Rou-Marson et de l'Association Patrimoine Environnement Botanique vous attendent le samedi 22 avril pour une marche semi-nocturne afin de partir à la découverte du « Land-Art » sur le sentier botanique de la commune.

Départ : place du Château de Marson de 18h à 19h.

Tarif : 7€ si réservation (02.41.40.30.09 de 18h à 20h) avant le 20/04 donnant droit à 2 fouées et 9€ le jour même.

Gilet fluorescent et lampe torche obligatoires.



Aménagements et travaux dans la commune



Pour finaliser l'embellissement du carrefour de la rue Henri Fricotelle et de la rue du Docteur Perreau à Marson, un plessage a été réalisé par Pierre Bourigault (1er adjoint au maire de la commune).

Pour vous inscrire et recevoir la prochaine lettre d'infos par mail ou vous désinscrire, envoyez votre demande à l'adresse mail suivante : lettre-infos@rou-marson.fr

Dicton du mois

« Quand avril commence trop doux, il finit le pire de tous. » »

Agenda du mois

dimanche 9 avril

Ouverture de la saison de pêche à l'étang des marais de Rou, à partir de 7h00.
Cartes à retirer en Mairie.

lundi 17 avril

Familles Rurales organise une **Chasse aux oeufs** pour les enfants de 3 à 10 ans de 10h00 à 12h00 et un **Troc jardin** de 10h00 à 13h00. Rendez-vous au lavoir des Ulmes.



La prochaine réunion de
Conseil Municipal
aura lieu le
mercredi 5 avril 2017
à 19H30



Don du Sang

Collecte de Don Total
organisé par l'A.D.S.B.
le lundi 24 avril
Salle des Arènes à Doué la Fontaine
de 15h30 à 19h30

Remèdes de « Grand-Mère »

Vinaigre de cidre pour la beauté

Comment utiliser le vinaigre de cidre pour des recettes de beauté ?

Pour avoir une peau douce et lumineuse, nos aïeules préparaient des soins de beauté avec seulement quelques ingrédients à leur portée. Nous vous livrons 3 recettes de grand-mère au vinaigre pour les soins du visage.



La lotion nettoyante au vinaigre

Nos grands-mères utilisaient le vinaigre de cidre pour nettoyer leur visage en profondeur. Pour réaliser cette lotion, mélangez tout simplement 100 ml de vinaigre de cidre dans 200 ml d'eau. Appliquez cette lotion tonique chaque matin directement sur votre visage à l'aide d'un coton. Conservez la préparation au réfrigérateur.



Le masque au vinaigre

Les vertus de l'argile verte ne sont plus à présenter. En combinant du vinaigre de cidre avec la substance argileuse, il est possible de composer un masque désincrustant pour le visage qui va éliminer toutes les impuretés et resserrer les pores. Mélangez les deux produits pour obtenir une belle pâte que vous appliquez sur votre visage. Après une dizaine de minutes, rincez abondamment à l'eau tiède.



La lotion au vinaigre pour peaux grasses

Les feuilles de menthe sont idéales pour rétablir les problèmes de peaux grasses à tendance acnéique. Cette lotion a également l'avantage d'être agréablement parfumée. Ciselez des feuilles de menthe propre (l'équivalent de 4 cuillères à café) et laissez macérer ces dernières dans du vinaigre de cidre (2 cuillères à café environ). Laissez reposer une bonne semaine. Lorsque la lotion a correctement macéré, filtrez le tout. Adoucir le produit avec de l'eau distillée (25 cl). Appliquez sur le visage à l'aide d'un coton matin et soir.

Côté Cuisine

Oeufs de Pâques fourrés au chocolat praliné

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 6 oeufs
- 2 c. à soupe de praliné
- 30 cl de crème liquide à 30%
- 300 g de chocolat noir pâtissier

Préparation :

Étape 1 :

Avec une aiguille assez fine, former un petit trou de part et d'autre de l'œuf. Agrandir ce trou à l'aide de cette aiguille pour avoir d'un côté un trou de 3 mm et de l'autre un aux alentours de 10 mm de diamètre. Placer l'œuf au dessus d'un récipient et souffler dans le petit trou pour évacuer son contenu par le gros trou. Rincer l'intérieur de l'œuf à l'eau chaude et laisser sécher. Poser un adhésif pour boucher le petit trou.

Étape 2 :

Mettre la crème liquide à bouillir avec le praliné. Verser sur le chocolat et mélanger jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse. Equiper une poche à douille d'une douille qui puisse entrer dans le trou de 10 mm (pas trop fin sinon ça risque de boucher). Verser le mélange dans la poche. Remplir les œufs de cette préparation et les mettre au frais pour 3 heures.

Étape 3 :

Avant les servir, retirer la coquille sur une grande partie du dessus de l'œuf et retirer l'adhésif en dessous. Servir dans un coquetier à la façon d'un œuf à la coque.

