Plaine de vie
42 rue du chemin vert, 95460 Ezanville
0139352736
www.plainedevie.org

Feuille de Chou n°875

Jeudi 7 septembre 2017

Contenu des paniers :

Petit panier : aubergine, concombre, courgette, poivron/ rhubarbe, rhubarb chard rubis, tomate, tomate cerise/ salade, basilic

Grand panier : aubergine, concombre, courgette, poivron, rhubarb chard, tomate cerise, tomate, salade, basilic

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 16.45 €.

Les rendez-vous de ce mois :

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

Si vous souhaitez représenter et présenter notre association, merci de nous contacter avant vendredi après-midi!

Recherche urgente d'un point de dépôt pour les habitants de St-Brice

Robert, notre cher boucher s'en va à la fin du mois. C'est assez soudain mais après 54 ans de service, il a bien le droit de se reposer n'est-ce-pas? Les prochains propriétaires ne seront malheureusement pas en mesure d'accepter nos paniers. Nous sommes donc à la recherche d'un nouveau point de dépôt pour Saint-Brice! Des idées?

Bienvenue à Renaud, notre nouveau chef de culture!

Cela fait une semaine que nous avons accueilli notre nouveau chef de culture, Renaud. Diplômé de l'école d'agronomie, son parcours atypique et très intéressant devrait apporter une nouvelle dynamique à Plaine de Vie. Ayant baigné dans le monde agricole depuis sa plus tendre enfance, c'est devenu une réelle passion pour lui. Il manie le tracteur comme personne !

Ce qui l'a frappé le plus en faisant ses premiers pas dans l'association, c'est l'ambiance de travail et le professionnalisme de la part de toute l'équipe, malgré le fait que ce soit une association.

Ses légumes préférés sont la pomme de terre, la tomate cerise, la rhubarbe, le poireau et le radis. Nous lui souhaitons la bienvenue!

La rhubarb chard rubis, qu'est-ce-que c'est?

Vous vous demandez peut-être ce que sont ces grandes feuilles rouges dans vos paniers. Et bien c'est ce qu'on appelle la rhubarb chard rubis.

La **Poirée Rhubarb Chard à carde rouge** est une variété dont la carde rouge vif contraste parfaitement avec le vert carmin de ses feuilles. Très décorative, elle est savoureuse cuite simplement au beurre, à la crème ou en gratin. Attention toutefois, sa couleur ne perdure pas à la cuisson. La Poirée tire son nom d'une soupe populaire, la "poirée" consommée au Moyen-Âge et dont elle était l'ingrédient principal. Elle est aussi connue sous de nombreux autres noms : la Joutte, la Bette, la Blette, la Bette à carde, les côtes de Blette. Les feuilles de la poirée sont délicieuses en tourte, en potage ou cuisinées comme des épinards. Les côtes se préparent en gratin avec de la béchamel ou à la vapeur. Bien que peu calorique et riche en fibres, vitamines et minéraux, la Poirée est à consommer modérément pour les personnes souffrant d'arthrites et de rhumatismes, car elle contient des oxalates.

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

La photo de la semaine

Il y a toujours une certaine ambiance à la remise des paniers le jeudi après-midi! Si un jour vous avez envie de vivre cette expérience entre 16h et 19h, faîtes-le mois savoir et je vous ouvrirai les portes du local! Générosité et bonne humeur garantie!

Remise des paniers du jeudi 31 Août 2017

Récoltes de mercredi 06 septembre 2017 avec (entre autres) Orlando et Gonzague aux concombres, et Carla à la rhubarbe

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

LES HIRONDELLES qui ont passé le printemps chez nous, vont repartir en Afrique dès la fin du mois…si vous avez la chance d'en avoir là où vous vivez, vous allez les voir se regrouper sur les fils électriques (s'il en reste) ou dans les arbres…elles gazouillent, elles se préparent à affronter ce long périple à la fois usant et dangereux… plusieurs milliers de km dans des conditions de plus en plus difficiles…
L'hirondelle rustique, la plus commune en France connait une vraie hécatombe, et ce, pour plusieurs raisons…
La 1ère est qu'elles ont de plus en plus de mal à revenir de leur migration.. À cause des **sécheresses** là-bas, elles repartent au printemps de plus en plus affaiblies.
Elles ne boivent pas assez, mais la traversée du Sahara pour revenir en France, en Europe, est obligatoire et malheureusement, certaines n'y arrivent pas.

Celles qui atteignent leur destination en Europe, sont victimes à la fois des **pesticides dans les cultures** qui tuent les insectes, de moins en moins nombreux eux aussi. Les hirondelles ont donc moins à manger.
C'est aussi dû aux **nouveaux matériaux de construction**… si vous n'avez pas fait attention, regardez comme les crépis des immeubles sont plus lisses. De nombreux bâtiments sont construits en verre.
C'est impossible pour une hirondelle de s'accrocher pour y construire un nid.
Et c'est dû également à ce sentiment de saleté chez certains de nos congénères, dès lors qu'ils voient un nid accroché quelque part !!!

Alors si vous avez la chance d'avoir une hirondelle sur vos murs de façade, ou dans votre garage, dans une grange, préservez-les jusqu'à leur retour au printemps prochain…
Demandez à votre maire de mener une action pour leur protection…
Adressez-vous à la LPO pour avoir de l'aide, pour leur signaler leur présence… de leur côté, ils font beaucoup avec d'autres associations pour tenter de les protéger et de rendre à nouveau notre environnement citadin pas très accueillant pour elles et pour beaucoup d'animaux sauvages en général…

SOS FAUNE EN DANGER…

Quand l'automne arrive, certains ont envie de faire un grand nettoyage du jardin… mais il est important de laisser en place, autant que possible, les touffes de vivaces, les fleurs fanées annuelles, ou les herbes sèches. Au pire, laissons au moins les débris sur place qui peuvent servir de paillage protecteur pour le sol et de nombreux insectes, ou hérissons, escargots… ou au fond du jardin.
Nous vivons bien au chaud dans nos maisons et appartements, aidons la faune sauvage à se protéger du froid… et ça démarre maintenant !
A SUIVRE…à la semaine prochaine pour les détails…

Le 13 septembre, JOURNEE INTERNATIONALE DE MOBILISATION contre le transport longue distance, des animaux vivants, organisée par l'association CIWF. Mi août, elle a dévoilé les terribles conditions de transport des vaches et moutons exportés par bateau. Cette enquête a été reprise dans les médias… le monde, l'Obs… si vous souhaitez en savoir plus, ou vous impliquer…
https://www.ciwf.fr/campagnes/transport-animaux-vivants/

Attention ! Les hirondelles, comme de très nombreux oiseaux, sont des espèces protégées !
Il est donc interdit de les détruire ou de toucher à leurs nids, à leurs œufs, …Elles vont revenir, espérons-le… alors ne détruisez pas les nids pendant leur absence sous prétexte de nettoyer les murs, façades, et autres endroits qu'elles auraient occupés…
La plupart des problèmes de cohabitation avec ces espèces peuvent être résolus de manière simple, contactez la LPO !! *https://www.lpo.fr/*

En suivant ce lien vous trouvez la liste complète des centres de sauvegarde de la faune sauvage d'IDF…
https://ile-de-france.lpo.fr/tous…faune-sauvage…/ou-confier-un-animal-en-detresse

Parfois la rentrée ne se passe pas dans les meilleures conditions…
D.de Saint Mars a écrit quelques uns de ses livres sur le thème de l'école … notamment ceux-ci… très intéressants…

Musique – école

Je vous invite à découvrir ce site où vous pourrez écouter des chansons (et musiques) interprétées par des élèves du CP au CM2 par thèmes et/ou par niveaux. Ce blog est destiné aux enseignants des écoles élémentaires qui souhaitent enseigner la musique dans leur classe, mais ne savent pas toujours quoi faire et comment s'y prendre.
On peut écouter des choses étonnantes et toujours touchantes…
http://musique-ecole.com/