La *feuille de chou périodique de l'association SEL du Thouarsais – Déc. 2016*

EDITO

Chers adhérents, l'année se termine bientôt, voici une dernière Feuille de chou pour 2016 s'envolant vers vous dans le vent d'automne. Vous y trouverez les rubriques habituelles et quelques témoignages sur la vie associative de ces dernières semaines. L'important maintenant c'est de préparer ensemble notre **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE** temps fort de toute association, qui se tiendra le (***sortez vos agendas 2017!***)

LE 13 JANVIER 2017 À 20 H (**salle de réunion à l'arrière de la Mairie de Thouars,** côté CAF)

AGENDA

Permanences

Permanences mensuelles de 18h30 à 20h

LE 1ER VENDREDI DU MOIS

(Le 2è vendredi, si férié)

En salle de réunion à l'arrière de la mairie de Thouars

Attention à la Permanence du 2/12 avant Noël !

Venez avec des objets «cadeaux» si vous en avez !

Venez faire sur place des décorations de fête (*voir ici =>*)

Animations et Ateliers

02/12/2016 : Décorations de Noël
06/01/2017 : Galettes des Rois
03/02/2017 : Formation à l'utilisation du site SEL
03/03/2017 : Iris folding (objets en pliages papier)
07/04/2017 : Décor de Pâques
Avril 2017 : Découverte d'un biotope (***Atelier !***)
05/05/2017 : Récolte de graines et Troc plantes
02/06/2017 : La Lactofermentation
Juillet 2017 : Sirops et Boissons-maison (***Atelier !***)
01/09/2017 : Fuseaux de lavande pour le linge

AUX DERNIÈRES NOUVELLES, LA VIE ASSOCIATIVE

Sam. 29/10/16 : Atelier «Couture»

6 adhérentes ont participé le samedi 29 octobre au second atelier Couture proposé par le SEL.
Réalisations de sacs à tarte, valisettes et porte-clés poulette, le tout accompagné de boissons chaudes et d'un délicieux fondant aux pommes. Un bien agréable moment de partage et de bonne humeur !

Dim. 27/11/16 : Atelier «Couronnes de Noël» à la Forge Fleurie (Catherine Olagnier) :

3 adultes, 3 enfants ont participé le 27 novembre à la confection de couronnes de Noël à la Forge Fleurie, activité entrecoupée d'un repas partagé autour de la table décorée par l'un des enfants présents (Camille)
Ont été utilisés : divers végétaux frais (pommes de pin, osier, lierre feuilles et fleurs, houx, sapin...) et accessoires traditionnels (boules, fils d'argent, raphia, bougies …). Au total, 4 ou 5 couronnes de différentes dimensions furent réalisées dans cette demi journée très gaie de partage et de convivialité.

Gageons que ces quelques réalisation et celles à faire ensemble lors de la Permanence de Décembre (**Rappel : Vend. 02/12/16 à 18h30**) égaieront les prochains moments de fête de cette fin d'année et que quelques uns des cadeaux proposés à vos proches viendront de vos échanges. C'est aussi un beau geste de faire revivre autrement à votre tour un objet délaissé ou devenu inutile pour d'autres, un principe du SEL !

les Selistes cuisinent pour les Fêtes

Foie gras à l'orange et navets glacés OU Filet-magret de canard à l'orange et navets glacés

IMPORTANT : pour une recette 30% moins chère, optez pour le «Filet» au lieu du foie ! !

1 foie gras de canard cru entier et déveiné, de 500 g - 2 bottes de petits navets - 3 oranges bio si possible - 8 cl de Porto - 30 g de beurre, quelques brins de persil, du piment d'Espelette, sucre, sel, poivre

1) Assaisonnez le foie de sel et de piment sur les 2 faces. Faites le colorer 2 mn de chaque côté dans une cocotte chaude, sans matière grasse. Couvrez et laissez cuire 20mn à feu doux.

2) Faites fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez les navets nettoyés, saupoudrez les de sucre et faire caraméliser doucement en remuant. Couvrez et laissez cuire environ. 15mn à feu doux.

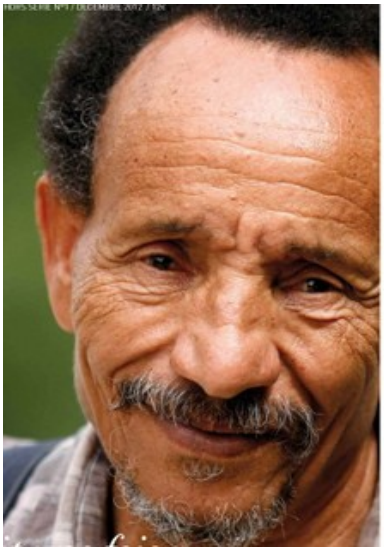
3)Egouttez le foie gras sur papier absorbant. Eliminez la graisse de la cocotte puis déglacez avec le Porto et le jus d'une orange. Salez, poivrez puis remettez le foie gras dans la cocotte et réservez-le au chaud.

4) Epluchez les oranges à vif. Vérifiez la cuisson des navets avec un couteau. Ajoutez les quartiers d'orange et faites encore cuire 1mn à feu vif. Salez et poivrez cet accompagnement.

5) Parsemez le foie de persil ciselé, décorez avec les zestes et servez avec navets et quartiers d'orange.

Témoignage, présentation, portrait...

Pierre RABHI



Quelques Liens :

www.pierrerabhi.org/

www.terre-humanisme.org/

www.colibris-lemouvement.org/

Nous serions heureux de présenter (ou vous rappeler si vous connaissez) cette belle personne qu'est Pierre RABHI :

D'origine Algérienne, il décide à 20 ans dans les années 50 de répliquer au gâchis des ressources qui commence à se manifester, par un retour à la terre. S'installant en famille en Ardèche il devient agriculteur et pratique résolument dés les années 60 une agriculture en biodynamie. Au fil des difficultés et des expériences, il devient conseiller et bientôt formateur en agroécologie et développe de nombreuses actions à l'étranger, au Maghreb, en Afrique et en Europe de l'Est et ailleurs où il travaille à la mise en place de solutions concrètes et inédites contre la désertification, missionné par l'ONU ou d'autres instances.Il est aussi conférencier et écrivain

On pourrait imager sa pensée en étendant au symbolique sa lutte contre la désertification : désertification des campagnes, désertification des ressources, désertification des consciences, désertification des solidarités. A ces lèpres modernes, il oppose son humanisme, sa foi en l'homme et en sa créativité dans le respect de valeurs positives où l'homme appartient à la vie et non l'inverse et dans une pensée libre de toute manipulation, il crée divers mouvements dont le déjà célèbre Colibris («chacun fait sa part»).

Bibliographie sommaire :

Du Sahara aux Cevennes, la reconquête du songe, 1983
L'Offrande au crépuscule, 1989
Le Recours à la terre, 1995
La Part du colibri, 2006
Manifeste pour la Terre et l'Humanisme, 2008
Vers la sobriété heureuse, 2010

Fin de la «Feuille de chou» : une blague, une charade, un proverbe, un dicton

Principe fondateur Shadok :"Pourquoi faire simple quand on peut faire compliqué?"