



LIBERA VERDA -- FEUILLE D'INFORMATIONS n°104 - Janvier 2018

1) Bonjour la planète

Bonjour

Tout d'abord nous vous souhaitons le plus de bonheur possible pour cette nouvelle année ! Mais aussi le plus d'actes possibles afin d'atteindre ce bonheur ! Une première belle occasion, avec nous, est de reproduire et échanger les semences de fleurs et de légumes ! Les enjeux sont tout simplement notre propre survie ! Nous organisons donc à nouveau un échange de semences « graines du coin » en février prochain et continuons notre travail pratique du respect du vivant !

Vive la Vie !!!!!!!!

2) gel de lin maison

Pour soin des cheveux et de la peau

1 verre de graines de lin pour 4 verres d'eau

Dans une casserole, mettre les graines de lin et l'eau et les faire chauffer pendant 10 à 20 minutes selon la consistance souhaitée (le gel s'épaissit de plus en plus en faisant chauffer)

Passer au chinois aussitôt, verser dans un bocal.

Le gel de lin se conserve de préférence au réfrigérateur pendant 10 à 15 jours

Vous pouvez le congeler également dans des cavités à glaçons.

3) Biscuit apéritif aux graines

Pour 50 petits biscuits

- 200 g de farine blanche
- 1/2 sachet de levure
- 5 cl d'huile de sésame
- eau
- Graines (Pavot, sésame, tournesol...)
- Fleur de sel

Mélanger la farine, la levure et sel.

Ajouter l'œuf battu, l'huile et compléter par de l'eau pour que la pâte soit homogène. Ajouter les graines et bien mélanger.

Faire reposer la pâte 1 h au frigo.

Étaler la pâte et lui donner la forme souhaitée. Saupoudrer de fleur de sel.

Enfourner à 180° pendant 10 minutes

4) Nos rdv de janvier :

Reposez vous, prenez soins des autres, transmettez votre joie de vivre, vos passions, soyez à l'écoute des autres et de soi, faites preuve d'audace, libérez vous, soyez respectueux, rigolez, amusez vous, réfléchissez et agissez !

En 2018 on sera avec vous !!!!!

rdv :

Graines du coin
Échanges de semences
4^{ème} édition
Dimanche 4 février 2018
De 10 h 30 à 18 h
Retenez vos dates

6) le Geste du mois : les semences paysannes

Les semences paysannes c'est quoi ?

Les semences paysannes sont des semences issues d'une population ou d'un ensemble de populations dynamiques reproductibles par le cultivateur, sélectionnées et multipliées avec des méthodes non transgressives de la cellule végétale et à la portée du cultivateur final, dans les champs, les jardins, les vergers conduits en agricultures paysanne, biologique ou biodynamique. Ces semences sont renouvelées par multiplications successives en pollinisation libre et/ou sélection massale, sans auto-fécondation forcée sur plusieurs générations. Elles sont librement échangeables dans le respect des droits d'usage définis par les collectifs qui les font vivre.

vingt espèces de plantes alimentaires fournissent, à elles seules, 95% des calories de l'humanité. La FAO (Organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture) estime également que 75% des variétés cultivées ont disparu de la circulation depuis le début du XXe siècle

—
<http://www.semencespaysannes.org>

<http://www.croqueurs-de-carottes.org/>

grainesdetroc.fr

Wikipedia : grainothèque

En vendée :

<https://laboiteagraines.com/>



Les agricultures biologiques et paysannes n'ont que leurs pratiques culturelles pour adapter les plantes à chaque terroir

C'est pourquoi elles ont besoin de petites quantités d'une multitude de variétés, chacune sélectionnée dans et pour son terroir ainsi que pour répondre à la demande de diversité des consommateurs. Pour prévenir les maladies sans avoir recours aux pesticides, ces agricultures doivent entretenir un maximum de diversité dans leurs champs, les interactions entre plantes différentes étant facteur de santé au contraire de l'uniformité des monocultures qui affaiblit leur résistance.

Les semences sont la base de l'alimentation qui est, elle-même, la base de la survie de nos sociétés. Celui qui contrôle les semences contrôle forcément notre survie car il contrôle tous les aspects liés aux choix et à la production des aliments. Il contrôle donc in fine toute la politique alimentaire.

Depuis la nuit des temps, un système de production, de distribution et de conservation des semences est développé au sein de chaque communauté humaine. Ce savoir-faire, par essence local, est transmis de génération en génération pour assurer la pérennisation de l'agriculture.

Le droit de produire les semences, dans le respect des us et coutumes et en adéquation avec le milieu, est le gage de la préservation de l'autonomie des paysans et des producteurs du monde entier.

INFORMATION

Un réseau autour
De la permaculture
En Vendée
se construit ,
Officialisation prochainement

Vous souhaitez :

- Recevoir la feuille d'informations de Libera Verda
- Recevoir de l'information de l'Association
- Faire une donation de soutien (prix libre)
- Adhérer : 10 € minimum ou autres

N'hésitez pas à prendre contact !!

Association Libera Verda
1 rue du pijouit
85140 LES ESSARTS



06.26.23.72.66
Mail : liberaverda@gmail.com
Blog : liberaverda.canalblog.com

