

Dépôt Mouscron- Centre

Paraît tous les deux mois,

sauf en juillet-août.

P 501345P



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE



Eco-Vie

la revue n° 322
Sept-Oct.
2022

Édito

La rentrée est maintenant déjà bien entamée avec le retour aux activités familiales, salariales, scolaires, associatives, sportives etc. Les souvenirs estivaux s'éloignent tout doucement, la fraîcheur nous permet de mieux respirer et, bizarrement, la chaleur commence à nous manquer... Certaines cheminées fument à nouveau régulièrement par-dessus les toits !

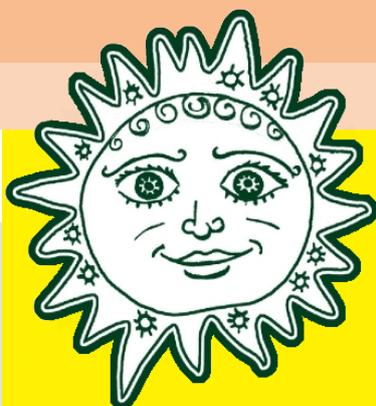
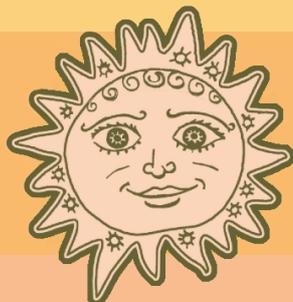
Septembre. Lorsque j'étais enfant (il y a moins d'un siècle quand même !), les livres de lecture parlaient des hirondelles qui s'alignaient par centaines sur les fils électriques de nos campagnes. Depuis, rares sont les années où je peux encore voir ne serait-ce qu'une petite fraction de ce spectacle d'antan. Et cette année, ces oiseaux emblématiques ont même quitté nos contrées un mois plus tôt, à la mi-août. Les jeunes étaient-ils arrivés à maturité plus tôt ? Leur nourriture, les insectes, était-elle manquante ? Prémices d'un hiver précoce et rigoureux ?

Alors, se rappellera-t-on de la sécheresse et des incendies de l'été ou préférera-t-on se remémorer les apéros et les BBQ en sirotant un vin chaud autour d'un braséro ? Pourtant, la relation entre les changements climatiques et notre époque moderne, le *capitalocène*, est évidente.

Les milliers d'hectares calcinés n'ont heureusement occasionné que quelques victimes nous rassurent les quotidiens. Mais ? Mais que sont donc devenus les oiseaux, les petits mammifères, les reptiles, les arthropodes comme les arachnides ou les insectes, que sont devenues la multitude de plantes herbacées ou ligneuses, parfois rares, qui s'y développaient ?

Faisons le pari que tout ceci est la fin d'une époque révolue qui contrairement au phénix ne renaîtra pas de ses cendres, mais qui, en se réinventant magnifique, renouera avec le respect que les peuples premiers entretenaient envers notre Terre-Mère. Pour un demain éternellement vivable.

Xavier Adam
Président d'Eco-Vie



SOMMAIRE

LA VIE d'Eco-Vie

SOMMAIRE	p.2
LES BALADES DE MARTIN : L'ÎLE DE BALOKKEN	p.11
JE SUIS PARCE QUE NOUS SOMMES : FRAGMENTS	p.12
AGENDA : OCTOBRE - NOVEMBRE	p.24

DECOUVERTE nature

LES PICS DE CHAL... EUH! DE CHEZ NOUS	p.6
LA COULEUVRE À COLLIER, DITES « HELVÉTIQUE »	p.7
LE LOUTRODUC, DU NOUVEAU DANS VOTRE VOCABULAIRE	p.8

ECO-VIE Junior Grisou

MES RENCONTRES DE L'ÉTÉ	p.4
-------------------------	-----

EDITORIAL

p.1

SOCIETE... en évolution

LILLE-LESQUIN, AVIATION-RÉACTION	p.3
COUPS DE SOLEIL MAIS PAS DE POMMADE POUR LA TERRE	p.14
SALE TEMPS POUR LA SAISON SÈCHE	p.16
FACTURES D'ÉNERGIE TOUJOURS PLUS CHÈRES ?	p.18
POUF-POUF ! À-QAND-LA-FA-MINE ?	p.19

LES CONSEILS d'Eco-Vie

FRUITS ET LÉGUMES ET VOTRE PORTE-MONNAIE	p.9
FRUITS ET LÉGUMES ET VOTRE SANTÉ	p.10
PENSÉE - DAVID ATTENBOROUGH	p.11
PENSÉE - MANUEL	p.17
COURRIER DES LECTEURS	p.20
TRUCS ET ASTUCES	p.21
PENSÉE - SATISH KUMAR	p.23

Illustrations: Fleur de Nav' et Isabelle Berlandi Photos : Xavier Adam, Sylvia Vannesche, Marc Varrasse et Martin Windels
Couverture : **Un Nouveau Monde** - Montage à partir de détails de « *La Vision de l'Apocalypse par saint Jean l'Évangéliste à Patmos* » (Hans Memling - 1479), de « *Le Cri* » (Munch - 1893), de « *Guernica* » (Picasso - 1937), de « *La Ville détruite* » (Zadkine - 1953)

LILLE-LESQUIN, Aviation - Réaction

Dans la revue n°321, nous vous signalions que l'aéroport de Lille-Lesquin voulait s'étendre et s'agrandir en dépit de toute logique environnementale et climatique.

Malgré les contestations de la population, faisant fi de surcroît des nuisances pour les riverains, le préfet de région a délivré l'autorisation environnementale d'agrandir l'aéroport.

Par contre, les maires de Fretin et Lesquin ont refusé de signer le permis de construire. Mais l'Etat français pourrait passer en force et le préfet confirmer son autorisation. Les opposants, riverains et associations, se préparent à attaquer cette décision en justice. Ce n'est jamais de gaieté de cœur qu'il faille se battre contre des projets de développement, mais il est évident que l'avion est le

mode de transport le plus dommageable pour l'environnement, pour notre futur !

Il y a nécessité de résistance. Et heureusement, pour donner plus de visibilité au mouvement de lutte, le réseau international pour la réduction du trafic aérien, Stay Grounded / Rester sur Terre, se rassemblera à Lille début octobre pour sa conférence-action "AviAction" du 5 au 9 octobre 2022 avec une soirée de lancement, des ateliers, des formations, et une action !(*) La programmation complète est disponible via <https://rester-sur-terre.org/action-conference-2022/>.

Certaines sessions sont également disponibles en ligne si vous ne pouvez pas vous déplacer à Lille !

Xavier

(*) La dernière fois qu'un tel événement a eu lieu, c'était en 2019 à Barcelone. Les années suivantes, le Covid a empêché la tenue de cette rencontre, mais a également cloué les avions au sol, nous donnant une opportunité de remettre en question la croissance insoutenable du trafic aérien



GRISOU RACONTE...

Mes rencontres de l'été

Les mois de juillet et août ont été bien chauds, très chauds parfois même trop chauds ... du coup j'ai fait pas mal de siestes à l'intérieur de la maison où il faisait bon grâce à la clim (couplée avec des panneaux photovoltaïques, cela va sans dire). Lors d'une de ces siestes, j'ai fait une première rencontre intéressante ... Je vous raconte :

J'étais couché bien étalé dans le fauteuil de mon maître (oui, c'est une bonne place !) lorsque j'entends des tocs, tocs répétés et bien sonores ! Qui ose ainsi troubler ma sieste ? Je jette un œil distraitement, prêt à me rendormir aussi sec, lorsque les « tocs » se font encore plus entendre ... c'était un bel oiseau bien visible sur sa branche devant la fenêtre : voyez plutôt :



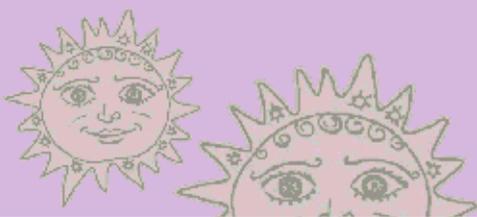
Là, il a la tête relevée, il regarde vers le haut mais lorsqu'il m'a réveillé, il était occupé de tapoter en rythme sur la branche... mais que faisait-il ? En fait, Martin m'a expliqué que c'est un pic épeiche (il fait partie de la famille des picidés comme le pic vert dont je vous ai déjà parlé il y a quelques années) et que ses «toc-toc» sonores et répétés, c'est son chant »... Savez-vous qu'il tambourine ainsi environ 20 fois par seconde ! Et, plus stupéfiant encore, Martin m'a expliqué que lorsque le pic frappe le bois avec son bec, à ce rythme, l'onde devrait normalement l'assommer ! Or le bec absorbe une partie de cette onde alors que le pic frappe légèrement de biais afin de faire lever sur le morceau de bois. La forte tête et la musculature du cou encaissent une grande partie des vibrations. Martin

défie quiconque de faire de même car, me disait-il :

« Essayons de frapper un mur, de la tête, juste assez fort pour ne pas se faire trop mal.

C'est possible ? Ensuite, itou, mais au rythme du pic épeiche, soit entre 15 et 20 coups/seconde ... ».

En boutade, Martin concluait que si quelqu'un y arrivait, Eco-Vie soutiendrait la recherche et lui offrirait ... une aspirine. Hahaha, sacré Martin ! (*)



Ma seconde rencontre, ce fut dans la cuisine. Ma maîtresse était occupée de mettre la table pour le dîner et, pour ce faire, elle allait ouvrir le frigo - ça, c'est un moment un peu magique, qui m'intéresse toujours ... miam, miam ... - et là, je l'ai vue sur le frigidaire, elle, la *leptophye ponctuée*. Bon ok, là, je fais un peu le malin mais si je vous montre sa photo vous allez bien voir que ma *leptophye ponctuée*, et bien, c'est une sauterelle ponctuée tout simplement. N'empêche, elle était bien belle lorsque je l'ai vue la première fois sur la porte du réfrigérateur. La seconde fois que je l'ai rencontrée, c'était sur la nappe de la table de la salle à manger ; elle avait de la suite dans les idées ... d'abord, le frigo puis à table et, là, j'ai pu la photographier. La voici



Elle est belle n'est-ce pas ?

En tous cas, là encore, j'ai appelé Martin à la rescousse pour qu'il m'en dise un peu plus sur ces insectes. Il m'a expliqué que dans le grand groupe des insectes, l'adulte (qu'on appelle imago) a le corps divisé en trois parties, des antennes et, en règle générale, 3 paires de pattes. L'ordre des ORTHOPTERES (Ortho = droit et Ptère = aile) est caractérisé par le fémur postérieur élargi, c'est une adaptation qui lui permet de sauter.

Les orthoptères se divisent en deux groupes : les ENSIFERES qui ont les antennes aussi longues que leur corps, voire plus longues. Les sauterelles font partie des ensifères et, oui, ma sauterelle a bien les antennes plus longues que le corps ! Et c'est pareil pour le grillon. Par contre, le criquet, lui, appartient à l'autre groupe les CAELIFERES, qui ont des antennes plus courtes que le corps. Et donc les criquets et les sauterelles ne font pas partie du même groupe ... merci Martin de m'avoir expliqué tout ça.

Maintenant, lorsque je verrai à nouveau une sauterelle ou un criquet, je me souviendrai qu'il me faudra regarder les antennes. Alors, si c'est « court », c'est un criquet ! Fastoche : C comme « court » et comme ... « criquet » !

A bientôt pour une autre aventure

Grisou

(*) Pour en savoir plus sur les pics, tu peux lire l'article à la page suivante

LES PICS DE CHAL ...

Euh!... de chez nous

Si le pic est vert d'office pour la plupart de nos contemporains, les autres pics ou le rire du vert ne sont que peu connus alors qu'ils gagnent à l'être.

Si le pic est lié à la forêt, peu de personnes s'attendent à les observer dans nos jardins mêmes, pour peu qu'ils disposent de quelques espèces ligneuses régionales.

En Wallonie, on en dénombre 7 espèces. Afin de les identifier un peu plus aisément, il faut noter la taille (comparez avec le moineau, l'étourneau ou le merle et la tourterelle), la forme des taches sur le dos lorsqu'il s'agit d'un pic avec un dos noir et la localisation et proportion de rouge chez toutes les espèces.

D'une taille +/- égale à de tourterelle, le Pic vert est un grand picidé. La calotte (sommet de la tête) est rouge et la présence (en proportions différentes selon les individus) de rouge dans la "moustache" indique le mâle alors que la femelle a des moustaches noires. C'est lui qu'on entend lancer son "rire", un "kiakia" nerveux.

D'une taille d'étourneau, le Pic épeiche, souvent repéré à son "kik ou pik" vigoureux et répété. Il présente, vu de dos, deux grandes taches blanches et, de face, du rouge sur le bas du ventre blanc. Le mâle présente en plus une tache rouge sur la nuque. Si la calotte est rouge, il s'agit d'un juvénile.

De la taille du moineau, et plus fréquemment observé sur les branches que le tronc, le Pic épeichette, n'a pas de grosses taches blanches, vu de dos, mais des traits blancs horizontaux. Il n'a pas de rouge à la base du ventre blanc. Du rouge au niveau de la calotte ? Alors, il s'agit d'un mâle.

Pour les autres picidés, il y a le King size, le Pic noir (de la taille d'une corneille), le très rare Pic cendré (à peine plus petit que le vert), le Pic mar, intermédiaire entre l'épeiche et l'épeichette. Et en dernier, je citerais l'étrange Torcol fourmilier.

En savoir plus sur ce groupe : <http://biodiversite.wallonie.be/fr/pics.html?IDC=308>

Martin



COULEUVRE À COLLIER, dites « helvétique »

Voilà, elle a enfin été vue chez nous. Ce 26/07/2022, Thierry TANCREZ, un « ornitho » régional a observé la première couleuvre à collier (qu'on devrait appeler maintenant Couleuvre helvétique) à la RNOP (Réserve Naturelle et Ornithologique de PLOEGSTEERT).

Il s'agissait d'un exemplaire de belle taille puisque adulte, elle peut mesurer entre 50 et 120 cm.

Pourquoi enfin ? Et bien tout simplement parce qu'elle avait été observée aux alentours mais pas encore à COMINES-WARNETON, malgré les plaques herpato placées ci et là par le PCDN avec l'aide de LYS-NATURE.

L'espèce n'est pas, historiquement, répertoriée chez nous. Son expansion, depuis le sud du sillon Sambre et Meuse serait liée au transport des matériaux à composter.

PAS DE PANIQUE, il s'agit d'une espèce inoffensive, prédatrice des amphibiens et poissons. Le paradoxe dans cette arrivée, c'est qu'au départ, cette espèce était en forte diminution par manque justement de sites propices à la ponte comme tout tas de matière végétale en décomposition : fumier, tas de compost... J'espère donc que vous ferez plus

attention maintenant lors de vos interventions au poste de compostage. Dois-je rappeler que l'espèce est inoffensive pour l'homme et les animaux domestiques ?

Le nom vernaculaire de l'espèce est dû à la présence d'un collier mais ce dernier n'est pas toujours clairement visible. Les juvéniles ressemblent aux adultes tout en étant souvent plus sombres. Si vous voulez en savoir un peu plus sur cette espèce (ou toute autre espèce de notre faune), je vous conseille ce site : <http://biodiversite.wallonie.be>



Ma première rencontre avec l'espèce s'est déroulée dans un bois, près de VRESSE-SUR-SEMOIS. Alors que je regardais des têtards évoluer dans un fossé, j'ai eu le plaisir d'observer une juvénile nager sous eau. Cela se passait en 1984 et oui, les premières rencontres restent parfois gravées.

Tout en étant une espèce férale^(*), l'espèce sera probablement un plus pour la biodiversité (si malmenée) de notre région.

Martin

^(*)Se dit d'une espèce domestique retournée à l'état *sauvage*

LE LOUTRODUC

Du nouveau dans notre vocabulaire

Vous connaissez, sans doute, toutes et tous, le mot crapauduc (ou batrachoduc moins courant)... Martin en parle régulièrement lors de ses balades. Mais connaissez-vous le « loutrodoc » ? D'après vous, qu'est-ce que c'est ?

WWF Magazine – Edition d'été 2022

Les loutres ont une phobie étrange : elles ne nagent pas sous les ponts. Au péril de leur vie, elles préfèrent ront traverser au-dessus du pont, au niveau de la route. Avec un loutrodoc, sorte de berge artificielle sous le pont, on règle le problème : la loutre passe alors sous le pont, les pattes au sec et bien protégée. C'est important de protéger la loutre d'Europe car elle est en danger critique d'extinction en Belgique. Dans le cadre d'une collaboration entre le WWF et le Contrat de rivière Semois-Chiers, un tel loutro-duc vient d'être installé dans la vallée de la Semois. Ce passage pourrait aussi accueillir des fouines, martres, écureuils et renards.

Et dans le même ordre d'idée, Xavier m'a dit qu'il y a aussi l'écuroduc ...

Source : Wikipédia

Un écuroduc ou écureuiloduc est une construction qui permet aux écureuils, ou à d'autres petits animaux arboricoles comme les martres, de franchir sans risques un obstacle tel qu'une route ou une voie ferrée ou un canal. Physiquement, il s'agit en général d'une simple corde tendue entre deux arbres, mais les écureuils volants (ou des marsupiaux volants) apprennent rapidement à utiliser deux grands poteaux plantés à leur intention de part et d'autre d'une route pour s'élaner de l'un à l'autre et ainsi traverser la route en planant sur au moins 20 m si nécessaire



Les loutres ont une phobie étrange : elles ne nagent pas sous les ponts. Au péril de leur vie, elles préfèrent traverser au-dessus du pont, au niveau de la route. Avec un loutrodoc, sorte de berge artificielle sous le pont, on règle le problème : la loutre passe alors sous le pont, les pattes au sec et bien protégée. C'est important de protéger la loutre d'Europe car elle est en danger critique d'extinction en Belgique. Dans le cadre d'une collaboration entre le WWF et le Contrat de rivière Semois-Chiers, un tel loutrodoc vient d'être installé dans la vallée de la Semois. Ce passage pourrait aussi accueillir des fouines, martres, écureuils et renards.

WWF Magazine – Edition d'été 2022

Un écuroduc ou écureuiloduc est une construction qui permet aux écureuils, ou à d'autres petits animaux arboricoles comme les martres, de franchir sans risques un obstacle tel qu'une route ou une voie ferrée ou un canal. Physiquement, il s'agit en général d'une simple corde tendue entre deux arbres, mais les écureuils volants (ou des marsupiaux volants) apprennent rapidement à utiliser deux grands poteaux plantés à leur intention de part et d'autre d'une route pour s'élaner de l'un à l'autre et ainsi traverser la route en planant sur au moins 20 m si nécessaire.

Source : Wikipédia

Et voilà, votre vocabulaire enrichi de deux nouveaux mots.

Sylvia

FRUITS ET LÉGUMES et votre porte-monnaie

A l'heure où tout augmente, il est peut-être utile de rappeler quelques petites règles très simples mais pourtant bien utiles :

- Acheter les légumes de saison : en automne, les légumes racines comme les navets, les betteraves etc ; en hiver les choux, les brocolis et les chicons par exemple.
- Il est aussi possible de faire de bonnes affaires en fin de marché car les commerçants proposent parfois alors des lots de fruits et légumes à prix réduits
- Les produits en vrac sont souvent moins coûteux que les produits emballés. Peser les fruits et les légumes en proportion de vos besoins !
- S'approvisionner directement chez le producteur permet aussi de bénéficier de prix avantageux (moins d'intermédiaire) tout en donnant un petit coup de pouce au producteur.
- Et bien entendu, la meilleure aubaine est son propre potager.

Ce sont là de petits conseils bien simples qui nous sont donnés par l'Observatoire de la santé de la Province de Hainaut mais qui méritaient d'être remis en mémoire alors que les prix s'envolent !

Sylvia





...et votre santé

A l'heure où tout augmente, il est peut-être utile de vous informer qu'il faut parfois manger 10, 20 ou 50 fois plus de légumes et de fruits qu'il y a 50 ans pour ingurgiter la même quantité de nutriments.

Vitamines, minéraux et oligoéléments sont en chute libre dans nos aliments. L'agro-chimie intensive, la sélection et l'hybridation des semences ainsi que des méthodes culturales comme l'hydroponie⁽¹⁾ en sont la cause. C'est déjà une bonne raison pour cultiver son potager, pour produire ses propres fruits et légumes et/ou de s'approvisionner chez les producteurs locaux que l'on connaît, qui ont un mode de culture respectueux de l'environnement.

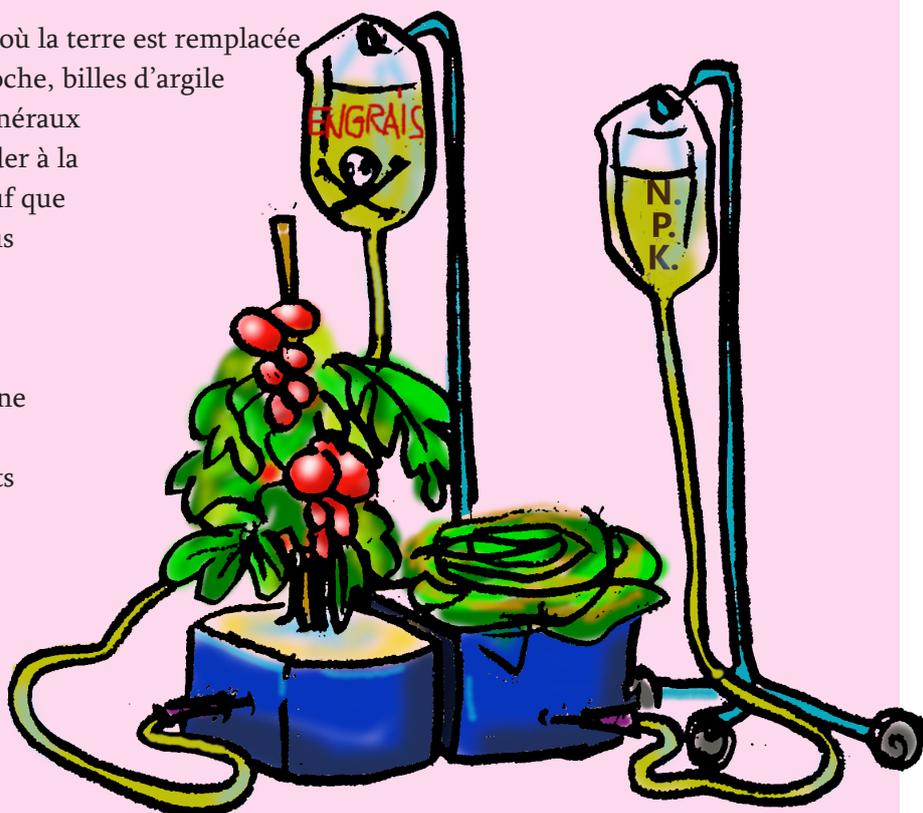
C'est plus qu'important pour la santé : cultivés dans une terre certes nourricière, ces végétaux doivent rechercher leurs nutriments, ils ne sont pas biberonnés pour qu'ils s'expriment pleinement gustativement et qualitativement.

Contrairement, les fruits et légumes gavés aux engrais, dans une terre morte par excès de chimie et de labours profonds ou sur substrat inerte, ont «tout» ce qu'il leur faut... pour se développer et se gonfler d'eau. Beaux et insipides, beaux mais sans intérêts nutritionnels. Beaux mais pas bios ⁽²⁾ !

Xavier

⁽¹⁾ hydroponie : mode de culture hors sol où la terre est remplacée par un substrat (fibre de coco, laine de roche, billes d'argile ou encore perlite et vermiculite) et les minéraux nécessaires sont ajoutés à de l'eau pour aider à la croissance de la plante. Tout est géré... sauf que selon plusieurs études, les plantes que nous retrouvons sur les étals sont de moins en moins nutritifs.

⁽²⁾ Attention, il y a bio et bio, les normes ne sont pas les mêmes dans tous les pays, les intérêts des vrais paysans et des exploitants ne sont pas les mêmes. Toujours préférer les producteurs que l'on connaît. (Il est aussi possible de s'approvisionner chez un petit producteur en agriculture raisonnée, en discutant avec lui, vous pourrez en savoir plus sur ses pratiques «raisonnées»)





les Balades de Martin l'Île de **BALOKKEN**

On y verra comment l'aménagement a été conçu (internationalement) afin de satisfaire les loisirs d'un max de personnes et où la nature n'a pas été oubliée puisqu'elle est aussi un des loisirs.

di. 6 novembre à 14h
rv devant le Musée du Tabac
(Koestraat 63 à 8940 Wervik)



Personne ne protégera ce dont il ne se soucie pas ; et personne ne se souciera de ce qu'il n'a jamais vécu.

Si les gens perdent la connaissance, la sympathie et la compréhension du monde naturel, ils vont le maltraiter et ne demanderont pas à leurs politiciens d'en prendre soin.

David Attenborough

JE SUIS PARCE QUE NOUS SOMMES Fragments

Fragments...

Plus rien n'existe,
Que le son de l'eau,
Que le son de l'autre,
Résonne en moi,
Comme un écho,
Se perd en toi.

Adrien & toute l'équipe du film
Je suis parce que nous sommes



Bula !!

Encore et toujours sur l'île de Gau...
Venez vivre un petit bout de chemin ensemble...

Récit de voyage. Village de Navukailagi. Ile de Gau.
La mer lèche la digue, informe, telle une cicatrice de ciment au milieu du sable. Des arbres « hors-sol » semblent marcher sur leurs racines à nu, scarifiées par l'eau salée. Des anciennes toilettes abandonnées au bord de la mer soupirent lentement tandis que l'océan les reprend peu à peu.

A l'entrée du village, sous un tapis de feuilles et d'arbres, une passerelle de fortune. Au milieu du chemin, la mer. Imaginez-vous, des vagues au milieu d'une forêt. Une forêt de mangroves. L'eau barre la route. La marée monte et s'infiltré, partout. Il nous faut maintenant enlever nos chaussures pour passer.

Un bruit se fait entendre, un peu plus loin, une construction. Une petite bâtisse sort de terre. Il paraît que l'eau ne vient jamais jusque-là nous raconte son propriétaire. Il paraît que l'eau ne vient pas jusqu'ici. Il paraît...

Comment trouver refuge dans un monde plein d'incertitudes ?

Nous continuons notre petit bout de chemin...

Adrien & toute l'équipe du film

« **Imprimer ses sens d'images, de visages, de sons.
Se souvenir radicalement des sensations.
Plénitude. Partage. Bonheur. Accomplissement.**

**Vivre le moment présent, le laisser descendre en soi.
Se nourrir du temps qui passe, et des visages.
Des visages... »**

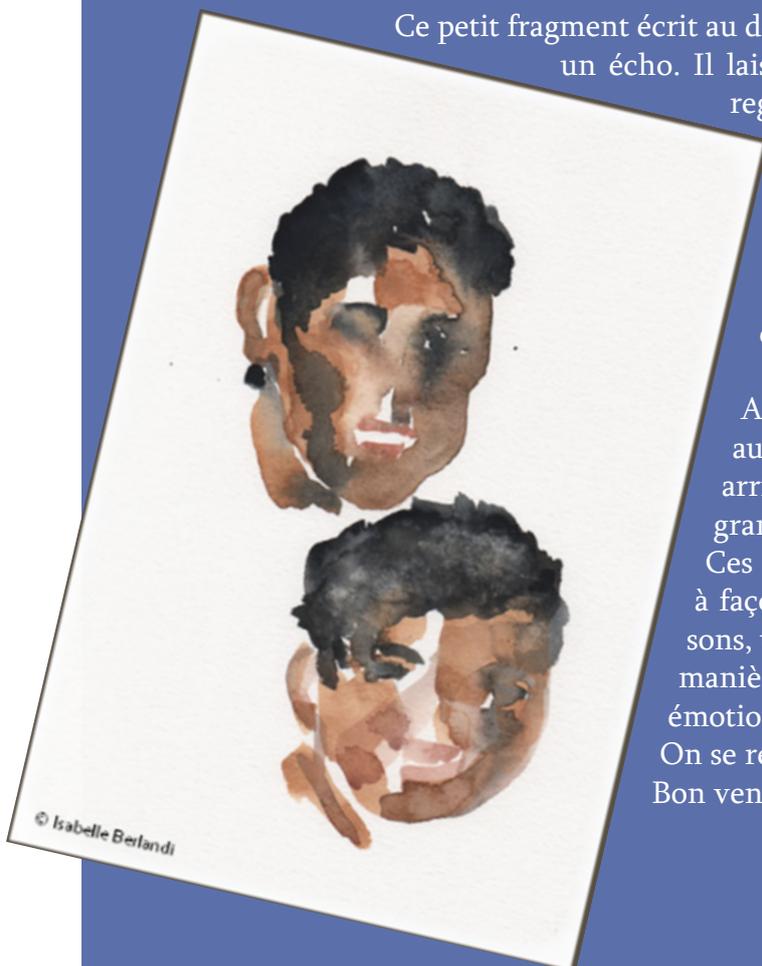
Ce petit fragment écrit au début de notre voyage résonne maintenant comme un écho. Il laisse derrière lui des rencontres si précieuses, des regards brillants, de l'intimité et de la confiance partagées. Intensément. Que d'histoires à vous raconter, de moments envolés, de découvertes, de doutes et de questionnements aussi. Quel long chemin depuis ces 2 années de préparation... Merci de nous avoir offert cette opportunité, cette chance immense, je vous en suis si reconnaissant.

Après avoir terminé notre tournage sur l'île de Gau aux îles Fidji fin juin, nous sommes maintenant bien arrivés à Bruxelles qui paraît soudain si grande, trop grande.

Ces souvenirs intenses laissent derrière eux un film à façonner, plusieurs dizaines d'heures d'images et de sons, un autre travail commence maintenant, une autre manière de se confronter au monde, avec patience et émotion.

On se retrouve très vite !
Bon vent d'ici là,

Vinaka Vakalevu (Merci beaucoup !)
Adrien



Eco-Vie soutient cette jeune équipe de tournage qui réalise un film pour sensibiliser aux changements climatiques que subissent les îles et leurs populations

COUPS DE SOLEIL

mais pas de pommade pour la Terre

Un film catastrophe est en plein tournage : Une planète est en train de rôti sous des vagues de chaleur record. Les acteurs ne sont pas tous des vedettes mais nous en connaissons beaucoup et... et nous en faisons partie !

Nous avons tous vu les images des incendies gigantesques qui ont ravagé l'Europe et les États-Unis (visibles depuis l'espace!), les images de la pire sécheresse depuis quarante ans, en Afrique de l'Est et qui pourrait menacer de famine jusqu'à vingt MILLIONS de personnes, celles encore de la Chine qui continue de lutter contre la pire canicule connue depuis soixante ans sur la moitié de son vaste territoire.

Des cours d'eau sont asséchés, le plus grand fleuve chinois, le Yangtsé est descendu à son plus bas niveau depuis 150 ans selon certains spécialistes. Les glaciers du Tibet, de l'Antarctique⁽¹⁾ fondent bien plus vite que ne le prévoient les experts, mais ils sont loin, et d'où nous sommes, nous ne les voyons pas ! Et plus près de chez nous, les glaciers des Alpes suisses ont perdu la moitié de leur volume en 85 ans. En Italie, la mort récente de 11 personnes après l'effondrement d'un glacier sur un sentier de randonnée populaire de la montagne Marmolada n'est pas un simple accident : le glacier Marmolada n'existera plus dans les 25 à 30 prochaines années, à mesure que les glaciers alpins reculent. Et ça, ça commence à nous parler, car avec cette eau qui disparaît, ce sont les incendies de NOS paysages, de NOS montagnes, de NOS forêts, ce sont les incendies qui remontent du grand sud français vers le Nord et ne sont plus cantonnés au plus près de la Méditerranée : aujourd'hui la Gironde et la Bretagne, et demain ?

Chauffe qui peut ! Chaleur, sécheresse, incendie, ces conditions climatiques mettent en péril les récoltes et fragilisent le réseau électrique (barrages hydroélectriques à l'arrêt), au moment où des millions d'habitants font tourner leur climatisation contribuant encore à la surconsommation électrique qui participe à son tour à fragiliser le réseau électrique et à produire encore plus de gaz à effet de serre (GES).

Au milieu du mois de septembre des forêts se consomment encore en France. Changements climatiques ? Si quelques pyromanes ont bien été repérés, la sécheresse estivale est bien là. Et oui, la Terre suffoque sous les GES. Il nous faut réagir ! Peut-on espérer un changement de comportement radical de notre part à tous ?

... Youpie ! Ce 15 septembre, le Nord-Eclair titrait « Vente de carburant : jusqu'à 80% de perte pour les stations proches de la France ». Vin nom ! In s'rôt à l'tiêt' des ceuss qui boug'tent pour eul

Evolution des incendies en France

Année	Surfaces brûlées	Nombres de feux
2008	1694	8
2009	7974	16
2010	4653	9
2011	4831	23
2012	3298	19
2013	891	9
2014	4667	26
2015	2046	15
2016	10767	27
2017	20626	91
2018	2581	21
2019	43602	304
2020	14547	133
2021	30652	214
2022	65356	282

<https://effis.jrc.ec.europa.eu/apps/effis.statistics/estimates>

climat ?⁽²⁾ Voilà que Hennuyers et Nordistes, bons clients de nos pompes à essence, se rationnent, se mettent au vélo, au transports collectifs ou à la marche à pied pour se déplacer ? Que nenni ! Ils courent tous vers les stations en France car l'État français accorde une ristourne sur le prix des carburants. Mais pensent-ils alors vraiment à modifier leurs comportements, pensons-nous à modifier vraiment nos comportements ? Cela nous incite-il à renoncer à certains de nos déplacements motorisés, sont-ils plus rationnels ?

Pourtant, nos déplacements sont une énorme source de GES⁽³⁾. C'est probablement là qu'il faudrait agir le plus rapidement, et la voiture électrique individuelle est un leurre car sera-t-on capable de produire autant d'électricité sans nuire à l'environnement et aux générations futures ? Les transports en commun seraient une alternative pour décarboner nos déplacements, mais nous le constatons à chaque fois : ça coûte cher de prendre le train ou le bus, leur régularité est défaillante, les correspondances souvent difficiles, voire inexistantes. Une question m'était posée dernièrement : « Est-ce que ce sont les transports en commun qui sont chers ou est-ce que c'est l'essence qui n'est pas assez chère ? » Pourquoi cette question ? C'est vrai que le prix de l'essence ne prend pas en compte les dégâts collatéraux : le réchauffement climatique et les dérèglements météorologiques, les accidents de la route et les surcoûts mutualisés qu'ils engendrent pour la sécurité sociale et les assurances, la pollution mortelle dues au gaz d'échappement⁽⁴⁾ ! Les flots de voitures inondent les routes, bouchonnent toutes les artères, grandes ou petites. Des routes, des rings, des élargissements de chaussée, des réfections de plus en plus régulières... Tout cela coûte, coûte à l'Etat, coûte aux entreprises, nous coûte et déraisonnablement nous empêche de tourner la page d'une époque insouciante.

Et loin de chez nous, en Chine, des centrales au charbon se construisent encore à l'heure actuelle en réponse aux pénuries et au rationnement de l'électricité dans plus de la moitié des provinces à la fin de 2021. Si la sécheresse et le tarissement du Yangsé sont des preuves du réchauffement climatique, les vagues de chaleur font tourner à plein régime les climatiseurs accentuant les besoins électriques... Le serpent se mord la queue.

Un film catastrophe est en cours de tournage : Une planète est en train de rôtir.

Resterons-nous spectateurs ?

Xavier



(1) Thwaites, un glacier de 120 km de large pour 600 km de long situé en Antarctique, inquiète aujourd'hui les scientifiques du monde entier. Et pour cause : sa fonte de plus en plus rapide aura des répercussions à l'échelle mondiale

(2) On serait dans le top de la transition énergétique ?

(3) En 2019, 43% du CO2 dépendait des transports en France, 31% pour l'UE. Source : <https://www.statistiques.developpement-durable.gouv.fr/edition-numerique/chiffres-cles-du-climat-2022/7-repartition-sectorielle-des-emissions-de>

(4) « (...)on a estimé qu'en 2016, plus de 400 000 décès (soit 7 % de la mortalité annuelle) en Europe étaient attribuables à l'exposition aux particules.2.5 et plus de 70 000 décès (soit 1 % de la mortalité annuelle) étaient attribuables au NO₂. » Source : [https://www.thelancet.com/journals/lanplh/article/PIIS2542-5196\(20\)30272-2/fulltext#back-bib1](https://www.thelancet.com/journals/lanplh/article/PIIS2542-5196(20)30272-2/fulltext#back-bib1)

SALE TEMPS

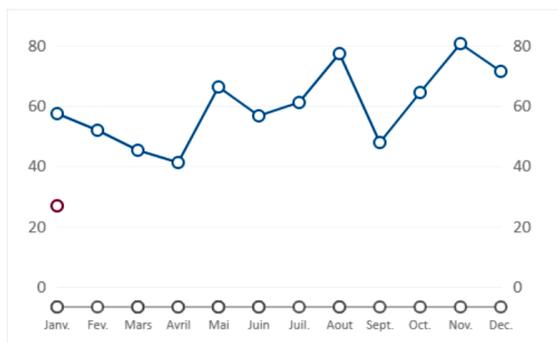
pour la saison sèche

Les sécheresses saisonnières semblent s'installer et de façon durable. D'avril à fin août 2022, il n'a plu que 175,2 mm à Lille⁽¹⁾ et 44 mm à Mouscron⁽²⁾. À titre de comparaison, pour Mouscron, entre 2010 et 2018, la moyenne des précipitations était 286 mm⁽³⁾ et de 302,8 mm à Lille⁽⁴⁾ d'avril à août.

» Lille pluviométrie (France)

Tweeter Partager

Moyenne des précipitations sur 8 ans (mm)

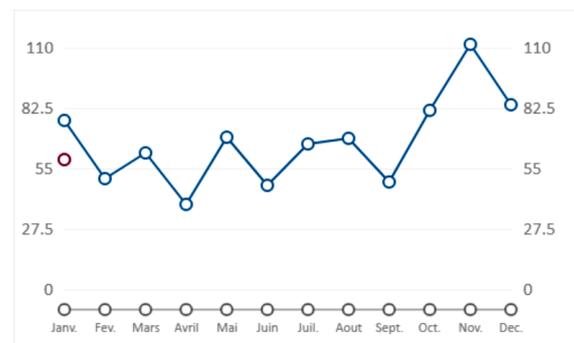


<http://www.michamps4b.be/meteo/France/pluviometrie-lille>

» Mouscron, Quantité de pluie mois par mois

Tweeter Partager

Moyenne des précipitations sur 8 ans (mm)



<http://www.michamps4b.be/meteo/Belgique/pluviometrie-mouscron>

Si, dans notre région, les nappes d'eau souterraines ne sont pas encore déficitaires, c'est suite à une année 2021 et au dernier hiver plutôt humides. Mais ne nous leurrions pas, leurs niveaux continuent à baisser alors que, dans d'autres régions plus ou moins proches, des restrictions sont déjà la règle. Les cours d'eau aussi sont au plus bas, certains ressemblent à des oueds. Prémisses d'une avancée des déserts ? Je me souviens de cartes qui semblaient alarmistes prévoyant de grandes zones désertiques en Espagne, c'était à la fin des années '80. Y arrive-t-on ?

Le réchauffement climatique, dont nos activités sont responsables, influence la pluviométrie. Il allonge les périodes de sécheresse, augmente les risques d'incendie et les zones impactées, il diminue les chutes de neiges hivernales, fait fondre et disparaître les glaciers... les fameuses neiges bientôt plus éternelles. Et à l'inverse, il occasionne des pluies plus importantes qui vont provoquer des inondations intempêtes même là où on ne s'y attendait pas.

Quels impacts sur les nappes phréatiques ? La sécheresse, je l'ai déjà évoqué plus haut, fait baisser le niveau des nappes et les inondations ne permettent pas toujours de les réalimenter correctement⁽⁵⁾ : l'eau s'évacue surtout en surface en rejoignant les rivières. Quand elle s'infiltré, c'est alors avec toute la pollution dont elle s'est chargée. Les inondations ont donc peu d'impact sur les quantités de réassort mais bien souvent sur la qualité : intoxication, dysenterie, choléra s'ensuivent souvent si des conditions d'hygiène ne sont pas de mise. On déconseille alors de consommer l'eau du robinet pendant des temps plus ou moins longs.

L'eau douce est nécessaire à la vie des plantes et des animaux terrestres (Homo sapiens, y compris), de rivières et de lacs. Nos activités humaines ne contribuent-elles pas abusivement à l'épuisement des eaux souterraines ? Faut-il arroser les terrains de golf (d'aucuns rétorqueront que le green doit être vert. Ah ben ouais !) ? Certaines industries ne travaillent pas encore en circuit hydrique fermé. Les réseaux de distribution d'eau sont criblés de fuites. Nous avons tendance à croire qu'ouvrir le robinet est un geste anodin...

L'eau, c'est ce qui permet à notre agriculture de nous nourrir. Avec les temps secs de cette année, combien d'hectares de culture n'auront pas pu produire les quantités escomptées ? Des champs entiers auront même séché sur place avant maturité. Le manque d'eau va donc influencer sur le coût des denrées qui se raréfient.

Chez nous, ce n'est qu'un début, mais de par le monde ? Cette année, la Chine vit sa plus longue sécheresse, des vagues de chaleur plus importantes en températures et en temps en Inde et au Pakistan qui, lui, subit en plus des inondations monstres. L'an passé, c'était l'Australie qui subissait sécheresse et inondations. En 2021 comme en 2022, la Californie se dessèche. Nous devons apprendre maintenant que sécheresse rime avec incendies, famines, déplacements, migrations, inflations.

Alors, soleil et ciel bleu, seront-ils toujours appelés « beau temps » ?

Xavier

ALORS, AUJOURD'HUI ?
SÈCHERESSE
OU INONDATIONS ?



(1) 15,6 mm en avril, 39,6 mm en mai, 99,8 mm en juin, 5 mm en juillet et 15,2 mm en août. Source : https://www.meteociel.fr/climatologie/obs_villes.php?code=7015&-mois=8&annee=2022

(2) 9 mm en avril, 9 mm en mai, 20 mm en juin, 2 mm en juillet et 4 mm en août. Source : <https://www.historique-meteo.net/europe/belgique/mouscron/2022/>

(3) 38,7 mm en avril, 69,4 mm en mai, de 47,6 mm en juin, 66,4 mm en juillet et 68,9 mm en août. Source : <http://www.michamps4b.be/meteo/Belgique/pluviometrie-mouscron>

(4) 41,1 mm en avril, 66,2 mm en mai, de 56,9 mm en juin, 61,3 mm en juillet et 77,3 mm en août. Source : <http://www.michamps4b.be/meteo/France/pluviometrie-lille>

(5) c'est surtout les pluies régulières d'hiver qui alimentent les nappes phréatiques

**Si tu veux être riche,
contente-toi de ce que tu as**

Manuel, jardinier au Parc du Chalet

FACTURES D'ÉNERGIES

toujours plus chères ?

« 1180€ par mois, c'est le prix que me coûte l'énergie dorénavant ! » m'informe un voisin. Gaz et électricité seulement, ne comptons pas la voiture. Pour cuisiner, se chauffer, s'éclairer, se laver et pour les appareils électriques (ordi, réveil, lessiveuse, frigo, congélateur,...). Au gaz, le chauffage, la cuisinière et le chauffe-eau, tandis que le four et tout le reste fonctionnent à l'électricité. Et pourtant dans la maison il ne fait pas si chaud.

56,37€ d'électricité et 27,43€ de gaz, c'est ce que nous payons chez moi par mois mais nous devons encore nous fournir en bois pour le chauffage, 510€/an : 6 stères à 85€ (la moyenne serait de 8 à 12 m³ par an pour un chauffage au bois exclusif). Même en doublant notre consommation (1020€), chose que nous ne voulons absolument pas, cela nous coûterait 83,33€/mois. Chaque mois, nous payons donc théoriquement 167,13€ pour notre énergie domestique.

167,13€ pour 3 personnes vs 1180€ pour 2 personnes ? 10 fois moins onéreux/pers. ! Comment est-ce possible ? Notre conscience environnementale qui a guidé nos choix antérieurs, des choix ni toujours faciles, ni évidents, mais qui s'avèrent finalement payants :

1. L'isolation de la maison, même s'il y a des erreurs, permet de réduire drastiquement la facture de chauffage et plus encore avec un pull.
2. Le poêle de masse. Chauffage au bois qui accumule la chaleur et la diffuse par la suite... un petit coup de froid, il suffit de s'y adosser un peu pour se réchauffer.
3. Le chauffe-eau solaire permet de disposer d'une eau chaude au moins 9 mois par an.
4. Les panneaux photovoltaïques réduisent la dépendance au réseau de production.

Conscientisé par les premiers rapports du GIEC, tous ces investissements que nous avons consentis à faire il y a dix, quinze, vingt ans n'ont pas été aisés financièrement, nous avons dû faire des sacrifices, nous avons dû renoncer à des facilités. Ca a été notre choix, nous avons pu le faire.

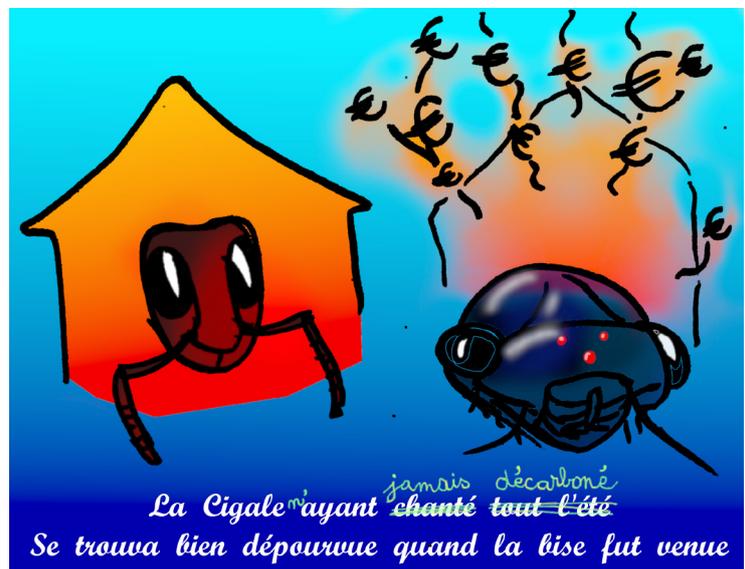
Année après année, notre empreinte environnementale s'est amenuisée et, cerise sur le gâteau, nous économisons financièrement, plus encore aujourd'hui.

Les gouvernements, les économistes, les banques, les publicistes, beaucoup de ces influents n'ont pas poussé le citoyen à réduire ses consommations énergétiques, n'ont pas aidé les moins aisés (ceux qui n'avaient même pas la possibilité d'emprunter^(*)). Plus, toujours plus, les yeux rivés sur la croissance malgré les alertes des experts du climat qui avertissaient : chaque action pour diminuer la consommation énergétique, chaque geste en faveur de l'environnement, plus vite ils seront consentis, mieux ce sera pour le portefeuille et que tout ce qui sera fait demain par obligation sera subi et bien plus cher.

C'est aujourd'hui que chacun peut s'y mettre, doit s'y mettre. Pour soi, mais surtout pour nos enfants, pour ceux qui arrivent et qui n'ont pas demandé à devoir réparer les aveuglements consuméristes de notre société.

Xavier

(*) Consentir un prêt à 0%, n'empêche pas de devoir le rembourser.



La Cigale *jamais décarboné* ayant *chanté tout l'été*
Se trouva bien dépourvue quand la bise fut venue

POUF-POUF !

À-quant-la-fa-mine ?

Et si ...

Et si les producteurs de fruits et légumes ne pouvaient plus payer leur électricité?

Et si les producteurs «préfèrent» laisser pourrir sur place leurs fruits et légumes plutôt que de payer des sommes astronomiques pour conserver leurs productions dans leurs chambres froides ? Des sommes qu'il leur serait impossible de répercuter à la vente.

Et si les producteurs ne pouvaient plus nous fournir leurs fruits et légumes parce qu'ils n'auraient pas pu les conserver dans leurs chambres froides qu'ils n'auraient pas pu faire fonctionner parce qu'ils «préfèrent» laisser pourrir sur place leurs fruits et légumes plutôt que de payer des sommes astronomiques pour faire fonctionner leurs chambres froides ?

Et si...

Eh bien, nous devons payer très cher des produits venus d'ailleurs (chers parce que raréfiés et très demandés -*cf le blé cette année*- ou chers écologiquement -*transport, modes de culture non contrôlés,...*- ou bien ce sera la disette.

Une troisième solution serait de préparer notre sobriété et nos conserves.
Un homme averti en vaut deux ?

Quatrième idée, mais ce sera pour les prochaines années : maraîchers, agriculteurs, producteurs de fruits et/ou nous, il faudra planter et semer des variétés qui seront récoltées au fur et à mesure en hiver ou qui se conserveront « à l'ancienne », sans froid, dans de simples silos, caves ou greniers.

Xavier

COURRIER DES LECTEURS

Allo ? Ah ! L'eau.

Josine nous a téléphoné pour nous faire part de son désarroi lorsqu'elle entend des personnes dire qu'elles ne boivent pas d'eau du robinet parce qu'elles ont peur d'être empoisonnée !

Nous avons donc fait quelques recherches pour en savoir plus sur l'eau de distribution, et grâce à un de nos membres, nous avons pu en savoir un peu plus (merci à lui)..

A Mouscron, c'est l'intercommunale de gestion IEG qui gère l'eau de distribution. Sur son site, on peut en savoir plus sur les caractéristiques physico-chimiques de l'eau de Mouscron : IEG - Qualité de l'eau
Les normes de potabilité pour les eaux de distribution, en Wallonie, sont très strictes.

Les eaux de distribution doivent répondre aux exigences de propreté et de salubrité (article D.184 du Code de l'Eau). Dans les faits, il s'agit de veiller à ce que l'eau potable ne contienne aucun micro-organisme, aucun parasite ou aucune autre substance constituant un danger potentiel pour la santé des personnes ; il s'agit aussi de la rendre conforme aux valeurs paramétriques (normes de potabilité) fixées à l'annexe XXXI du Code de l'Eau. L'ensemble de ces critères garantit une eau « potable ».

En tous cas, sachez que les normes de potabilité sont plus strictes pour l'eau de distribution que pour les eaux en bouteille !!! Et d'ailleurs certaines eaux en bouteille ne pourraient pas être fournies via un réseau de distribution car non conformes aux normes de potabilité édictées par la Région wallonne.

Pour en savoir plus sur l'eau de distribution :

http://environnement.wallonie.be/de/eso/eau_distribution/pdf/eau_distribution.pdf

Voilà Josine quelques arguments pour apaiser l'inquiétude de tes interlocutrices ou interlocuteurs.

Cordialement

Sylvia

De plus, les eaux en bouteille plastique sont chères et sont aussi source de déchets et de micro-plastiques qu'on retrouve maintenant dans notre sang.

Mais l'eau de distribution «joue» souvent avec les limites en mélangeant diverses nappes.

Une solution pour améliorer sa biocompatibilité serait de laisser évaporer le chlore⁽¹⁾ au moins une heure ou, mieux, de placer un morceau de charbon actif⁽²⁾ dans la carafe d'eau quelques heures avant de la consommer.

Xavier

(1) le chlore acidifie l'eau et pourrait être une des causes d'ostéoporose, d'où la prudence de le laisser s'évaporer

(2) il faut choisir un charbon actif ayant une structure suffisamment fine comme le charbon Binchotan : <https://www.consoglobe.com/purifie-eau-charbon-actif-cg>

TRUCS ET ASTUCES

septembre-octobre 2022

Bonjour tout le monde, vous allez bien ?

Les vacances se sont bien passées ?

Moi, je vous avoue que je ne sais pas si ce sont les fortes chaleurs ou autre chose mais je n'ai pas été d'une grande efficacité cet été niveau ménage, rangement et autre petites « corvées » nécessaires à l'entretien d'une maison de plusieurs personnes (dans mon cas nous sommes 5 mais pas souvent tous en même temps 😊)

Bref, la rentrée c'est le moment des bonnes résolutions et de faire le tri dans tout ce qui nous encombre.

Je ne sais pas si vous vous souvenez mais je vous avais déjà parlé de Marie KONDO et de ses livres et astuces pour un gain de temps et de place dans la maison... Vous vous souvenez ? Mais si !... Le pliage du linge, le rangement des photos et des livres, le fait de vider son évier et ses plans de travail de cuisine chaque soir ??? Vous voyez ce dont je veux vous parler cette fois ?

Alors voilà, je me suis dit que si comme moi vous n'aviez pas fait grand-chose ou si vous aviez fait mais que tout n'était pas encore terminé, quelques petits trucs et astuces pourraient peut-être vous aider. Ça tombe bien c'est justement le but de cette rubrique.

Alors voilà, les enfants ont repris le chemin de l'école, nous celui de nos activités et dans tout ça le temps, ce bien inestimable puisqu'il est la seule et unique chose qu'on ne peut jamais récupérer, nous laisse moins le loisir de le prendre.

TRUCS ET ASTUCES

Je partage avec vous ... Trucs & astuces d'avril

Printemps

Konmari
KONDO
Zéro waste

Bonjour à tous,

J'espère que vous allez bien et que le soleil va bientôt repointer le bout de son nez que l'on puisse à nouveau jardiner. En attendant le printemps, je fais le grand ménage ... de printemps bien entendu. ;-P

J'ai décidé plusieurs choses cette année. Je me suis tout d'abord mise à la mode japonaise en lisant et en mettant en place la méthode de rangement dans une entreprise de rangement à Tokyo. Vu le nombre croissant de la population et l'entassement dans des appartements voire des pièces de plus en plus petites, les Tokyoïtes doivent se montrer de plus en plus organisés et ingénieux pour s'en sortir. Cette méthode consiste, en très gros résumé, à se séparer de tout ce qui ne nous sert pas réellement ou régulièrement, à plier d'une certaine manière le linge et à ranger les choses selon une certaine logique.

Alors, bien entendu je ne jette pas les choses qui ne me servent pas ou que j'ai en double (voire en triple pour certaines boîtes hermétiques dont je tairais le nom ;-))

Trucs et astuces

Je partage avec vous ... Trucs & astuces

Printemps/été

Konmari
KONDO
Zéro waste

Bonjour tout le monde, j'espère que vous allez bien. Vous souvenez-vous de certaines de mes résolutions de cette année ? « Ranger la maison façon Konmari pour ne garder que l'essentiel et partager tout ce qui peut l'être », « Ne rien acheter de neuf » ? Eh bien, jusqu'à présent j'ai réussi à récupérer un tuyau d'arrosage chez une voisine qui n'en avait plus l'utilité quand le mien a rendu l'âme, j'ai prêté ma couscoussière à un ami pour une fête alors qu'il voulait en acheter une, j'ai réussi à trouver le livre que mon fils devait lire pour l'école auprès de la fille d'une de mes amies, je me suis acheté un débardeur (parce qu'il m'en fallait un gris pour une réception ! Bon ok j'en avais vraiment envie, j'avoue ! Mais je l'ai acheté en seconde main chez Estrella) et ma sœur s'est mise au rangement de ses tiroirs façon Konmari.

Pas si mal hein pour un début ;-)

Extraits des revues 300 (mars-avril 2018) et 301 (mai-août 2018)



Je reprends donc avec vous quelques trucs et astuces qui vous permettront de gagner du temps mais surtout d'en garder pour vous car prendre soin des autres est important mais pour pouvoir le faire il faut surtout prendre soin de soi. Et ce n'est absolument pas égoïste de le faire c'est même l'une des premières règles des secouristes : pour mettre les gens en sécurité, il faut d'abord être sûr soi-même !

Voici donc une liste non exhaustive de tout ce que vous pouvez mettre en place pour gagner du temps :

1) Ranger au fur et à mesure. Ben oui, ça à l'air évident et pourtant nous avons souvent tendance (et surtout s'il y a des enfants) à ne pas le faire tout de suite. Moi, j'ai résolu ça en passant tous les soirs dans toutes les pièces de vie avec un petit panier dans lequel je mets tout ce qui traîne (un trousseau de clés, un journal, un livre, un téléphone – ah non ça c'est le mien, j'en ai encore besoin lol) et en passant de pièces en pièces je remets les objets là où ils sont censés se trouver (les clés dans la boîte à clés, le journal dans le bac à papier, le livre dans la bibliothèque, et le téléphone dans ma poche ).

Ce petit rituel me fait gagner un temps fou au moment du ménage hebdomadaire car il y a peu à ranger avant de commencer et ça ne me prend pas plus de 5 minutes le soir (généralement, je le fais pendant que mon thé infuse)

2) Choisir ses vêtements pour le lendemain, en fonction de la météo si possible, c'est mieux. Vous n'imaginez pas le temps que vous gagnez à choisir réellement vos vêtements et non à prendre une tenue que vous mettez puis retirez car ça ne vous convient finalement pas ce jour-là. Le soir, vous êtes moins pressé par la charge mentale de la journée à venir et donc vous y gagnez à tous les coups. Quand je dis vêtements, j'entends également accessoires pour vous, Mesdames. Je sais bien que ces messieurs sont bien plus rapides que nous pour choisir la paire de chaussettes et de chaussures qui vont avec leur pantalon que nous (boucles, collier, bagues, coiffure, etc ).

3) Au réveil, j'aère la chambre et le lit. Même si ce n'est que le temps du petit déj, ouvrir les fenêtres et les draps renouvelle l'air de la pièce et redonne de l'énergie à l'endroit. Et là aussi j'ai un petit panier pour récupérer les vêtements qui traîneraient et qui doivent être rangés ou lessivés, les livres terminés ou ceux à remettre dans la table de nuit, les éventuelles bouteilles d'eau à remplacer.

4) Pour les produits d'entretien (j'en ai peu mais quand même et là encore on dit « Merci, les recettes de Tatie Sylvia ! » pour que le ménage soit fait en toute écologie et économie), j'ai regroupé les produits de la salle de bain dans un panier avec tout ce qu'il me faut pour cette pièce, idem pour la cuisine et le reste des pièces de vie, et un panier spécial pour le dépoussiérage et les tapis.

A ce propos, pour le tapis, si comme moi vos animaux de compagnie perdent leurs poils à tout va, rien n'est aussi efficace qu'une bonne vieille raclette humide pour retirer les poils du tapis avant un bon passage de l'aspirateur afin de retirer le reste et si vous voulez un nettoyage en profondeur et leur redonner un coup de frais, il vous suffit de saupoudrer de bicarbonate de soude le tapis en question la veille au soir et de l'aspirer le matin. Coup de frais et de propre garanti.

5) Enorme gain de temps : faire retirer ses chaussures dès l'entrée ! Plus aucune saleté ne passera votre hall d'entrée et ça c'est appréciable tant au niveau hygiène que gain de temps. Il existe des meubles à chaussures de 20cm de profondeur .

6) Vider votre évier tous les soirs : que vous mettiez tout au lave-vaisselle ou que vous deviez faire la vaisselle à la main, faites-le le soir cela évitera d'avoir de la vaisselle qui s'accumule dans votre cuisine et vous donne une impression de désordre incommensurable au réveil et du coup d'en avoir les bras qui tombent.

7) Lancer une machine le soir pour que vous puissiez la mettre à sécher le matin. Ça permet de ne pas avoir à tout faire d'un coup et surtout si vous avez un moyen de trier le linge (rappelez-vous l'article sur le tri et le séchage du linge).

8) Donner un coup de balai tous les soirs ou de torchon (voire même avec l'eau de la vaisselle quand vous avez fini, surtout dans la cuisine). Vous verrez ça change la vie d'avoir une cuisine propre tous les jours.

9) Prenez 10 minutes toutes les veilles de courses pour établir vos menus de la semaine. Entendons-nous, rien n'est fixé pour autant mais vous pourrez faire la liste de ce qu'il vous reste dans le frigo, de ce dont vous avez envie. 2 bénéfices à cette pratique : vous évitez le gaspillage en visionnant ce qu'il vous reste dans le frigo et/ou le congélateur et vous n'achetez pas de choses dont vous n'avez pas besoin. Ensuite que vous mangiez le lundi ce qui était prévu le mardi ou que vous mangiez autre chose peu importe mais au moins vous aurez limité les achats inutiles et vous ne vous poserez plus la fameuse question du « Et qu'est-ce qu'on mange ce soir ? » et ça, ça n'a pas de prix !

10) Prenez 10 minutes par jour pour vous faire plaisir. En quoi ça vous fait gagner du temps ? En rien mais ça fait tellement de bien de se prendre un thé, un café en lisant un livre, un article, en faisant un jeu, en prenant le temps de discuter avec vos proches, d'appeler un ami, de méditer, de tricoter, de bricoler, peu importe tant que vous vous fassiez plaisir !

Voilà, je pense avoir fait un petit tour de mes rituels qui me permettent de me sentir plus zen et d'avoir une maison mieux rangée.

Ensuite si vous pouvez vous organiser afin de faire une pièce à fond par semaine, vous serez tranquille toute l'année.

En revanche si vous devez préparer des cadeaux de Noël « homemade », n'oubliez pas de vite vous y mettre hein : on ne tricote pas une écharpe 2 jours avant le réveillon 😊 .

Quoiqu'il en soit, prenez soin de vous et des vôtres et portez vous bien.

Virginie



**La réponse est l'Amour.
Quelle est la question ?**

Satish Kumar

Prochaine réunion du comité de rédaction : **le mercredi 19 octobre 2022 à 15h**

Rentrée des articles que vous aimeriez faire paraître ou des sujets que vous aimeriez être traités :
le lundi **17 octobre 2022**

Désireux d'y participer, d'y contribuer ? Contactez nous via eco-vie@etik.com

AGENDA

octobre - novembre

ACTIVITÉS PONCTUELLES

*La Balade de Martin aux Balokken

dimanche 6 novembre à 14h (voir p.6)

*Atelier Cuisine du Monde

samedi 26 novembre : Faire la fête avec les restes du frigo ou un arc-en-ciel dans nos assiettes (plus de détail dans notre prochaine revue)

*1H pour les Droits Humains

mercredi 7 ou 14 décembre (plus d'info dans la prochaine revue)

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

*Incroyables comestibles

Les mercredis 5/10 et 2/11 de 17 à 18h maximum au parc du Chalet (rue du Chalet à Mouscron), rejoignez-nous pour planter, semer dans nos bacs incroyables comestibles. Bacs dont les légumes et petits fruits sont à disposition de qui les veut en passant dans ce parc.

*Stretching Postural

Les lundis à Leers-Nord, les 3, 10, 17, 24 et 31/10 ; les 14, 21 et 28/11 ; les 5, 12 et 19/12 à l'école communale de Leers-Nord (Rue des Mésanges 22) de 18h15 à 19h15

Les mercredis à Leers-Nord, les 5, 12, 19 et 26/10 ; les 2, 9, 16, 23 et 30/11 ; les 7, 14 et 21/12 à l'école communale de Leers-Nord (Rue des Mésanges 22) de 12h30 à 13h30

Les jeudis à Mouscron de 18 à 19h, les 6, 13, 20 et 27/10 ; les 3, 10, 17 et 24/11 ; les 1, 8, 15 et 22/12 au CRIE (Rue de la Vellerie 135)

AGENDA Activités d'autres associations **octobre à décembre**

Cercle des Naturalistes de Belgique « Les Fichaux »

• Dimanche 16 octobre 2022
– journée complète : Sortie thématique à la côte : observation de la migration
Pas accessible PMR
Guide : Christophe Gruwier
(gsm 0476/91.61.47)

Rendez-vous : parking piscine des Dauphins, rue Père Damien à Mouscron à 7h00

• Vendredi 9 décembre 2022 : soirée « noct-mig »
Christophe Gruwier nous présentera les résultats des études sur la migration nocturne des oiseaux à Mouscron

Rendez-vous : local La Hutte, rue de la Fontaine Bleue à Mouscron à 19h00

Repair Café Mouscron

Tous les deuxièmes jeudis du mois de 17 à 20h à 2 l'Aut Côté (rue Saint-Pierre 10)

