

Contenu des paniers :

Petit panier: courge, navet, poireau, mizuna (Bouffémont/Saint-Brice), poivron, oignon (Saint-Leu), mesclun, blette, oignon, mizuna (Ezanville)

Grand panier: courge, tomate, radis (livraison)/oignon, (Ezanville) poireau, mizuna

Valeur monétaire des paniers : Si on se penche sur le cours des légumes bio, les petits paniers de la semaine dernière sont évalués à 9.93 € et les paniers familiaux à 15.00 €.

Règlement des paniers

L'année 2017 touche à sa fin. Si vous souhaitez régler vos paniers jusqu'à la fin de l'année pour être tranquille, soyez sans crainte, on accepte les paiements à l'avance!

Concernant les paniers à annuler, je vous rappelle que vous devez en annuler 7 sur toute l'année. Pour ceux et celles ayant adhéré en cours d'année, le nombre de paniers à annuler est au prorata. Si vous ne connaissez pas le nombre à annuler, n'hésitez pas à nous demander! Pour les adhérents de Saint-Brice, Bouffémont et Saint-Leu, vous pourrez trouver le nombre de paniers déjà annulés sur la case à gauche de votre nom, sur la feuille de dépôt le jour des paniers.

Enfin, si par malchance, vous étiez contraint de ne pas continuer à bénéficier de paniers de légumes bio, locaux, solidaires et savoureux, merci de nous envoyer un mail de résiliation (adherents@plainedevie.org) Autrement, la reconduction est tacite et dans ce cas, il n'est pas nécessaire de nous envoyer un mail.

Tatiana, du réseau des adhérents

A tous, on peut tout.

Alléluia !

Quand on sort d'un Hotel 115, avec femme et enfants pour un logement, c'est le top.

Heu, le top....

Vous avez une clef, et vous pouvez..

manger par terre, froid et en boîte, avec les doigts,

coucher par terre,

boire "direct à la bouteille".

C'est pas le top !

Mais quand quatre associations s'y mettent, on y arrive.

Pour insérer dans une vie normale, il aura fallu :

Plaine de Vie pour un travail en insertion,

le Secours Catholique pour l'apprentissage du français,

l'Union Familiale pour le transport des matériels,

et surtout le Lions pour le matériel fourni.

Qu'elles soient, ici chaleureusement remerciées pour leur action fraternelle.

Merci aussi à Christian, Christiane, Christine, Marc et Virginie, d'avoir été au bon endroit, au bon moment et d'avoir pris la bonne décision.

Ensemble, ça marche toujours mieux.

DE TOUT COEUR, MERCI

Raoul.

Retour sur l'atelier cuisine du 15/11

Gâteaux de courge au chocolat

Ingrédients :

- 180 g de sucre
- 100 g de beurre
- 4 œufs
- 500 g de chair de potiron (environ 650 gr non épluchée)
- 200 g de farine
- 50 g de poudre d'amande
- 1 sachet de levure chimique
- 125 g de chocolat noir



Préparation :

Battez le beurre avec le sucre jusqu'à ce que le mélange soit très crémeux.

Ajoutez les œufs un par un en essayant de retrouver à chaque fois une texture homogène.

Ajoutez ensuite la chair de potiron mixée, puis la farine, poudre d'amande et levure chimique. Homogénéisez ensuite le tout.

Séparez la pâte en deux portions. Dans l'une, ajoutez le chocolat noir que vous aurez préalablement fait fondre.

Dans votre moule, versez les deux pâtes en alternant les couches. Commencez idéalement par une couche de potiron.

Enfournez pour 45 à 1 heure à 180°C. Le temps de cuisson dépendra du moule : pour un moule à manqué, 45 min devrait suffire, pour un moule à kouglof, il faudra plutôt viser 1 heure.

FESTIVAL DES SOLIDARITÉS

Du 17 novembre au 3 décembre 2017.

Samedi 18 novembre
Soirée familiale partagée
Centre de Loisirs
Rue Champollion
Bouffémont

Dimanche 19 novembre
Projection à 18h30
« Bienvenus »
Cinéma de Domont

VIVONS LA SOLIDARITÉ À BOUFFÉMONT!

Du 13 au 24 novembre
Exposition :
« Accueillons les réfugiés »
Centre culturel
Rue JB Clément
Bouffémont

Dimanche 26 novembre
Projection à 18h30
« Le chanteur de Gaza »
Cinéma de Domont

À l'initiative des associations membres d'assos'action*, l'OMCA et l'espace Eiffel



Samedi 18 novembre

Soirée familiale partagée

Centre de Loisirs

19h

On apporte un plat (salé ou sucré) de sa région ou de son pays d'origine pour le faire découvrir et le partager avec les autres familles.

Au cours du repas, ceux qui le désirent, pourront également nous faire partager des textes, des poèmes, de la musique (instruments ou CD) de la danse, ou toute autre forme d'expression pour faire vivre cette soirée dans une joyeuse convivialité.

Dimanche 19 novembre



« BIENVENUS »

Cinéma Domont

18h30

Tarif : 5€

Primus voudrait transformer son hôtel quasiment en faillite en centre d'accueil des réfugiés pour profiter de subventions. Mais voilà, la bonne idée de Primus ne s'avère pas si simple. Accueillir 50 personnes d'origines diverses, avec une femme déprimée, une ado rebelle, et des préjugés racistes, ça promet bien des déconvenues mais aussi, des heureuses surprises ! **BIENVENUS !**

Tandis que la crise de l'accueil des réfugiés ne cesse de s'aggraver et qu'elle ne laisse que peu de place à l'espoir, « Bienvenus ! » s'inscrit à contre-courant en proposant d'aborder la question de l'accueil sous l'angle de l'humour. Le rythme effréné et drôle de cette comédie n'empêche néanmoins pas de sensibiliser le public sur la dure réalité de l'accueil des réfugiés en Europe.

Du 13 au 24 novembre



Exposition :

« Accueillons les réfugiés »

Centre culturel

Cette exposition, composée de témoignages, de photos, et données précises, présente la situation des réfugiés dans le monde et en France ainsi que les solutions qu'Amnesty International propose pour que les droits des réfugiés soient respectés. Les initiatives des différents acteurs de l'accueil de réfugiés en France (maires, réfugiés, société civile) sont valorisées.

Cette exposition répond à certaines craintes vis-à-vis de l'accueil des réfugiés et donne envie d'agir pour promouvoir une France accueillante et solidaire.

Dimanche 26 novembre



« LE CHANTEUR DE GAZA »

Cinéma Domont

18h30

Tarif : 5€

Inspiré d'une histoire vraie, le film raconte le destin du jeune **Mohammed Assaf**.

Elevé dans un camp de réfugiés à Gaza, passionné de musique depuis son enfance, il monte un groupe avec sa sœur et des amis.

À vingt-cinq ans, le jeune homme ambitieux souhaite plus que tout réussir à concrétiser son plus grand rêve : devenir un grand chanteur. Aussi décide-t-il de voyager de la bande de Gaza jusqu'en Egypte afin de participer à l'émission télévisée « Arab Idol ». Sans passeport, il parvient à passer la frontière au cours d'un dangereux périple et à atteindre l'hôtel où se déroulent les auditions...

Plus d'informations sur le marché de Noël à venir prochainement!

EZANVILLE

MARCHE DE NOËL
PLAINE DE VIE

JEUDI 7 DECEMBRE 2017
DE 16H A 19H

Légumes bio

Solidarité

Artisans locaux

Dégustations

Vin chaud

Cadeaux

Plaine de Vie

42 rue du chemin vert 95460 Ezanville

01.39.35.27.36 contact@plainedevie.org

www.plainedevie.org

Stage Sculpture Modelage Terre!

Plus que deux jours pour vous inscrire!



Atelier Colombin et Barbotine
11, rue de la fidélité 95460 EZANVILLE

Stage
Sculpture
Modelage
Terre

18 novembre
2017

Adultes 10h-13h/14h30-17h30
Enfants 10h30-12h30/15h-17h

avec GUENAELE GRASSI Diplômée de l'Institut de Céramique Française de Sèvres

Inscriptions & renseignements 06 63 96 29 87
g.grassi@live.fr / guenaellegrassi.com

La gazette de Roberte...

Les forêts, le bois vivant, sont en train de mourir, en train de disparaître !!!

Partout de par le monde, la déforestation est une cause majeure de la perte de la biodiversité.

Chaque année, 13 millions d'hectares de forêts autour du monde disparaissent (approximativement la surface de la Grande-Bretagne)...ce chiffre inclut 6 millions d'hectares de forêts tropicales primaires !

J'aimerais que chacun se rende compte que ce sont chaque minute, 2 400 arbres qui sont coupés.... disons que ...on va se coucher, quand on se lève ce sont plus d' 1 million d'arbres qui ont disparu !

Exploitation forestière, agriculture migratrice (brulage, défrichage pour en faire des terres agricoles, ou des zones d'élevage), croissance de la population mondiale, fragmentation des forêts avec la construction de routes pour acheminer le bois exotique coupé presque toujours illégalement, l'agriculture intensive pour le soja par exemple, l'huile de palme...etc...etc... et tout ça sans aucun respect pour la biodiversité qui peuple ces forêts, ni pour les tribus autochtones qui vivent dans les forêts tout en les protégeant...

Je vous invite à suivre ce lien, et à passer un moment à lire ce qui devrait nous affoler...

<http://envol-vert.org/>

L'impact de ce carnage se fait sentir partout dans le monde, même là où vivent les ours polaires... les arbres sont nos meilleurs alliés pour combattre le réchauffement climatique et absorber le CO2... Vous connaissez l'expression « scier la branche sur laquelle nous sommes assis » ? Et bien c'est ce que nous sommes en train de faire ! En détruisant tout le dans la nature, nous préparons nos funérailles, les funérailles de l'humanité...



Heureusement, quelques pays mettent en place des projets importants de reboisement comme l'Inde qui a mobilisé il y a peu, pas moins de 1,5 millions de volontaires pour planter 66,75 millions d'arbres en seulement 12 heures dans l'état du Madhya Pradesh ! Souhaitons qu'ils poussent vite, très vite car il faut des années, des dizaines d'années pour certaines espèces, à un arbre pour qu'il devienne un havre pour la biodiversité et un capteur efficace de CO2 ...



Cette semaine, une chanson de Yannick NOAH « aux arbres citoyens »...

Ce titre est extrait de l'album « Charango » sorti en 2006

**« Puisqu'il faut changer les choses
Aux arbres citoyens !**

**Il est grand temps qu'on propose
Un monde pour demain... »**

<https://www.youtube.com/watch?v=U8DD1c24bwk>

Paroles choc, et animation très parlante...

Quel est donc cet oiseau ?

Le Chardonneret élégant appartient à la famille des Fringillidés, comme entre autres, le Verdier d'Europe, le Bouvreuil pivoine. 12 cm de long, envergure de 23 cm poids de 13 et 19 gr, il peut vivre jusqu'à 10 ans.

Cette espèce se nourrit de graines de plantes (il adore celles du chardon, de l'artichaut, de la salade...), des graines du bouleau, de l'aulne, du platane et de conifères . Il peut parfois manger des insectes.

Le bec fort et pointu de cette espèce permet aux oiseaux d'ouvrir les coquilles et d'extraire les graines.



Oiseau protégé, victime de braconnage, il a du mal à se nourrir du fait de la disparition des friches agricoles... d'où l'intérêt de laisser dans son jardin pour l'hiver les herbes et plantes qui ont grainé... il raffole aussi des graines de tournesol qu'il trouvera dans nos mangeoires, des graines de l'althéa... ne taillez pas avant le début d'année tout ce qui produit des graines, le chardonneret et beaucoup d'autres oiseaux s'en nourrissent volontiers...

Cette semaine, le Monde en a fait sa une !

Le cri d'alarme « il sera bientôt trop tard », lancé par 15 000 scientifiques de par le monde sur l'état catastrophique de la planète

En savoir plus www.lemonde.fr/planete/.../le-cri-d-alarme-de-quinze-mille-scientifiques-sur-l-etat-de-la-planete..

"Il sera bientôt trop tard pour dévier de notre trajectoire vouée à l'échec, et le temps presse. Nous devons prendre conscience, aussi bien dans nos vies quotidiennes que nos institutions gouvernementales, que la Terre, avec toute la vie qu'elle recèle, est notre seul foyer" concluent les scientifiques.