



Jeudi 19 avril 2018

Contenu des paniers de cette semaine:

Bouffémont:

Petit panier: salade, mesclun, chou rouge, échalote

Saint-Brice:

Petit panier : salade, radis, mesclun, chou rouge

Grand panier: salade, radis, mesclun, mâche, oignon, patate rouge

Saint-Leu:

Petit panier : salade, mesclun, patate rouge, échalote

Grand panier : salade, radis, épinard, mesclun, mâche, patate rouge

Ezanville:

Petit panier : salade, radis, mesclun, patate rouge, oignon

Votre jardin est envahi par les pissenlits? Vous n'avez plus de miel à la maison?

Nous avons la solution pour remédier à ce manque avec une recette simple et très peu onéreuse!

Pour cela, il s'agit de se familiariser avec le terme cramailotte. L'origine viendrait de Franche Comté où on appelle les pissenlits, les cramailots.

La recette de la cramailotte:

Ingrédients:

400 Fleurs de pissenlit

2 oranges non traitées

2 citrons non traités

1 kg de sucre gélifiant

Préparation:

Laver les fleurs de pissenlit et enlever la partie verte.

Faire sécher au soleil la partie jaune.

Couper en tranches oranges et citrons.

Faire cuire fleurs et fruits dans 1,5 l d'eau pendant 20 min.

Filtrer en pressant bien. Ajouter le sucre gélifiant et traiter comme une confiture ordinaire.

Ressemble à du miel par sa texture et sa saveur.

Les feuilles de pissenlits peuvent se déguster en salade

Se conserve +/- 2 mois.



Retrouvez "les graines d'Hélène" tous les jeudis du mois d'avril lors de la distribution de vos paniers de légumes. Il est temps de semer autour de vous pour donner de belles couleurs à votre jardin ou balcon!

Lancement du café solidaire!

Pour vous resituer dans l'histoire, il y a deux ans, est né le café solidaire. Le concept est simple. Pendant la distribution de paniers du jeudi, les jours de beau temps, Plaine de Vie propose des boissons de saison et des collations, spécialités cuisinées pour l'occasion. Cette année, le climat n'aura pas été très favorable pour le faire démarrer plus tôt dans la saison, mais on sait être patient pour apprécier les bonnes choses n'est-ce-pas?

Cette initiative vous l'aurez compris a plusieurs objectifs :

-créer un lieu d'échanges où se côtoient adhérents, salariés

-contribuer à alimenter d'autres projets (concept des poupées russes) : participation au voyage d'étude des salariés

-communiquer sur la culture bio

-lieu convivial

-faire des dégustations de produits frais, bio, locaux, et solidaires.

On vous attend pour le premier rdv d'une probable longue série!

Tatiana, du réseau des adhérents

La gazette de *Roberte* ce sont les nouvelles d'une adhérente amoureuse de la nature et très préoccupée par la faune et la flore qui nous entoure.

Le hérisson est un animal protégé par la loi n°76-629 du 10 juillet 1976, art 1 de l'arrêté du 23.04.2007.
Nous devons les aider, car leur survie est menacée un peu plus chaque jour...

- La nuit, au volant de votre véhicule, prudence... vous en rencontrerez peut-être un qui est en train de chasser pour nourrir ses petits...ils nous sont très utiles au jardin...**NE LES ECRASONS PAS ! Un hérisson écrasé, une famille en danger...**
- Attention à votre chien, qu'il ne les dérange pas dans leur cachette au jardin, ni pendant ses promenades...
- **Un tas de branchages et des feuilles dans un coin tranquille du jardin, et interdiction de les remuer ou les enlever... ça peut leur assurer un gîte adapté**
- Rappel : il est interdit de brûler au jardin tous les déchets verts... ils doivent être déposés en déchèterie, mais attention quand vous les ramassez de ne pas blesser un hérisson qui pourrait être endormi...
- **Si vous avez une piscine, installez une planche pour éviter au hérisson de se noyer et cette installation peut être utile à vos chats et chiens...**
- **Penser à créer des passages sur la nature environnante, les autres jardins, en découpant un trou dans le grillage**
- Attention aux filets sur les légumes du jardin, véritables pièges pour eux (et tous animaux en général...)
- **Ne pas laisser au jardin un soupirail ouvert, ni des cartons ou boîtes de conserves dans lesquels ils pourraient se coincer, et veillez à créer un passage dans le grillage qui entoure le jardin pour lui éviter de se coincer...**
- Pas de tue-limaces, ni de pesticides ni insecticides chimiques
- **Installer un point d'eau au jardin, dans un couvercle de poubelle par exemple avec des pierres et plantes d'eau pour que les insectes ne s'y noient pas, et changer l'eau régulièrement...**
- Et pour avoir un jardin accueillant pour les hérissons et la faune sauvage...Prudence avec tondeuses, débroussailleuses, véritables armes en puissance contre nos petits protégés...**DONC n'oubliez pas de garder des coins sauvages au jardin, interdits à tout appareil qui coupe, hache, tranche, débrousaille, interdits aux chiens, aux enfants, aux visiteurs...**
- Si vous trouvez un hérisson errant de jour, mettez le à l'abri dans l'obscurité jusqu'au soir, les mouches pourraient pondre leurs œufs sur lui.
- Pour plus de renseignements sur nos petits amis, vous pouvez visiter le site www.sauvonslesherissons.fr/

On n'oublie pas que si on trouve un hérisson blessé, ou perdu en pleine journée, le vétérinaire peut nous aider..
Et à Saint-Prix. Un centre a été créé pour aider nos petits mammifères ! ils cherchent des bénévoles pour aider...

Tél : 01.34.27.44.44

www.saintprix.fr/centre-de-relache-des-herissons.htm

Tél : 01.34.27.44.44



Saint-Prix : centre de relache pour les hérissons

SAUVONS NOS HERISSONS



En partenariat avec les vétérinaires de Faune Alfort à Maison Alfort notre commune devient centre de ré-introduction des animaux soignés

NOUS RECHERCHONS :

- ✓ des bénévoles pour l'accompagnement des hérissons (formation assurée)
- ✓ des parrains pour accompagner l'association Faune Alfort

Renseignements : mairie@saintprix.fr - 01 34 27 44 44 - saintprix.fr



Le sanctuaire des hérissons



Grille soupirail



On crée un passage entre les jardins...



Veillons à ramasser les déchets que nous trouvons autour de nous...ils sont de véritables pièges...

Si vous ne l'avez pas encore offert aux enfants de la famille...

Un ouvrage de Dominique de Saint Mars intitulé « Max veut sauver les animaux » retrace la rencontre et le sauvetage d'un nos petits amis. Pour petits et grands....

Vous pouvez vous procurer cet excellent ouvrage à la FNAC ou dans votre librairie préférée...

