



Jeudi 27 avril 2017

## Contenu des paniers :

Petit panier : blette, radis, salade, oignon blanc

Grand panier : blette, radis, salade, oignon blanc

Attention: la composition des paniers peut varier d'un point de départ à l'autre. Merci de votre compréhension.

**Valeur monétaire des paniers :** Si on se penche sur le cours des légumes bio, les petits paniers de la semaine dernière sont évalués à 10.00 € et les paniers familiaux à 18.00 €.

## Brouillade d'œufs à la verdure

Ingrédients pour 6 personnes :

- 12 œufs
- Fanes de radis et de navets
- Feuilles de roquette
- Vert de blettes
- 1 bouquet de persil
- 2 gousses d'ail
- Poivre de Cayenne
- 1 pincée de piment d'Espelette
- Sel fin
- 3 c à s d'huile d'olive

### Préparation des ingrédients

Lavez et nettoyez les fanes de radis et de navets, effeuillez le persil et ciselez-les. Epluchez et écrasez les gousses d'ail. Cassez les œufs dans un saladier, ajoutez du poivre et salez, battez-les.

### Préparation

Dans une grande poêle, faites chauffer 3 c à s d'huile d'olive avec l'ail écrasé et faites suer les fanes, la roquette et le persil, environ 5 mn. Lorsque l'eau de cuisson est évaporée, versez les œufs, cuisez en remuant avec une spatule. Lorsque les œufs sont cuits et encore moelleux, versez cette brouillade dans un plat creux.

## Les événements du mois prochain!

10-05 : atelier cuisine - cueillette de plantes du jardin et cuisine à partir de ces plantes. Un indice sur la plante : c'est libre, sauvage et personne ne peut l'acheter....alors, alors?

17-05: Fête de la Nature: Il se passe des choses extraordinaires dans la nature. Vous ne le croyez pas ? Venez, nous allons vous le montrer ! Il vous suffira d'affûter vos yeux, de tendre l'oreille et de chercher le merveilleux dans ce qui semble si banal. Nous vous emmenons à la recherche des supers pouvoirs de la Nature.

Plus d'informations au 01.39.35.27.36 ou par mail:

animation-nature@plainedevie.org



PLUS DE 5000 BALADES ET ANIMATIONS SUR WWW.FETEDELANATURE.COM



## Annonce

Pendant tout le mois d'avril Plaine de Vie organise une vente de plants tous les jeudi après-midi pendant la distribution des paniers.

Vous pourrez en acheter à l'unité ou en caissettes de 10 à 20€ en vrac.

On vous attend nombreux!



## Performance chorégraphique

avec la Compagnie Tournesol en forêt sur le Chemin du philosophe

**Dimanche 30 avril 2017**

Rendez-vous à 10 heures devant le Château de la chasse en forêt de Montmorency. <http://tinyurl.com/chateauchasse>.

Participation libre. Inscriptions nécessaires, limitées à 20 personnes. [chauvoischristine@gmail.com](mailto:chauvoischristine@gmail.com)



<http://cheminphilo.blogspot.fr/>



C'est un jour un peu spécial aujourd'hui pour Bellena car elle emménage dans son logement avec ses 4 enfants. Elle est à la recherche de mobilier et fournitures: four, canapé, lits, buffet, matelas, vaisselle, congélateur, meubles de cuisine, armoire...tout pour emménager finalement! Son ancien logement était insalubre. Elle vit maintenant à Villiers le Bel ! Un nouveau tournant pour elle et sa famille!



## Recherche de matériel:

- Rouleaux de papier toilette
- Boîte d'œufs
- Boîtes mouchoirs carrées
- Canettes de soda
- Draps pour faire voiles d'ombrage sur les cultures
- Livres de codes de la route (relativement récents)



Cette action est cofinancée par le Fonds Social Européen dans le cadre du programme opérationnel national « Emploi et Inclusion. » 2014-2020

# La Gazette de Roberte...

La gazette de Roberte est née d'une envie d'informer les adhérents du réseau de Plaine de Vie sur des thèmes liés à la biodiversité et bien souvent sur la cause animale. C'est devenu un bonus de la feuille de chou.

## Quelques chiffres...

Rapport WWF : 30% des sites Unesco menacés par le trafic d'espèces sauvages... pour lire ce rapport

[www.wwf.fr/?12360/Rapport-WWF-30-des-sites-Unesco-menaces-par-le-trafic..](http://www.wwf.fr/?12360/Rapport-WWF-30-des-sites-Unesco-menaces-par-le-trafic..)

La région du Grand Ours, véritable joyau écologique abrite de nombreux ours, d'où son nom. **Unique au monde, l'écosystème surexploité, subissait les conséquences résultant de l'activité humaine de plus en plus forte.**

Sous la pression constante du WWF et de ses partenaires, un accord fondamental qui assure **une protection permanente à 6,4 millions d'hectares de forêt**, soit une aire représentant deux fois la taille de l'île de Vancouver. Le 15 % restant sera accessible pour l'exploitation forestière, mais demeure sous les normes commerciales les plus strictes en Amérique du Nord. **Pour plus de détails** : [www.wwf.fr/vous\\_informer/effetpanda/?7860/La-foret-pluviale-du...Ours-a...abri](http://www.wwf.fr/vous_informer/effetpanda/?7860/La-foret-pluviale-du...Ours-a...abri)



Cette semaine, j'ai choisi une chanson de Mylonite...ET SI C'ÉTAIT TOI...

*"Je pense sincèrement que l'empathie est le plus important des sentiments et que c'est via celui-ci que l'humanité évolue en prenant en compte et en respectant ce qui l'entoure, de ce fait soyons empathiques avec tous les êtres vivants et sans "frontières"... a écrit Mylonite dans la description de son morceau sur YouTube*

<https://www.youtube.com/watch?v=FeasEkGdP>

BU

## QUELQUES CONSEILS

### Attention

à votre **débroussailleuse** qui déchiquète les hérissons quand ils dorment, s'occupent de leurs bébés, ou hibernent.

### Attention aussi

aux **tondeuses à gazon** quand l'herbe est très haute. Déplacez les tas de feuilles et d'herbes avec une pelle avant de les jeter. Encore mieux, laissez ces feuilles et herbes à composter au fond du jardin !

## Il y a une loi...une autre loi...

Outre la loi dont je vous parlais la semaine passée sur la taille et l'élagage en période de nidification, il est strictement interdit de brûler des ordures ménagères dans son jardin sous peine d'amende : une **circulaire interministérielle du 29 novembre 2011** adressée aux préfets précise les interdictions relatives au brûlage des déchets verts.

Une dérogation concerne l'absence de collecte de déchets verts ou de déchetterie à proximité...mais sachant qu'il y a une vingtaine de déchetteries dans notre département, il n'est pas difficile pour nous de respecter la loi. De plus, les communes de plus en plus organisent des collectes de déchets verts...

**Pourquoi ne pas brûler ?** Risques d'incendies, fumées pouvant être toxiques et parfois à l'origine de troubles du voisinage, dommages à l'environnement, et risques de brûler des petits animaux cachés sous les feuilles et branchages...par exemple les hérissons... Eux aussi ont installé leurs nids, et pour ne pas les déranger, voire les détruire, il nous faut prendre des précautions...



Découpez dans le grillage un carré d'une quinzaine de cm<sup>2</sup> pour qu'il puisse traverser sans risques. Demandez à votre voisin de faire de même...son territoire sera agrandi, et il se réglera avec limaces escargots de vos jardins...mais attention pas de produits chimiques qui pourraient le tuer...

## Vous avez trouvé un animal en détresse ?

Aujourd'hui on peut s'adresser aux vétérinaires, nombreux sont ceux qui acceptent de donner les soins d'urgence.

On peut s'adresser à la LPO... sur cette adresse toutes les infos...

<https://ile-de-france.lpo.fr/tous-biodiv...detrresse/.../ou-confier-un-animal-en-detrresse>

**Et enfin en IDF, nous avons la chance d'avoir le CEDAF** (centre d'accueil de la faune sauvage) situé à Maison Alfort est accessible 24h/24 et 7j/7 pour y confier un animal sauvage en détresse.

Présentez-vous auprès du gardien à l'accueil.

**Adresse** : 7 avenue du général de Gaulle, 94704 Maisons-Alfort. **Accès** : Métro 8 – École vétérinaire de Maisons Alfort



**Un livre pour nos enfants...** et pour nous aussi les adultes !

Un coin sauvage dans le jardin! **Christine Flament** (Auteur) Paru en mai 2001 ( **MAIS TOUJOURS D'ACTUALITE...**) album jeunesse (broché)  
« Quelle drôle d'idée! Et puis d'abord, ça fait sale et désordonné. Oui, mais... Mais plein d'animaux y vivent, grandissent, s'aiment et meurent: oiseaux, papillons, hérissons, crapauds... Et en plus, ils vous donneront un coup de main pour chasser les indésirables. Alors offrez un refuge aux animaux sauvages, offrez-vous le plaisir de les regarder vivre! » A partir de 7 ans