



Contenu des paniers :

Petit panier : courgette, salade, ciboulette, fèves, épinard ou petit pois

Grand panier : chou rave, courgette, salade, ciboulette, radis rose, petits pois

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 9.10 € et les paniers familiaux à 14.50 €.

Envie de parrainer un ami, voisin ou parent aux paniers de légumes bio? N'hésitez pas à nous faire connaître autour de vous!

Le Chemin

En juillet 2014, après une expérience d'encadrant technique à Plaine de Vie chantier d'insertion et à ESPERER 95 également chantier d'insertion par l'activité économique, Paul KENMEGNI dépose ses valises au Cameroun pour porter le projet de promotion de l'agriculture biologique, de l'agro-écologie et du développement de l'agriculture familiale. Comme tout chemin, le projet connaît des avancées et des haltes ; des réconforts et des difficultés. Le jeudi 22 juin à 19 heures et à Ezanville dans les locaux de l'association Plaine de Vie, 42 rue du Chemin vert, nous partagerons cette aventure avec la projection du court métrage réalisé sur le site pilote du projet par une télévision locale de la ville de Dschang au Cameroun.

Soyez les bienvenues et venez partager avec nous.



Gratin de fèves à l'emmental

- 2,5 kg de fèves
- 40 cl de crème
- 4 jaunes d'œufs
- 50 g de gruyère
- 50 g de comté
- 50 g d'emmental
- 1 brin de thym
- Sel fin
- Poivre du moulin

Préparation des ingrédients:

Ecossez les **fèves**, faites-les blanchir 3 mn dans de l'eau bouillante égouttez et rafraichissez-les sous l'eau froide et ôtez le tégument.

Réservez. Râpez les 3 fromages. Beurrez un plat à gratin. Préchauffez le four à 180°, thermostat 6.

Préparation:

Dans une casserole, versez la crème, salez et poivrez et portez à ébullition. Ajoutez les fèves, les jaunes d'œufs et le fromage râpé. Versez dans un plat à gratin. Parsemez de thym effeuillé et faites cuire jusqu'à ce que le dessus dore légèrement. Servez chaud.

Les acteurs de l'IAE d'Ile-de-France présents au salon « Jardins Jardin » du 1er au 4 juin à Paris

Plus de 40 Structures d'insertion par l'activité économique développent en Ile-de-France des activités d'entretien, de création et d'aménagements d'espaces paysagers, avec souvent des approches innovantes en matière de génie écologique ou de valorisation des milieux naturels ou urbains. Le secteur de l'Insertion par l'Activité Economique (IAE) permet à plus de 900 franciliens d'acquérir et de développer des compétences sur les métiers du paysage.

A l'initiative de l'inter-réseau régional GRAFIE, et dans le cadre d'un partenariat avec les entreprises du paysage d'Ile-de-France (UNEP IDF), **les acteurs de l'IAE seront présents au salon Jardins jardin qui se déroulera du 1er au 4 juin 2017 aux tuileries (Paris 1erarr.).**

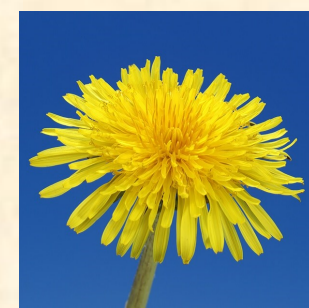
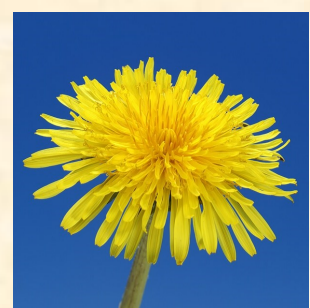
Le GRAFIE et cinq SIAE - Auteuil Parcs et Jardins, Espaces, Initiatives77, Interface-formation, Plaine de Vie - vous invitent dans le cadre de cette manifestation à venir découvrir leur savoir-faire et à partager autour de projets associant engagement sociétal et passion pour le jardin.

Pour tout savoir sur la manifestation et pour réserver votre billet : <http://www.jardinsjardin.com>

Pour toute information : steven.marchand@fnarsidf.org
06.72.86.67.75



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



Événement nature !

3 juin 2017 à Plaine de Vie !

Comme chaque année, Plaine de Vie ouvre les portes de ses jardins et vous convie à l'événement nature local. Vous pourrez visiter nos cultures, participer au repas partagé, aux animations nature, écouter un conte musical, voter pour la meilleure photo, remporter un des lots de la tombola 100% gagnante, rencontrer des artisans locaux mais surtout passer un moment convivial avec tous les acteurs de l'association. On vous donne donc rendez-vous le samedi 3 juin 2017 à partir de 9h pour les plus matinaux (seulement les participants à la fresque murale) et 11h pour les autres festivités :)

Le programme :

08h30: montage des barnum + installation stands par les équipes de Plaine de Vie

10h00: Arrivée des exposants – aide de la part des équipes de Plaine de Vie

11h00: Ouverture des portes fermées

11h—18h: marché artisanal et local

11h—18h: tombola 100% gagnante (très beaux lots à gagner!)

12h30: Repas partagé (apporter quelque chose ou participer à hauteur de 5 €)

14h00: début des animations Nature (contes musicaux, ateliers créatifs, jeux sur la nature, pêche dans la mare...)

14h15: visite des jardins et cultures de Plaine de Vie

18h00: fermeture des portes ouvertes



Le marché artisanal et local

Vous aurez le plaisir de retrouver des fraises (fraiseraie du Plessis), des cerises bio, du beurre de karité (trésors et nature), de l'huile d'olive, du miel, des vêtements pour bébés (premiers pas), des savons naturels (Elishea), des dégustations faites à partir d'un thermomix, des plants et graines bio (Plaine de Vie), des confitures bio (les confitures de Bob), des momos tibétains, des sacs fait main (les sacs de Réjane) des bouillottes végétales, les produits issus du commerce équitable (Artisans du Monde).

Vous retrouverez aussi Sandra au stand de massages Shiatsu et Marina, au stand de maquillages.



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.

Après la fête des mères le 28/05... la fête des mares !!!

Pour la deuxième édition: du 3 au 11 juin !

Ces milieux pourtant si importants pour la faune et la flore sont en grand danger...
A cause de l' « UGV » urbanisation à grande vitesse ! de l'agriculture intensive donc pas bio et pas protectrice des écosystèmes, sans oublier toutes les pollutions qui n'épargnent rien ni personne...

Quelques chiffres alarmants...

50% de la surface des zones humides en France ont disparu entre 1960 et 1990

Au niveau mondial les scientifiques estiment une disparition des zones humides à près de 65% !

Il y a eu la journée mondiale des zones humides en février, et dans quelques jours, à notre échelle, la fête des mares...

Journée de lancement de la Fête des mares au Parc Floral de Paris

Le samedi 3 juin 2017, la SNPN et la Mairie de Paris (Maison Paris Nature) organisent la journée de lancement de la Fête des mares au Parc Floral de Paris. Les partenaires de la Fête des mares se sont rassemblés pour proposer une journée amusante, ludique et instructive ! Les festivités auront lieu dans les locaux de la Maison Paris Nature aux pavillons 1 et 2, de 11h à 18h. [Découvrez le programme](http://www.snnpn.mares-idf.fr/)
www.snnpn.mares-idf.fr/

Cette semaine, je rends hommage à Pierre BACHELET un visionnaire disparu trop tôt, il y a 12 ans...

" Le Testament de l'Océan Pierre Bachelet " (1989)

Album : Quelque part... c'est toujours ailleurs

« Je vous avais donné les clés de l'atlantique
Et vous avez tué les chants de Moby Dick
Et tellement de baleines et de aigles marins
Les vents des quarantièmes et les yeux tendres des dauphins

Mais aujourd'hui s'achève

La vie sur cette grève.... »

Pour l'écouter et visionner la sublime vidéo...

https://www.youtube.com/watch?v=qt3G_Y4yf8U



**Comme nous,
Ils ont besoin
d'eau pour
survivre**

Alors, pourquoi ne pas installer dans un coin tranquille du jardin partiellement ombragé, une mini mare de ce type... accessible aux petits animaux du jardin, avec des petites plantes de la région, quelques grosses pierres sur lesquelles ils peuvent se poser... ainsi ils ne se noieront pas...

En ce moment, il fait très chaud, et les animaux, comme nous, souffrent de la chaleur, et/ou de déshydratation. Ils ont de plus du mal à trouver leur nourriture pour eux et leurs petits... quelques graines, les cerises de notre arbre, pourront aider les oiseaux, et bien sûr, cette mini mare où ils pourront boire et se rafraîchir...

Les hérissons sont très sensibles à la chaleur également, ils ont du mal à se nourrir quand la terre est très desséchée... eux aussi se délecteront de l'eau que vous mettrez à leur disposition et de quelques croquettes du chat...

Beaucoup d'animaux meurent en ces périodes de canicule, nous pouvons les aider, un peu d'eau et un peu de nourriture pour traverser ces moments difficiles...

Beaucoup d'insectes se noient dans les piscines, des hérissons aussi parfois...

Si on prenait des précautions... comme l'indique le sanctuaire des hérissons...www.herisson.eu

On peut acheter ou bricoler une rampe pour eux qui peut servir aussi à notre toutou ou à notre minou...

On peut mettre une feuille de nénuphar ou autre, voire plusieurs dans les grandes piscines...pour permettre aux insectes de venir boire sans se noyer... et une bâche sur les piscines hors sol dès que nous sortons de l'eau...

Les insectes sont nos amis, évitons leur la noyade autant que possible...



Même sur un balcon, on peut installer un bain d'oiseaux... on n'oublie pas de mettre une planchette pour permettre aux insectes de ressortir sans se noyer...
Merci pour eux !

