N° 29 AVRIL 2020

La nature et nous

LES NICEs

Les Nouvelles d'Initiative Chrétienne pour l'Europe – Réseau Francophone

Edito

"Quand ils auront coupé le dernier arbre, pollué le dernier ruisseau, pêché le dernier poisson, alors ils s'apercevront que l'argent ne se mange pas."

Au 19ème siècle déjà, le grand chef amérindien Sitting Bull exprimait ainsi sa révolte face à la violence dévastatrice des conquérants de sa terre natale.
Dans ce numéro de NICEs, les volontaires de la promotion Abbé Pierre dévoilent leurs préoccupations par rapport aux changements climatiques, en proposant des gestes éco-citoyens, des alternatives respectueuses de l'environnement. Ils s'interrogent sur leur capacité à changer leur comportement, leur mentalité, proposent dessins et poèmes, mais n'oublient pas pour autant de partir à la découverte de leur pays d'accueil, de manière éco-durable s'entend ! Comme ce fut le cas en novembre dernier lors de la rencontre en Bretagne.
Entre temps, la pandémie due au Covid 19 et le confinement ont changé les projets des jeunes qui sont rentrés pour la plupart chez eux, huit d'entre eux ont cependant choisi de rester dans leur lieu d'accueil. Espérons qu'avec l'assouplissement des mesures et le retour des jeunes, les derniers mois de leur volontariat seront encore l'occasion de faire de belles expériences et découvertes.
Je vous souhaite à tous de rester préservés et de continuer à aimer la vie. Osons partager ! ●

Annelise Wendling

SOMMAIRE

2 Anniversaires à venir
3 Entre terre et mer
5 *C'est à vous :* L'année du volontariat
8 Poèmes & dessins
9 *C'est à vous :* Environnement
13 Les petites victimes oubliées
15 Covid 19, climat et environnement
17 Fais la différence
18 Dessin
19 Manger local
20 Quiz
21 Recettes végétaliennes

Anniversaires à venir

Avril

04/04 Marie Laure

09/04 Léa

24/04 Cora

28/04 Giorgi

30/04 Friederike

Mai

02/05 Hanna Wendt

07/02 Simon

11/05 François

12/05 Katharina

Juin

24/06 Borbala & Hanna B.

29/06 Eva

Juillet

03/07 Jakub

18/07 Parnian

23/07 Anna Christina

Août

04/08 Adalie

11/08 Jana

17/08 Hanna Jarosch

Entre terre et mer

Fin novembre 2019, les 53 jeunes volontaires de la promotion « Abbé Pierre » actuelle et l'équipe d'ICE-RF se sont retrouvés à Saint-Pol-de-Léon, en Bretagne, pour passer quatre jours ensemble.

Hébergé au château de Kersaliou avec la mer pas loin, on se sentait comme dans une vieille histoire bretonne. L'architecture, la météo, les gens et beaucoup de crêperies, tout cela ajoutait à une expérience authentique bretonne.
Le premier jour, on a fait un tour dans le département du Finistère, traçant les chemins de l'histoire et des légendes. On a visité le cimetière militaire allemand de Lesneven-Ploudaniel où sont enterrés 5 835 soldats allemands morts pendant la deuxième guerre mondiale. Après, on a découvert la forêt d'Huelgoat, une forêt mythique et pleine de légendes, avec son Moulin de Chaos, sa grotte du diable et ses grands et curieux rochers. Après une pause sandwich à midi, nous avons continué notre tour un peu vers l'est pour visiter la Vallée des Saints. Là, sur une grande prairie se trouvaient beaucoup de menhirs, ciselés en statues des saints. Visant à créer une sorte d'île de Pâques bretonne sur la colline de Quenequillec, l'association responsable a pour but d'y installer 1000 statues de saints. Cette année, nous pouvions déjà découvrir 142 statues de tous styles. Lors du dernier arrêt tout à l'ouest de la Bretagne au bout de l'Europe, tout le monde a profité des vues magnifiques pour faire de belles photos, malgré des vents forts.

La deuxième journée on l'a passée à Saint-Pol-de-Léon. On y a découvert l'architecture bretonne et encore une fois la météo typique de la Bretagne : la pluie. Malheureusement c'était lundi, c'est pourquoi très peu de magasins ou crêperies étaient ouvertes. Le highlight était que nous avons appris des danses bretonnes ce jour-là avec de vrais Bretons et Bretonnes. Après, il y avait des biscuits bretons et du cidre. Un bon moment de convivialité et de tradition.

La journée suivante, on a fait la visite de Roscoff, une ville de pêcheurs et marchands. Avec un rallye, nous avons tenté d'apprendre à connaître la ville et son histoire. Encore une fois, c'était une bonne manière de connaître l'architecture bretonne, ses églises, ses maisons serrées et les murs en pierre. Là, on avait aussi la chance de visiter la petite entreprise d'Algoplus, qui produit beaucoup de denrées à partir des algues récoltées devant la côte de Roscoff. On pouvait essayer les crèmes et goûter des petits casse-croutes, du thé, de la salade. Après, presque tout le monde en a profité pour emporter une chose ou l'autre soit pour eux-mêmes, soit comme souvenir ou cadeau de Noël pour la famille ou les amis. Avec un peu de temps libre avant le diner, quelques-uns en ont profité pour aller au bord de la mer ou faire une promenade entre les champs de choux-fleurs.

Le dernier jour a démarré tranquillement au château et en ateliers, nous avons fait travailler nos têtes créatives sur des sujets d'ICE-RF comme la communication, les finances, la fête pour les 25 ans ou alors les NICEs. Pour l'après-midi, il avait été prévu de faire un tour en bateau à l'île de Batz, mais, malheureusement, la météo ne voulait pas comme nous le voulions et la visite a été annulée. L'après-midi libre nous donnait l'opportunité de passer encore un peu de temps avec les amis et de revisiter Saint-Pol-de-Léon (où les crêperies étaient ouvertes maintenant !) ou se balader autour du château et la mer. La soirée tous ensemble fut un bon moment, avec un diaporama de photos du séminaire d'août.

Le jeudi, jour d'au-revoir et de retour, obligea plusieurs à se lever très tôt. •

C'est à vous!

Année du volontariat

1) **Quels endroits en France as-tu déjà visités et lesquels veux-tu encore visiter pendant l'année?**
2) **Quelles différences as-tu remarquées entre la France et ton pays ?**

1) J'ai déjà visité Paris, l'Alsace et la Bretagne. Je voudrais bien voyager dans le sud de la France : à la Côte d' Azur, en Provence et à Toulouse.

2) J'ai l'impression que les Français sont un peu plus ouverts et positifs que les Allemands, ce qui me plaît. D'autre part, parfois il me manque la manière ordonnée et réglementée comme en Allemagne et c'est plus chaotique ici.

Hoang Anh, Saverne

1) J'ai visité Ribeauvillé et Riquewihr en Alsace, Narbonne en Occitanie et la Bretagne. Je veux encore visiter Paris, Arles, Marseille et la Vallée de la Drôme en Auvergne-Rhône-Alpes.

2) Une grosse différence avec mon pays que j'ai notée est la grande attention des Françaises pour l'environnement, à partir de petites choses, par exemple utiliser moins la voiture quand on peut utiliser des autres moyens de transport, utiliser des verres ou gobelets réutilisables etc.

Anonyme

1) J´ai déjà passé un week-end à Amiens avec Kiana. Nous avons visité entre autres la cathédrale Notre-Dame, la maison de Jules Verne (un écrivain connu) et les Hortillonnages (ce sont des jardins flottants). Fin janvier j´ai visité Arras avec un étudiant de l´ICAM, malheureusement il a beaucoup plu, mais nous avons quand même fait un tour guidé au muséum « Carrière Wellington » qui montre l´histoire de la première guerre mondiale. De plus on a visité un cimetière militaire.
Le prochain week-end, je vais passer une journée à Paris pour visiter le château de Versailles avec un groupe d´ERASMUS.
Dans les prochains mois, je vais probablement visiter Amsterdam, la Normandie, la Côte d´Azur et le château et une cave à vin dans la région « Sologne » avec d'autres étrangers à Lille/ ERASMUS.
En mai, je vais passer une semaine à Lourdes avec ma mère.

2) - Les gens sont toujours en retard, ça ne me dérange pas
- Personne n'attend au feu rouge :)
- Il n´y a pas vraiment de titres professionnels significatifs, mais très superficiels
- Il existe la classe supérieure et inférieure, mais pas vraiment de classe moyenne comme en Allemagne
- A Lille il n'y a pas beaucoup de parcs pour se promener, ça me manque un peu

Giulia, Lille

1) J'ai déjà visité Grenoble et j'aimerais bien visiter Lyon, Montpellier, l'Alsace

2) Je ne vois pas trop de différences entre la France et l'Allemagne.

Parnian, Lille

1) J'ai déjà visité quelques villes du nord et de la côte de France, comme Bergues (où le film « Bienvenue chez les Ch'tis » a été tourné), Dunkerque et Boulogne-sur-Mer. Un week-end, nous sommes allées à Amiens et ses nombreux canaux. Dans les mois restants, je voudrais rencontrer d'autres volontaires à Paris, parce que c'est la ville la plus proche pour tous. En plus, une visite de Strasbourg ou aussi du sud de la France sera cool.

2) La décontraction du comportement est vraiment notable pour moi. Je veux dire que les Français sont plus relaxes avec la ponctualité et la responsabilité. En Allemagne, quand on est en retard, même s'il s'agit de quelques minutes, on doit se justifier. Mais ici, ce n'est pas évident. Cette tranquillité ne m'énerve pas personnellement. Mais je sais que ma ponctualité n'est pas la meilleure et comme ça je ne peux pas l'améliorer… En outre, en ce qui concerne des postes dans les grandes entreprises, leurs descriptions sont souvent très vagues, comme « chargé d'accompagnement », et il me semble qu'ils ne savent pas eux-mêmes ce dont ils sont responsables. A mon site d'accueil, une école d'ingénieurs et de techniciens, ça peut être frustrant si on a besoin d'une date pour un examen ou une information spécifique.

Kiana, Lille

Borbala, Ecorcheboeuf

Qui est ma famille?

Ma mère la terre
Je suis un enfant
J'ai crié: J'ai faim, j'ai faim!
Elle m'a donné pour manger
Ma mère la terre
Qui va recouvrir
Quand je vais mourir
Mon père est le ciel
Qui me racontait les mythes,
Mon père est le beau ciel.
Le souffle est ma sœur,
Mon frère la lumière,
La mer qui aime
Caresser, changer les chants.
J'ai joué avec eux,
Mais longtemps avant...

Poésie libre

"Je mange pas des plastiques."- il a dit.
C'est bien je veux essayer aussi.
Mais quand j'ai regardé
Dans le magasin
Si je suis sérieuse
Il reste presque rien.
Est-ce que c'est ma faute?
Je suis fautive parce que
Je suis humaine?
Beaucoup d'animaux se sont noyés,
Maintenant c'est moi
Qui va nager dans les déchets.
Mon enfant joue avec les ordures.
Quelle image dure!
Qu'est-ce que je peux donner pour lui
S'il n'y a pas plus d'arbres
Pour fabriquer un cheval tout petit?

C’est à vous!

Environnement

1) **Qu’est-ce que tu fais déjà au quotidien pour l’environnement ?**
2) **Est-ce que tu penses qu’on fait déjà assez contre le changement climatique, pas assez ou peut-être même trop? Pourquoi ?**
3) **Est-ce que tu as des idées concrètes pour mieux protéger l’environnement ?**

1) Au cours des dernières années, j'ai essayé de changer mon comportement de consommateur ; je me demande d'abord si j'ai vraiment besoin d'acheter une nouvelle chose. J'achète moins de plastique et j'essaie de réutiliser les objets en plastique aussi souvent que possible, si je les achète.

Je mange aussi plus d'aliments bio, moins de viande et j’ai remplacé le lait de vache par du lait d’avoine.

2) Je pense qu’on ne fait pas encore assez contre le changement climatique, ou plutôt je suis d’avis qu’il n’y a pas encore assez de gens qui participent. Ce serait déjà beaucoup mieux si tout le monde faisait des petits efforts.

3) Je pense que je n’ai pas de nouvelles idées à vous proposer, que vous ne connaissez pas encore. Nous savons tous comment nous pouvons contribuer à arrêter le changement climatique. (Sinon, informez- vous sur Google, ou mieux Ecosia). Mais ce qui est important, c'est d'agir maintenant. Personnellement, je trouve qu’il peut être écrasant d'essayer de vivre à 100 % écologiquement. Essayez donc de commencer par quelques mesures et faites ce que vous pouvez. Ne sous-estimez pas votre influence sur le monde et tenez-vous informé sur le sujet.

Hoang Anh, Saverne

1) - J´essaie d´acheter des légumes et des fruits régionaux et le moins possible des produits en plastique
- Tri des déchets
- j´utilise des sacs en tissu pour faire des courses

2) Je pense qu'on n'a pas fait assez contre le changement climatique, mais en même temps je crois que nous sommes sur la bonne voie. Tout d'abord, parce que Greta Thunberg a commencé à mobiliser et à sensibiliser les gens et surtout les jeunes pour réfléchir à notre comportement par rapport à l'environnement. Deuxièmement, parce que des mesures ont déjà été prises, par exemple éviter les sacs en plastique. Pourtant, pour arrêter le changement climatique, il faut que toutes les grandes puissances travaillent ensemble et pas juste certains pays.

3) - éviter les sacs en plastique quand on fait les courses
- éviter utiliser des pailles en plastique
- développement des transports en commun, prendre le bus ou pratiquer le covoiturage
- utilisation de centrales solaires

Giulia, Lille

1) Au quotidien j'essaye ne pas acheter d'emballages en plastique, j'achète des produits locaux et bio, j'utilise le vélo…

2) Je crois qu'on fait déjà beaucoup contre le changement climatique, mais il faudra mieux diffuser les informations à ce sujet et renforcer les moyens de communication, faciliter la recherche sur de nouvelles sources d'énergie renouvelables et naturelles. Au niveau global, il faudra essayer de concrétiser les politiques de protection de l'environnement dans les pays qui n'en ont pas et promouvoir la culture d'une plus grande attention aux ressources de la planète.

3) Pour l'instant, la seule idée que j'ai, c'est d'essayer de changer la mentalité des personnes qui ne comprennent pas que la question climatique est un problème urgent à résoudre. Pour cela, je discute avec ceux qui ont des idées différentes des miennes, en expliquant mon point de vue et les raisons pour lesquelles il est nécessaire de faire attention aux petits changements qu'on peut adopter au quotidien. C'est important d'animer un débat qui soit une opportunité de croissance et d'information, pour comprendre quel aspect a effectivement besoin d'être plus travaillé.

Anonyme

1) J'essaye toujours de penser à l'environnement en faisant toutes sortes de petites choses. Comme à la maison, j'économise constamment l'énergie quand je cuisine, utilise la lumière ou douche. Je sais que la majorité de cette énergie en France est générée par la technologie nucléaire. Un jour, j'espère que j'ai l'opportunité de changer mon fournisseur de courant personnel.

Je n'ai pas acheté de nouveaux vêtements depuis l'été dernier et une grande partie de mes vêtements sont hérités. Je n'utilise pas beaucoup de cosmétiques. Comme avec mes habits, je préfère investir dans des choses de haute qualité et dont j'ai vraiment besoin. Quand mes habits sont trop petits ou ne me plaisent plus, je les offre aux amis ou à mes petites cousines. En plus, je suis en train d'apprendre l'utilisation d'une coupe menstruelle à la place des tampons.

Ce minimalisme est même présent quand je fais mes courses. Je mange de la viande une à deux fois par semaine et du lait de vache exclusivement dans du beurre ou parfois du fromage. La plupart de mes repas sont végétariens. Deux facteurs clés des courses sont pour moi leur origine et l'emballage du produit. J'essaye de soutenir les magasins et marchés régionaux et si possible j'achète en vrac. J'évite les produits à usage unique ou qui ne me servent pas vraiment, comme les mouchoirs, serviettes, gobelets ou les couverts en papier et en plastique. En conséquence, je mange généralement sur place si je sors et je ne consume pas souvent des snackings ou des boissons en cafétéria (où je travaille) parce que tout est emballé individuellement.

Pour le moment, je ne prends pas la voiture, car tout ce qui est important est situé à proximité. Quand je dois voyager plus loin, je vais en métro, en bus ou en train.

En plus, pendant mon travail comme prof, j'utilise souvent l'ordinateur à la place de documents papier, j'imprime les documents seulement si c'est nécessaire. De plus, j'évite l'utilisation superflue de l'électronique, comme le portable ou l'ordinateur.

Pour conserver plus d'énergie, mon portable est mis en mode sombre/économique.

En ce qui concerne mon avenir, je suis en train de faire le choix d'une profession ou d'un domaine qui me permettent de contribuer personnellement à la lutte contre le changement climatique. Je me sens obligée de faire quelque chose.

Finalement, je vote pour des partis ou des personnes qui s'investissent vraiment dans des solutions de la crise climatique.

Kiana, Lille

Mais ce sont juste quelques possibilités à faire quotidiennement. Il faut rester informés et en discours avec des autres. Un vrai changement se passe seulement si plus de personnes s'engagent.

2) Non, je n'ai pas du tout l'impression qu'on soit suffisamment effrayé par la situation. Il y a encore d'innombrables personnes qui ne sont pas ou ne veulent pas être conscientes et qui continuent leur vie comme si tout allait bien. Ça me fait peur.

3) Je crois que le moyen le plus important, c'est la conscience. Quand on réfléchit à ce qu'on mange, achète et consomme, on fait automatiquement plus attention à l'origine, l'emballage et surtout l'avantage d'un produit. Personnellement, je profite énormément du minimalisme au quotidien. Cette manière de vivre me pousse toujours à penser une deuxième fois à la valeur d'une chose avant d'investir. En plus d'utiliser moins de ressources et de protéger l'environnement, ça me rends beaucoup plus contente. J'ai littéralement moins à porter.

Kiana, Lille

1) Faire le tri des poubelles. Ne pas prendre le sac plastique pour les courses, éteindre la lumière, ne pas gaspiller la nourriture, ne pas acheter/consommer trop

2) On ne fait clairement pas assez contre le changement climatique. Cela se voit dans les rues avec plein de voitures et de poubelles. Des produits emballés partout. Des fois, on n'a pas le choix et d'autres fois on est trop paresseux. (Ex. ne pas avoir accès aux transports publiques, ne pas vouloir les prendre)

3) Des impôts de CO2, réglage des usines dans n'importe quel domaine pour que moins de choses soient produites, réglage de l'agriculture et de la fabrication de nourriture, restriction des compagnies aériennes pour moins de vols.

Parnian, Lille

Les petites victimes oubliées

Tibo, Soultz-sous-Forêts

Les fleurs fleurissent, le soleil brille.
La nature se réchauffe lentement et se réveille à nouveau après une profonde hibernation.
Si vous écoutez attentivement, vous entendrez le bourdonnement des abeilles partout. Ce « bzzzzzzz » est toujours merveilleux!
Surtout quand on pense que tant de vie et de produits de la terre en sont créés.
Dans le monde, environ 90 % des arbres fruitiers sont pollinisés par les abeilles.
C'est d'autant plus triste de constater que le bourdonnement des abeilles est devenu beaucoup moins audible ces dernières années...
En Allemagne, d'après les pertes indiquées par les apiculteurs, le nombre de colonies d'abeilles a diminué d'environ 30 %. En France, 5 pesticides ont été interdits (2018) en raison de la mortalité des abeilles, alors que l'UE n'en a interdit que 3.
Bien sûr, d'autres facteurs sont également responsables du fait que de plus en plus de nos petits aides disparaissent dans les terrains de chasse éternels : gaz d'échappement, changement climatique, urbanisation et industrialisation croissantes...

Que pouvons-nous faire individuellement pour lutter contre la mortalité des abeilles ?

- ☼ Vous pouvez **mettre un abreuvoir dans votre jardin**, afin que les abeilles assoiffées puissent se désaltérer. Pour cela, vous prenez une assiette, vous y mettez des petites pierres et la remplissez avec de l'eau. Les pierres ont pour fonction que les abeilles ne vont pas se noyer.
- ☼ **Planter des fleurs** ! Malheureusement, les abeilles en trouvent de moins en moins dans les villes, donc les vergers épars, les jardins colorés et même un petit pot de fleurs sur le balcon offrent un changement bienvenu.
- ☼ **Achetez du miel biologique** qui provient au moins **de l'UE**. Dans l'UE, il existe des directrices sur la façon dont les apiculteurs devraient traiter leurs abeilles... Ces directives n'existent pas nécessairement en dehors de l'UE, de sorte que les abeilles peuvent être traitées avec des produits chimiques malsains que vous ne voulez pas nécessairement dans votre miel !
- ☼ Si vous êtes très motivé, faites comme moi et **achetez votre propre colonie** d'abeilles. Avant cela, vous devriez vous documenter sur le sujet, mais ensuite rien ne s'oppose à avoir votre propre ruche.

Mais aussi des raisons assez banales : la possibilité pour une abeille de s'hydrater. Si vous parcourez plusieurs kilomètres chaque jour, vous avez soif!

Si vous êtes sérieusement intéressé par les abeilles, je peux vous recommander en toute bonne conscience un livre d'un de mes amis, Sven Niel: "Sauvons les Abeilles ! Les 10 actions pour (ré)agir ! " Pour tous ceux qui veulent savoir ce qu'ils tartinent sur le pain de leur petit-déjeuner et pourquoi je n'achète que du miel sélectionné, je recommande le film "Plus que du miel", il montre très bien ce que les gens font parfois avec leurs plus importants petits travailleurs ailés. ●

Covid 19, climat et environnement

Réflexions et questionnement sur l'actualité du moment d'après une tribune de Greenpeace

1. Y a-t-il un lien entre la pandémie du coronavirus et le dérèglement climatique ?

C'est avant tout l'hypermobilité humaine qui a favorisé la pandémie du coronavirus. En effet, si les humains se déplaçaient moins et moins loin, la contagion aurait été plus limitée. Mais les maladies infectieuses sont aussi favorisées par le dérèglement climatique et la destruction de la biodiversité. Certains animaux, comme les moustiques, étendent leurs territoires et répandent les maladies infectieuses plus largement.

2. Les émissions de CO2 ont-elles vraiment baissé depuis le début de la crise du Covid-19 ?

Les émissions de CO2, responsables du changement climatique, ont nettement baissé dans les pays touchés par le coronavirus. Entre début février et mars 2020, les émissions de CO2 ont par exemple chuté de près d'un quart en Chine par rapport à 2019. Elles sont directement liées à la réduction drastique des activités industrielles fortement dépendantes du charbon et du pétrole. De même, le coup de frein donné à la mobilité des personnes, en particulier liée au trafic aérien mondial (un secteur fortement émetteur de gaz à effet de serre), semble entraîner mécaniquement une baisse des émissions de CO2 et donc de la pollution atmosphérique. Mais c'est un trompe-l'œil : elles ne se sont produites que parce qu'une grande partie des activités humaines sont à l'arrêt forcé.

Toutefois, la tendance globale est à la hausse des émissions de gaz à effet de serre. Pour les réduire durablement, c'est le fonctionnement économique de nos sociétés, basé sur des activités polluantes et creusant les inégalités, qu'il faut revoir.

3. Comment faire en sorte que les enjeux environnementaux ne soient pas mis sous le tapis après cette crise ?

Cette crise montre qu'il est possible de changer les règles, de prendre des décisions qui semblaient improbables. C'est une opportunité d'adapter notre modèle à l'urgence climatique, sans quoi, nous ne ferons que subir les fléaux tels que les inondations, les sécheresses, les incendies, la montée des eaux et la désertification qui vont nous frapper de plein fouet. De plus, avec le recul de la nature et la fonte du permafrost, nous devrons faire face à d'autres virus inconnus. Nous voyons bien qu'il est aujourd'hui plus rentable de protéger l'environnement que de le détruire. ●

Fais la différence!

Alma, Flavigny-sur-Moselle

Chacune et chacun est capable de faire un changement.

Je vois que beaucoup de choses ne vont pas bien sur la terre. Un thème de plus en plus important est l'environnement. Les gens ne font pas attention à la nature. Mais moi je veux un changement et je pense qu'il commence chez moi-même. Il y a quelques années que j'essaye de vivre de manière plus durable. J'achète des produits sans déchets, régionaux et saisonniers, des vêtements, mon portable … d'occasion, je répare tout ce que je peux et je vis principalement de façon végane. Il y a certaines choses que je veux améliorer comme l'utilisation d'électricité ou la consommation d'eau. Mon rêve pour le futur est de vivre en autosuffisance.

Je ne fais pas tout ça juste pour la terre et pour les générations qui vont venir. Oui, ce sont les raisons principales, mais ça fait du bien à moi-même aussi. Je me sens plus en commun avec la nature. J'ai l'impression de ne pas être dans le flot de l'opulence et ainsi je lève le pied dans ma vie quotidienne.

Je sais que ce n'est pas facile de changer son style de vie. Mais de cette façon tu peux améliorer la vie de plusieurs organismes. En premier le tien.

Chacune et chacun fait la différence! ●

Borbala, Ecorcheboeuf

Manger local pour sauver la planète

Laura Takacs, Strasbourg

Ces derniers jours la Capitale Européenne a pris un bain de soleil inattendu pour le premier mois de la nouvelle année.

Bien que le soleil soit apprécié, chaque fois que la conversation tombe sur « le temps » j'entends des expressions comme : « Tout à cause du changement climatique ! » ou « Alors le réchauffement global existe vraiment. ».

Je ne peux qu'être d'accord, la question du climat nous touche de près et nous avons la responsabilité d'améliorer la situation. La solution est simple. C'est à dire consumer des produits locaux, typiques de la région ou nous habitons. Les avantages sont au moins au nombre de deux :

1. On apprend à connaitre et valoriser le territoire et ses produits ;
2. On évite de soutenir indirectement la déforestation faite par les industries les plus puissantes pour obtenir un espace cultivable plus large.

En espérant que vous pourrez découvrir de nouvelles recettes, je vous souhaite un bon « refroidissement planétaire ». ●

Quiz sur le climat

1. Outre le CO_2, lesquels des gaz suivants sont à effet de serre ?
A la vapeur d'eau (H_2O, g)
B le méthane (CH_4)
C l'ozone (O_3)

2. La principale raison pour laquelle le niveau des océans peut monter est que...
A il y aura plus de pluies donc plus d'eau dans les océans
B l'eau se dilate en se réchauffant
C la banquise et les icebergs (par exemple autour du pôle Nord) vont fondre

3. Si on continue à utiliser nos ressources comme maintenant, 2030 on aura besoin de…
A deux Terres à exploiter
B une déchetterie extraterrestre
C des ressources de Mars

4. Combien de soya cultivé dans le monde est utilisé pour nourrir les animaux ?
A 20 %
B 45 %
C 80 %

5. Lesquels des éléments suivants sont des puits de carbone ?
A les océans
B les sols
C la végétation

6. Un degré de plus de réchauffement climatique mondiale signifie…
A une élévation du niveau de la mer de 5,33 mètres
B un déplacement en altitude de la limite des arbres de 720 mètres
C 42 millions de tonnes de blé en moins par an

7. Quel pays est le plus grand émetteur de CO2 dans le monde ?
A les Etats-Unis
B la Chine
C la Russie

8. Le plus gros problème de la déforestation d'un point de vue climatique est...
A la suppression d'arbres qui auraient consommé du CO2
B la consommation d'énergie lors de l'abattage
C les émissions lorsqu'on brûle la biomasse

Réponses: 1. A, B, C | 2. B | 3. A | 4. C |5. A, B, C | 6. C | 7. B |8. A

Recettes végétaliennes

Brownies à la courgette

600 g de courgettes
250 g de farine
60 g de cacao
1 c. à café de soda
1 pincée de sel
200 g de sucre
2 paquets de sucre vanillé
60 ml d'huile
200 g de chocolat couverture, ou sucre glace

Râper la courgette préalablement lavée (Il n'est pas nécessaire de l'éplucher). Mélanger les ingrédients secs dans un saladier. Ajouter l'huile et la courgette râpée, jusqu'à ce que le mélange devienne visqueux. Verser le mélange dans une plaque de cuisson profonde graissée, lisser la préparation.
Mettre au four à 180°C pendant environ 20 à 25 minutes, puis laisser refroidir dans le moule. Si on veut, on peut recouvrir les brownies du chocolat couverture ou les saupoudrer avec du sucre glace.

Pourquoi végétalien ?

L'élevage est responsable de 14,5% des émissions de gaz à effet de serre, soit davantage que les transports. L'élevage engendre la pollution des nappes phréatiques et des rivières par le déversement de pesticides, engrais, nitrates (lisiers), ammoniacs, à l'origine des pluies acides et de la prolifération des algues vertes.
L'élevage gaspille des ressources : pour produire 1kg de viande, il faut 13 500 litres d'eau, alors que pour obtenir 1kg de pommes de terre, 500 litres. L'élevage est la première cause de déforestation (élevage extensif, surfaces exponentielles de cultures pour l'alimentation du bétail) et monopolise 70% des terres agricoles.
Ce gaspillage contribue à la faim dans le monde, illustrant bien l'adage selon lequel « le grain du pauvre nourrit la vache du riche ». Consommer directement les denrées végétales permettrait de nourrir près d'un milliard d'êtres humains malnutris.

Courgette farcie

1 courgette
1 verre de pois chiches*
1 poivron jaune*
1 oignon*
200ml de purée de tomates
1 cuil. à s. de purée d'amandes
poivre, sel, romarin, origan
**peuvent être remplacés par des restes*

Couper en deux et évider la courgette. Frictionner les moitiés de courgettes avec de l'huile et du sel. Préchauffer le four à 200°C. Couper l'oignon et le poivron et les étuver avec les restes de la courgette (en commençant avec l'oignon). Ajouter la purée de tomates, les pois chiches et assaisonner. Remplir la courgette. Pour la sauce, mélanger la purée d'amandes avec 2-3 c. à soupe de l'eau et l'assaisonner aussi. Verser la sauce sur les courgettes remplies et faire cuire au four pendant 25-30 minutes.

Sources

https://www.greenpeace.fr/covid-19-climat-et-environnement-5-questions-a-se-poser/ (p. 15-16)
http://colleges.ac-rouen.fr/sainte-marie/ecoquiz/lemaitrelormier.htm (quiz climat)
http://www.cea.fr/multimedia/Pages/animations/climat-environnement/quiz-climat.aspx (" ")
https://www.geo.de/natur/nachhaltigkeit/15213-quiz-quiz-verstehen-sie-den-klimawandel (" ")
https://www.chefkoch.de/rezepte/3456991515093233/Vegane-Zucchini-Brownies.html (recette page 21)
www.visualhunt.com (images)
www.unsplash.com (images)
www.pixabay.com (images, vectors)
www.freepik.com (images, vectors)

Les autres photos sont de Claude et les volontaires, tous droits réservés.

Chacun de nous peut apporter des changements dans la façon dont nous vivons nos vies et faire partie de la solution au changement climatique.

AL GORE

NICEs 29
avril 2020

Rédactrice en chef, mise en page :

Tabea Diez
Volontaire d'ICE-RF

Merci à Alma, Annelise, Borbala, Giulia, Hoang Anh, Kiana, Laura T., Parnian et Tibo pour leurs contributions!

ICE – Réseau Francophone
5 Place du Bureau Central
FR-67110 Niederbronn-les-Bains
+33 (0)3 88 94 20 76
ice@servicevolontaire.com
www.servicevolontaire.com