



#### Contenu des paniers de cette semaine:

##### *Saint-Brice*

Poireau, carotte, mizuna, patate douce

##### *Saint-Leu-la-Forêt*

Poireau, carotte, patate douce, courge

##### *Bouffémont*

Poireau, carotte, mizuna, patate douce

##### *Ezanville*

Poireau, carotte, mesclun, patate douce

#### Valeur des paniers :

La valeur réelle du panier de base de la semaine est de 10.40 € et de 16.40 € pour le panier familial.

N'oubliez pas d'annuler vos derniers paniers de l'année. Petit rappel, l'abonnement est sur une base de 45 paniers sur 52 semaines. Vous devez donc en ôter 7. Si ce n'est pas le cas en fin d'année, ils seront à régler en supplément. 10 € pour le petit et 15 € pour le grand.

#### « Dans les coulisses de Plaine de Vie » suite : aujourd'hui, d'autres membres du Conseil d'administration

**Hervé Ramage** : Adhérent de Plaine de Vie depuis 1998 il a participé à sa création, il était professeur de Technologie.

Il participe régulièrement au suivi des cultures avec le chef de cultures et à de petits bricolages en tous genres.

De sensibilité écologique, il est aussi engagé syndicalement, pratique la randonnée, apporte son soutien à l'association de musique ancienne « Rosalis » musique baroque.



**Laurence Recoquillay** : Adhérente de Plaine de Vie depuis 7 ans et vétérinaire de métier. Toute nouvelle administratrice depuis cette année, elle souhaite faire bénéficier de ses compétences en gestion d'entreprise. Elle participe activement à la commission « locaux ».



**R**etour sur le marché de Noël qui une fois de plus a réuni salariés, adhérents, bénévoles et sympathisants dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Un grand merci à Alain des Jardins d'Alain qui chaque année a la gentillesse de nous prêter son matériel afin de faire de ce moment une réussite. Merci à tous les exposants pour votre présence. C'est toujours un plaisir de vous recevoir. Merci également à tous les adhérents présents et à l'ensemble des salariés qui sans eux, rien de tout cela ne serait possible.

## Recette d'Alexis des Kourabiers (biscuits grecs de Noël)

- 500 g de beurre
- 150 g de sucre
- 250 g d'amandes
- 1 kg de farine
- 300 g de sucre glace
- 2 jaunes d'œuf
- 1 tasse à café de cognac ou de jus d'orange
- 1 cuillère à café de vanille liquide
- 1 tasse de thé d'eau de fleur d'oranger
- Clou de girofle



Travailler le beurre avec le sucre.  
Ajouter les jaunes d'œufs, le cognac (ou le jus d'orange) et la vanille tout en continuant à battre.  
Puis verser par fractions la farine et bien pétrir.  
Faîtes revenir les amandes et le beurre dans une poêle jusqu'à ce que ça dore.  
Lorsque la pâte est prête, ajouter les amandes  
Sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, former de petits gâteaux de forme ovale (ou utiliser un emporte-pièce).  
Piquer chaque gâteau d'un clou de girofle.  
Cuire à 160°C (thermostat 5) pendant 20 minutes.  
Lorsqu'ils ont cuits et encore chauds, les asperger d'eau de fleur d'oranger puis les rouler dans le sucre glace. Déguster.



# La gazette de Roberte

## Le coup de gueule de Roberte

Il y a ceux qui sont abandonnés aux portes des SPA et autres associations, au 10.12.2018...94100 on été recueillis...



Mais il y a ceux qui ne sont pas recensés, car tout simplement jetés à la rue, abandonnés dans les forêts, des chiens sont même attachés aux arbres pour qu'ils ne suivent pas leurs maitres quand ils leur tournent les talons...

Un bébé arrive dans la famille ? pour certains, quoi de plus normal que de se défaire du chat ou du chien qui, selon eux, pourrait « être dangereux »...Alors pourquoi d'autres ne conçoivent pas l'idée d'élever un enfant hors la compagnie d'un animal, avec qui l'enfant pourra développer sa motricité et son langage (dès qu'il aperçoit le chat ou le chien de la maison, il l'observe, et se met à crapahuter pour le rejoindre... aux parents de surveiller ces rencontres...)

Un vieux parent de la famille est décédé, ou est mis en maison de retraite, quoi de plus normal pour certains de débarrasser la maison, en laissant sur place l'animal de compagnie du cher disparu !!!

Des associations se portent au secours des animaux dans cette situation, mais les choses ne sont pas faciles...même si depuis 2015, la loi oblige les maires à prendre en charge les chats errants, en les confiant à une association par exemple, en les laissant vivre sur leur territoire après les avoir fait stériliser ... des personnes peuvent ainsi les nourrir, ou les recueillir, sans risque de prolifération...des méthodes plus radicales sont encore malheureusement employées à certains endroits ...

A ce jour, 600 mairies en France sont soutenues par la Fondation 30 Millions d'Amis pour faire identifier et stériliser leurs chats errants. Elles se sont engagées à dire non à l'euthanasie grâce à la sensibilisation de cette association ! <https://www.30millionsdamis.fr/.../12377-la-fondation-aide-600-mairies-a-steriliser-les...>



D'autres associations s'engagent pour ces animaux abandonnés, sur le sol français, mais aussi de par le monde, par exemple ONE VOICE : <https://one-voice.fr/fr/blog/lerrance-des-chats-un-drame-pas-une-fatalite.html>... Mais bien d'autres que vous trouverez sur le journal de la protection animale [www.lejpa.com/structures-association](http://www.lejpa.com/structures-association)

## Noël arrive, et peut-être allez-vous offrir un animal à vos enfants ?

Voici mes conseils ...le 1<sup>er</sup> étant que tout animal est un être vivant sensible...

2. Plutôt que de l'acheter, allez faire un tour dans un refuge de la SPA <https://www.la-spa.fr/departements/95-val-doise>, ou à l'école du chat libre du paris [chatsduparis.free.fr/](http://chatsduparis.free.fr/) ou d'autres refuges ...

3. Faites stériliser rapidement le nouveau venu, la nouvelle venue... car la stérilisation prévient les cancers, empêche les fugues, et la prolifération...Et contrairement aux idées reçues, la stérilisation ne rend pas un animal malheureux, elle ne fait pas grossir un animal, si toutefois vous réduisez sensiblement sa ration alimentaire....

Il n'est pas nécessaire qu'une femelle ait une portée avant de la faire opérer. Une chienne ou une chatte peut vivre très longtemps, parfaitement heureuse et en parfaite santé sans n'avoir jamais eu de petits.

4. Si vous souhaitez que votre animal ait une portée avant la stérilisation, cherchez autour de vous, des amis ou des membres de la famille, qui aimeraient avoir un chaton ou un chiot... en ne perdant pas de vue que tout animal au fil des jours, grandit, demande des soins et de l'amour, et vous coûtera un peu d'argent.... Si vous ne trouvez pas les futurs maitres dévoués, prenez tout simplement un chiot ou un chaton de la race « abandonnée » ...vous aurez ainsi la joie de le voir grandir...

## Infos importantes, à lire, à conserver, à faire passer...

**Que vont devenir vos animaux quand vous ne serez plus là ? ...information importante à connaître absolument !!!**  
Partout en France une association s'occupe de tout après le décès des personnes qui ont passé un accord avec elle... tous les renseignements en suivant ce lien....

[www.fondationassistanceauxanimaux.org/maisons-retraite-animaux/](http://www.fondationassistanceauxanimaux.org/maisons-retraite-animaux/)

Dans les Landes près de Dax, dans les Yvelines à Bailly, en Eure et Loire à Ouerre, en Corse à Bastelicaccia, dans les Alpes Maritimes à Cannes, dans le Gard à Pont Saint Esprit et bientôt à Louveciennes en région parisienne, ces sept maisons très particulières accueillent, pendant de nombreuses années et jusqu'à la fin de leurs jours, les animaux trop vieux ou trop malades pour être adoptés ainsi que ceux dont les maîtres nous ont confié la garde après leur disparition.

**A savoir :** Les Maisons de Retraite de la Fondation Assistance aux Animaux sont destinées exclusivement à l'accueil des animaux dont les maîtres décédés leur avaient préalablement réservé une place de leur vivant.

Les autres animaux dont les maîtres existent sont accueillis dans nos être proposés à l'adoption.



Si vous croyez apercevoir un animal abandonné, errant... attention ! c'est peut-être un nouveau chat ou un nouveau chien qui appartient à un voisin plus ou moins éloigné...ils a peut-être une famille... on ne doit intervenir que s'il a l'air malade, blessé, mal en point, affamé... Ce peut être aussi un chaton un chiot perdus, (ou jetés...)

En demandant aux voisins, on peut en apprendre plus... s'il revient régulièrement, qu'il est affamé, on peut demander à la SPA ou à une autre association ou à notre véto de vérifier s'il est pucé pour retrouver son maître, ou le confier pour une adoption... votre maire peut vous aider pour aider un animal abandonné afin de lui éviter la rue !

Bébé merle tombé du nid, mis à l'abri par quelqu'un que je remercie... et voilà que son papa vient le nourrir ! Magnifique !

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

**Vous avez trouvé un animal sauvage :**

<https://paca.lpo.fr/soins-animaux/conseils/fiches-conseils>

### [Lettre ouverte au président de la République. Initiative du Parti Citoyen Pour les Animaux](#)

Publié le [12 octobre 2018](#) par [credopigeons](#)

Plus de 80 associations de protection animale – dont la nôtre, ainsi que le COPRA, Collectif pour le Respect de l'Animal (<http://copranimal.free.fr>) et le Mouvement pour les Animaux (<http://lemouvementpourlesanimaux.com>), auxquels nous sommes rattachés -, ont cosigné cette Lettre ouverte au président de la République française à l'initiative du Parti Citoyen Pour les Animaux.

Version imprimable (au format PDF) diffusée sur le site :

<http://leparticitoyenpourlesanimaux.fr/>

Version web (à afficher dans votre navigateur) :

<http://copranimal.free.fr/lettre-ouverte-au-president-de-la-republique.html>

Merci de partager !

### Une idée de cadeau

Beaucoup d'associations dont je vous parle régulièrement créent des calendriers avec de magnifiques photos... animaux sauvages ou domestiques...allez voir sur leurs sites...

[Besançon](#) est la huitième ville à décrocher le titre de « Capitale française de la Biodiversité » après [Muttersholtz](#) (2017), [Rennes](#) (2016), [Strasbourg](#) (2014), [Niort](#) (2013), [Lille](#) (2012), [Montpellier](#) (2011) et [Grande-Synthe](#) (2010).

[www.capitale-biodiversite.fr](http://www.capitale-biodiversite.fr)