



Plaine de vie

42 rue du chemin vert, 95460 Ezanville

0139352736

www.plainedevie.org

Feuille de Phou

n°874

Jeudi 31 Août 2017

Contenu des paniers :

Petit panier : concombre, courgette, poivron/aubergine, tomate, tomate cerise

Grand panier : concombre, courgette, poivron, tomate, tomate cerise, ciboulette

Attention: la composition des paniers peut varier d'un point de dépôt 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 9.90 € et les paniers familiaux à 18.00 €.

C'est bientôt la rentrée!

Un certain nombre de salariés ont des enfants et nous sommes actuellement à la recherche de matériel scolaire. Si vous en avez en stock et ne savez pas quoi en faire, nous sommes preneurs!

Merci d'avance pour eux!

Les rendez-vous du mois prochain:

06-09: Atelier jardin : Venez au jardin pour passer un après-midi convivial au contact de la terre.

13-09: Atelier cuisine : Espace d'échange et de découverte de nouvelles recettes avec des légumes de saison.

20-09: Atelier découverte: sortie forêt

Appel à volontaires aux Forums des associations!

Comme chaque année, Plaine de Vie tiendra un stand sur différents forums d'associations des villes alentours. Voici les dates:

Samedi 09/09 : Forum d'Ezanville, Bouffémont et de Domont

Dimanche 10/09 : Forum d'Ecouen, Saint-Brice

Nous sommes à la recherche de bénévoles pour représenter l'association. Merci de revenir vers moi pour me donner vos disponibilités. Il est possible de tenir une permanence de 2h si vous le pouvez! Merci d'avance,

Tatiana, du réseau des adhérents

La photo de la semaine

Papillon sur fleur des champs ou Procris (Coenonympha pamphilus) sur chrysanthème des moissons. Crédit: Jérémy Voirin, encadrant technique en espaces verts. Chapeau l'artiste!



LA RECETTE NATURELLE DU RÉPULSIF AU BASILIC



**Les insectes détestent
l'odeur du basilic !**



1. Dans un spray, mettez 1/2 litre d'eau.

2. Ajoutez 20 gouttes d'huile essentielle de basilic dedans.

3. Pulvérisez autour de vous, autour des fenêtres et des portes.

4. Plantez aussi du basilic frais autour de la maison.



5. Placez des pots de basilic sur le rebord des fenêtres et la terrasse.

+ de P'tits Trucs : comment-economiser.fr

Tartine aux œufs brouillés, ciboulette, tomates cerises confites

Pour les œufs :

- 2 œufs
- 1 noix de beurre
- 1 c. à soupe de crème fraîche
- 1/2 botte de ciboulette
- 20 g de Feta

Pour les tomates-cerise confites :

- 100g de tomates-cerise
- 5 cuillères à soupe de sucre
- 2 branches de thym
- 3 feuilles de laurier
- 2 gousses d'ail
- de l'huile d'olive
- sel, poivre
- une belle tranche de pain de campagne

Préparation des tomates cerise confites :

Posez les tomates dans une grande poêle ou dans un wok après les avoir soigneusement rincées.

Ajoutez le thym, le laurier et les gousses d'ail (dégermées et coupées en 4).

Salez, poivrez. Ajoutez le sucre. Arrosez généreusement d'huile d'olive.?

Faites cuire 30 minutes à feu moyen et à couvert, en remuant de temps en temps.

À l'aide d'un pinceau, badigeonnez la tranche de pain de campagne avec un peu d'huile d'olive.

Faites légèrement dorer sur une face à la poêle.

Préparation des œufs brouillés :

Dans une casserole à bords hauts, mettez les œufs préalablement battus, salés et poivrés, auxquels vous aurez ajouté la ciboulette ciselée.

Incorporez la noix de beurre. Faites cuire sur feu très doux en fouettant tout le temps avec une fourchette.

Quand les œufs ont pris, ajouter la crème fraîche. Mélanger.

Sur une assiette, disposez le pain grillé et déposez délicatement les œufs brouillés dessus.

Parsemez de feta émiettée et poivrez.

Déposez à côté les tomates-cerise confites. Servez.



La gazette de Roberte...

Si vous ne connaissez pas encore Roberte, vous comprendrez que la cause animale c'est son dada...elle nous fait part de ses engagements envers la nature et ceux qui nous entourent

Retour de vacances été 2017...

DURE, insoutenable, cette image, vous ne trouvez pas ?
Mais pourtant si réaliste !

Bien sûr, j'aurais pu mettre une photo de la jolie bouille de tous les Médor, de tous les Bouboule...qui ont retrouvé leur maître après les vacances...ou de ceux qui ont passé les vacances avec eux... ou de ceux qui ont peut-être été abandonnés et adoptés...ou re-adoptés...



Mais je ne veux pas oublier tous ceux qui n'ont pas eu la chance d'avoir des maîtres aimants qui les emmènent en vacances avec eux, ou qui leur ont trouvé un foyer pendant leur absence ...

Quel que soit celui ou celle qu'on abandonne, ou ce qu'on abandonne (enfants, animaux, principes de vie...), le seul mot d'ABANDON, porte en lui une infinie souffrance, et tant de cruauté...

Je vous donne le dernier chiffre de cette période de vacances, et 1 fois par mois, je ferai le point sur les abandons répertoriés... car il y a encore tous ceux qui ne sont pas retrouvés, qui meurent seuls dans un coin, qui sont abandonnés la nuit, euthanasiés...

SUITE...Animaux abandonnés et recensés en France DEPUIS LE 1^{er} janvier 2017...

<https://www.planetoscope.com/Animaux/1258-abandons-d-animaux-domestiques>

le 12 juin 2017... 44 623 depuis le 1^{er} janvier 2017

le 25 juillet 56 626

Le 1^{er} août 58 228

Le 2 août à 23h 58 613...

Le 30 août ... 66 134, soit 21 511 depuis le 12 juin !!!

Quand je suis rentrée de vacances, ma plus grande joie fut de retrouver mon jardin, et les nombreux oiseaux qui y vivent...les entendre chanter me fait un bien fou...

Si vous ne savez pas les reconnaître, allez sur ce site, de brefs enregistrements des oiseaux par catégories, vous permettront de les reconnaître... www.chants-oiseaux.fr/index.php/31-apprendre-a-reconnaitre-les-chants-oiseaux

A partir de la semaine prochaine, on revient sur les bons gestes au Jardin, pour avoir un jardin vivant, un jardin fleuri toute l'année, avec un but louable en tête...
...préserver la biodiversité...



VOUS ETES TEMOIN D ACTES DE MALTRAITANCE SUR UN ANIMAL ?

contactez ses organismes en donnant le maximum de détails...

**NE FERMEZ PAS LES YEUX, ne détournes pas la tête
NE VOUS BOUCHEZ PAS LES OREILLES AGISSEZ !!!**

Si eux ne peuvent pas parler ... VOUS SI !

vous pouvez le faire sous couvert d'anonymat plus de raison de se taire...
Un enquêteur sera envoyé sur les lieux de la maltraitance



Association Stephane Lamart : 01 46 81 54 64
30 Millions d'Amis : 01 56 59 04 44
Association FAAA : 01 39 49 18 18
Association Brigitte Bardot : 01 45 05 14 60



Diffusez ce message PARTOUT AUTOUR DE VOUS



Oiseaux de France et d'Europe

800 espèces

2 000 photos - 500 dessins



Oiseaux de France et d'Europe

Ce guide d'identification unique dans sa conception présente 800 espèces d'oiseaux de France et d'Europe photographiés tels qu'on peut les observer dans la nature.

Plus de 2 000 photographies de qualité offrent à tous les passionnés d'observation ornithologique une source documentaire vivante, détaillée et accessible.

Pinson des arbres

MÂLE (été)

ESPÈCE PROCHE
Les différences entre l'espèce observée et les espèces proches sont mises en évidence.
Mouche domestique (p. 341)

RÉPARTITION
L'espèce peut être localisée à tout moment de l'année grâce à une carte.

2 000 photos et 500 dessins pour découvrir toute la beauté des oiseaux de France et d'Europe !