

LA FEUILLE DE CHOU!

N°10

"Si tu veux être heureux une heure, va boire un verre, si tu veux être heureux une journée, marie-toi, si tu veux être heureux toute ta vie, fais un jardin !"

**** VOREY FRUITÉ ****

**** C'EST PARTI ! ****

Sauf météo déplorable, la première plantation citoyenne aura lieu le **SAMEDI 18 DÉCEMBRE à partir de 9H30** au portail blanc à droite après le cimetière. Tous les Voreysiens et Voreysiennes sont les bienvenus, de tous les âges, avec des vêtements chauds, bottes, pioches, bêches et bonne humeur. Si vous arrivez en voiture, garez-vous au VVF et suivez le chemin qui monte à la route à travers le VVF.

D'autres plantations de fruitiers auront lieu dans le courant de l'hiver. Pour de plus amples informations, contactez-nous à lesvertsdeterre43@gmail.com / 06.82.57.74.69

***** NOËL ZÉRO DÉCHET *****

À Noël, chaque année, la poubelle déborde de tous côtés. Et si on changeait ? Voici quelques idées de cadeaux pour un **Noël Zéro Déchet** (rappelons d'abord que le papier cadeau n'est pas recyclable > misez sur le tissu ou sur le papier journal, si si !):

- un panier gourmand composé de produits locaux (sans plastique bien sûr)
- un arbre fruitier (privilégiez les variétés anciennes et rustiques)
- des sachets de graines reproductibles (Kokopelli, Ferme de Ste Marthe, etc.)
- un objet ancien increvable (vieux moulin à café, balance mécanique, etc.)
- un objet durable et utile (frontale/ filtre à gravité/ chaussettes increvables...)
- un cadeau immatériel (un spectacle/ une chanson/ un tour de magie/ etc.)
- un carnet de "bons" (pour un massage/ un cours d'informatique/ etc.)
- un abonnement ou une adhésion (piscine/ journal/ saison culturelle/ etc.)
- une création d'un artisan ou artiste local (luminaire, semelles laine, santons...)
- un livre (par ex. l'excellente BD *Le Monde Sans Fin*, de Jean-Marc Jancovici)
- un kit Zéro Déchet (shampoing solide, brosse à dent en bois, sacs tissus, etc.)
- un gueuleton dans un restaurant gastronomique de la région

>> **Éviter absolument :**

Les jouets bas de gamme, la *fast fashion* (mode jetable), les cadeaux électroniques ou numériques (dont la fabrication à l'autre bout du monde est polluante, qui ont une durée de vie ultra-limitée et qui se recyclent très très mal). Bref, pensons aux déchets générés par les cadeaux que nous offrons...

Pour le repas, pensons aussi Zéro Déchet ! Faisons nos courses de Noël avec nos propres contenants (boîtes en verre et sac tissu) et, surtout, faisons passer le mot à la famille : *"Cette année, Noël sera **Zéro Déchet** !"*

Dans tous les cas, évitons les emballages, et donc certains produits comme les papillottes industrielles (dont les emballages ne sont pas recyclables) ou les boîtes de chocolats. À la place, confectionner par exemple des fruits déguisés et acheter ses chocolats en vrac avec sa propre jolie boîte (si si, nous on le fait !).

AVEC OU SANS PAULETTE, PRENEZ LA BICYCLETTE !

À Amsterdam, 60 % des trajets se font à vélo

>> Pourquoi ça marche ? Les pistes cyclables sont ultrasécurisées

Aux Pays-Bas, les plus de 75 ans font 30 % de leurs trajets à vélo

>> Pourquoi ça marche ? Les pistes cyclables sont ultrasécurisées

En Finlande, les enfants vont à l'école à vélo même par -30°C sur la neige et la glace

>> Pourquoi ça marche ? Les pistes cyclables sont ultrasécurisées

Le bourg de Vorey est tout plat, il est possible de faire à bicyclette une bonne partie de ses déplacements (ses courses notamment), profitons-en ! Pour notre santé et pour la planète de nos enfants.

UN PULL EN MOINS ?

Tout le monde le dit, et le constate d'ailleurs depuis quelques années, le climat se détraque à vue d'œil. Le dernier sommet sur le climat (COP26) n'a pas été à la hauteur de l'enjeu : la planète se dirige toujours vers une élévation des températures moyennes comprise entre 3 et 5°C à l'horizon 2100 (en sachant qu'on sera au minimum 10 milliards sur Terre à ce moment-là).

+ 3°C en 2100, c'est quoi ? Un climat détraqué !

- > Des températures *extrêmes* (gel très tardif, chaleur intenable)
- > Une baisse *phénoménale* des rendements agricoles
- > Des catastrophes à répétition (inondations, coulées de boue, tornades, méga-feux de forêts, sécheresses bibliques...)
- > Des migrations *gigantesques* vers l'Europe
- > Des guerres pour l'accès aux ressources (eau, pétrole, etc.)
- > Des maladies dues aux nouvelles conditions climatiques

Bon, mais on fait quoi ? On agit !

1 – On fait tout pour limiter les dégâts

On réduit la voiture, on réduit la viande et le poisson (une fois par semaine, grand maximum), on boycotte au maximum les produits importés, on soutient les petits producteurs du coin, on change de banque (car notre épargne sert souvent à financer des projets polluants), on boycotte l'avion, surtout on réduit drastiquement sa consommation et on s'implique dans les projets citoyens locaux

2 – On se prépare

On investit dans du matériel d'autonomie : cuves de récupération, filtres à eau, outillage manuel, stock alimentaire, cuisinière à bois... Noé n'a pas attendu qu'il pleuve pour construire son arche !

>> À lire : la **synthèse du rapport 2021 du GIEC (groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat)**

PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES À VOREY

Quelques exemples en attendant le printemps..

ORTIE : c'est la reine entre toutes, riche en vitamines A et B, en protéines végétales, en calcium, potassium, phosphore, magnésium, fer, etc. En soupe, en tarte, en salade (ciselée), en pesto etc. Éviter les zones polluées

PISSENLIT : les fleurs servent à préparer la cramailotte (miel de pissenlit) et la racine se mange en hiver, cuite ou crue. Éviter les prairies traitées

CONSOUDE : reconnaissable à ses grandes feuilles râpeuses sur l'envers. En beignet, ou émincée, ajoutée aux salades. Goût iodé surprenant. Bords de Loire

LAMIER (BLANC OU POURPRE) : ressemble à l'ortie mais ne pique pas. Petit goût de champignon

PLANTAIN : les boutons ont un goût de champignon. Les jeunes feuilles s'ajoutent aux salades

PANAIS : plante fièrement dressée dont la racine charnue se récolte en hiver. Bords de Loire

MOURON BLANC : petites feuilles arrondies. Se mange en salade. Ne pas confondre avec le mouron rouge

PETITE PIMPRENELLE : petites feuilles rondes dentelées. Petit goût surprenant de concombre

NOMBRIL-DE-VÉNUS : feuille ronde charnue en cuvette. Pousse sur les murs. Goût et texture agréables

TILLEUL : les jeunes feuilles s'ajoutent à la salade et les bractées (récoltées en été) font de délicieuses tisanes

RONCES ET FRAMBOISIERS : les jeunes feuilles associées ensemble font un très bon thé

GLANDS : faire cuire en plusieurs eaux puis faire une purée (à aromatiser à votre gré)

PULMONAIRE : les feuilles d'un vert sombre taché de blanc sont aisément reconnaissables. Sous-bois

CYNORRHODONS : en tisane ou confiture. En hiver, prélever délicatement la pulpe du bout des doigts, elle est très riche en vitamine C

Les plantes sauvages sont très concentrées, on ne les mange qu'à petite dose. Privilégiez les jeunes feuilles. Au moindre doute sur l'identification, abstenez-vous ! Vérifiez au préalable leur identité dans un livre, comme "*Plantes comestibles en Haute-Loire*", de Guy Lalière, éd. Debaisieux.

Comment atténuer l'impact de la commune sur l'environnement et la préparer aux soubresauts du climat ? Brassons les idées, la solution est dans l'action ! Rejoignez le groupe "sécurité-climat" de Vorey : 06.82.57.74.69. Agissons, nos enfants nous remercieront !