

LA FEUILLE DE CHOU!

N°13

"Un jardin, même tout petit, c'est la porte du paradis"

Une boisson acidulée !

(par Céline)

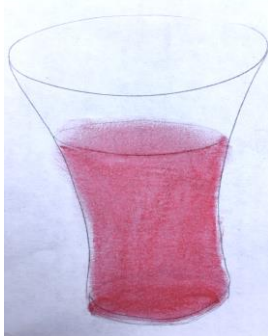
Macération froide de feuilles et tiges de betterave

Amusante et colorée, cette désaltérante préparation à base de fanes de betterave invitera petits et grands à tremper leurs lèvres dans cette boisson rose bonbon que vous dégusterez "pure" ou agrémenterez d'un citron pressé, avec ou sans sucre, suivant les goûts de chacun.

Une eau rafraîchissante, enrichie de bienfaits de la plante. Au gré de vos envies, vous pouvez tout aussi bien choisir une autre plante comme l'ortie, ou plus tard dans la saison la reine des prés, les feuilles de cassis, la lavande, mais aussi des plantes plus connues comme la menthe verte, poivrée...

La recette est simplissime : choisir une belle poignée de végétaux sains cueillis sur un sol non pollué (!) que vous aurez pris soin de rincer, puis dans un bocal ajoutez sur les plantes un litre d'eau de façon à les recouvrir, vous filtrerez le mélange après un minimum de 8 à 12 heures, ainsi la boisson aromatisée se conserve au frigo 72 h maxi.

À déguster sans modération cet été... Je trinque à votre



santé !

LA STÉRILISATION SOLAIRE

(par Thierry)

Comment réaliser des conserves avec l'énergie solaire ? A l'aide d'un tube solaire. Le tube solaire est une technique beaucoup plus efficace que le four solaire traditionnel pour cuire, stériliser ou réchauffer en raison de sa conception : la chaleur rentre à l'intérieur grâce à sa couleur extérieure sombre mais ne ressort pas à cause du vide d'air contenu dans ses parois.

La température à l'intérieur du tube est de l'ordre de 150° mais peut atteindre 300° l'été en plein soleil, alors que l'extérieur du tube reste froid. Cette technique permet d'effectuer des cuissons solaires toutes les journées ensoleillées, même en hiver. Il permet également de faire réchauffer ou cuire un repas plus rapidement qu'un four solaire classique.

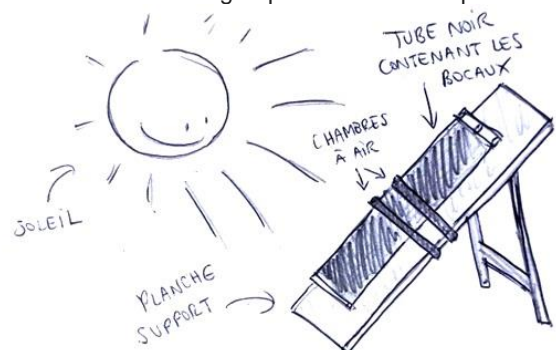
Chaque tube peut accueillir 4 bocaux de 75 cl standards à vis.

Le tube est en Pyrex. Pour être utilisé, il faut le monter sur un support (par exemple une planche et une chambre à air pour le fixer) afin de pouvoir le déplacer et l'orienter face au soleil.

Pour plus d'informations et pour acheter des tubes

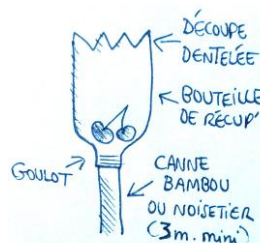
: www.dusoleildansnosassiettes.com

Le site fait une commande groupée de tubes chaque année.



LE TEMPS DES CERISES

Le plastique se recycle très mal mais on peut parfois lui donner une seconde vie. Coupez une bouteille en deux et fixez-la par le goulot à une très longue canne de bambou ou de noisetier. Voilà un cueille-cerises amusant et gratuit !



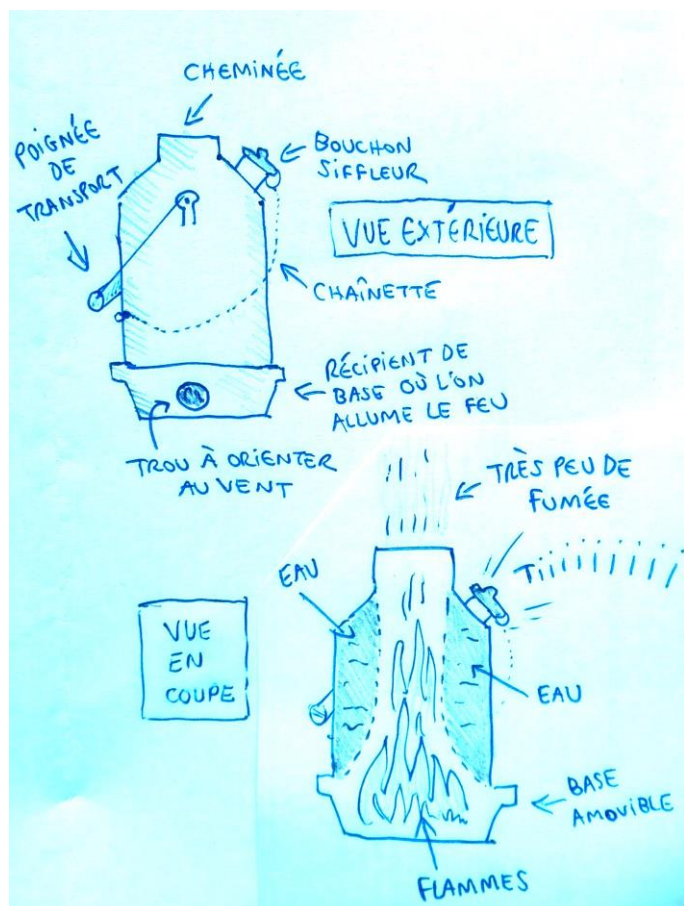
L'EMBL'ATELIER

L'Embl'atelier est un projet d'atelier participatif à Vorey : un lieu où des bricoleurs bénévoles aideraient les gens à réparer leurs appareils en panne (télé, grille-pain, vélo, etc.) plutôt que de les jeter. Si vous êtes bon bricoleur et que vous pourriez vous libérer une après-midi par mois ou par semaine, faites-nous signe !

lesvertsdeterre43@gmail.com 06.82.57.74.69

La Bouilloire-Tempête

Voilà un ustensile que les anciens scouts connaissent bien ! Inspirée du bon vieux samovar, la bouilloire-tempête, véritable incarnation du génie humain, a été inventée au XIXe siècle par un paysan irlandais qui voulait pouvoir faire bouillir de l'eau dehors même par un temps de cochon (un temps irlandais, quoi ;-)



>> **Les avantages** : très amusant à utiliser ;-) autonome (ni pétrole ni gaz ni élec) ; durable et léger (tout inox) ; rapide (3-4 minutes pour faire bouillir 1 litre d'eau) ; multicom bustible (brindilles, pommes de pin, etc.) ; très économe (quelques poignées de bois) ; peu de fumée donc peu polluant (double combustion) ; utilisation possible en réchaud (par le dessus)

LE SAVIEZ-VOUS ?

Quand vous achetez un objet "made in China", vous achetez en réalité un objet "made in charbon", car la Chine se sert essentiellement de centrales à charbon pour faire tourner son économie. Or, la combustion du charbon est extrêmement polluante et contribue largement à détraquer le climat. Bref, évitez tout ce qui vient de Chine...

Les Gaz à Effet de Serre

Ce sont des gaz présents dans l'atmosphère qui, en renvoyant vers la Terre les rayonnements de chaleur émis par celle-ci, rendent notre climat vivable. Seulement voilà, notre mode de vie et notamment notre addiction aux énergies fossiles (pétrole, gaz et charbon, dont la consommation ne cesse d'augmenter) émettent beaucoup trop de gaz à effet de serre (CO₂ et méthane, surtout). Résultat, cet effet de serre s'intensifie, et la planète se réchauffe trop, ce qui détraque le climat à vue d'œil...

Et le GIEC, dans tout ça ?

Le *Groupe Intergouvernemental d'experts sur l'Evolution du Climat* (GIEC) est composé de scientifiques du monde entier qui épluchent toutes les études publiées sur le sujet (18 000 !) afin de dresser un état des lieux climatique.

Dans son dernier rapport, le GIEC confirme que l'Homme est bien responsable du dérèglement climatique actuel et donne à l'humanité trois ans (2025) pour inverser la courbe des émissions de gaz à effet de serre. Faute de quoi, nous allons assister à une **dégradation rapide des conditions de vie sur Terre** dans les années à venir, même en France (canicules à 55°C, chute de la production alimentaire, dépérissement des forêts, pénuries d'eau, etc.)... Bon, sachant cela, on fait quoi ? On agit !

Agir pour un avenir vivable

Tourner le dos au supermarché (la plupart des produits qui y sont vendus sont importés et plastifiés, donc polluants)

Manger bio et local (faire le marché/ Mag'Arzon/ potager. Si vous n'avez pas de jardin, demandez-en un à la mairie ou à quelqu'un qui n'a plus la force de jardiner, par ex.)

Réduire sa consommation de viande industrielle (une fois par semaine, grand maximum)

Boycotter l'avion (bon, ça, c'est pas trop compliqué ;-)

Changer de banque (car notre épargne sert souvent à financer des projets polluants, on peut passer à La Nef)

Réduire ses déplacements (à Vorey, on a presque tout !)

Passer au *low-tech* et au *zéro déchet* (adieu la poubelle)

S'informer sur le sujet et s'impliquer auprès des gens qui se battent pour laisser aux enfants une planète vivable

Tanner ses élus (la plupart du temps, ils n'ont pas pris la mesure de l'urgence et n'agissent pas. 2025, c'est demain)

>> **Pour aller plus loin, lisez ou écoutez :**

Valérie Masson-Delmotte (vice-présidente du GIEC)
Aurore Stéphan (spécialiste des ressources minières)
Emma Haziza (spécialiste des ressources en eau)
Jean-Marc Jancovici (spécialiste énergie-climat)
Arthur Keller (spécialiste des systèmes complexes)
Aurélien Barrau (astrophysicien)
Philippe Bihoux (spécialiste des *low-techs*)