

Après Tout..



La feuille de chou « bio » de l'association A.R.B.R.E.S.

Association Réseau Bio Responsable Écologique et Solidaire en Suisse Normande

**« La nature fait les hommes semblables, la vie les rend différents. »
Confucius**

EDITO par Nathalie Gaumer, Secrétaire de A.R.B.R.E.S. N° 3 - Mars 2022

Approchez-vous et prenons le temps d'observer notre « ARBRES ».

Regardons la branche gazette. Le nouveau bourgeon de l'année en est déjà au niveau du troisième œil sur la branche. L'équipe commence à trouver son rythme, avec une production par trimestre. N'hésitez pas à venir lui confier quelques lignes de mots qui vous inspirent et que vous souhaiteriez partager, venez y apporter votre touche de couleur.

La branche SEL reste un peu fragile, pas très épaisse mais elle pousse toujours, avec quelques échanges, surtout dans le domaine des plantes.

La branche AMAP, on la reconnaît bien, c'est la branche principale, la toute première. Elle est costaud mais ne pousse pas très vite, comme s'il lui manquait un peu de clarté. Il va falloir lui trouver de l'espace, au risque de végéter. Trop à l'étroit ! ;-)

La branche jardin partagé regroupe un faisceau de bourgeons qui nous réservent de beaux éclats de feuilles et de fleurs à venir dès le printemps, avec des animations, des rencontres et du partage.

Vous voyez, si notre « ARBRES » peut paraître endormi, la sève est bien là. Une sève toujours active, qui consolide les branches et nourrit déjà les premiers bourgeons de l'année, qui pointent le bout de leur nez.

Dans cet « ARBRES » bouillonne une multitude d'envies, d'idées qui germent et font sens progressivement pour nous. De ce constat, il est apparu comme une évidence que nous devons avant tout trouver un espace plus grand et adapté aux différentes activités projetées : local de stockage plus grand pour l'AMAP, type magasin coopératif réservé aux adhérents/consom'acteurs, une médiathèque plus grande, un espace de rencontre et d'échanges de savoirs, un espace matériauthèque, ateliers de rénovation/bricolage, location/prêt de matériel/outils...

Cet ambitieux projet de développement de l'association a retenu l'attention de la Mairie de Thury-Harcourt-le-Hom qui a voulu nous rencontrer dans le cadre de leur projet « Petite Ville de Demain ».

Il s'agit donc d'une ouverture qui peut nous permettre d'avancer dans le projet et d'organiser une Assemblée Générale Extraordinaire afin de vous le présenter plus en détail et d'engager les échanges sur ces perspectives. Alors pas d'hésitation, on vous attend sur les branches.

Pourquoi une Assemblée Générale Extraordinaire? par

Charlotte MANCEL-ARROUËT

Ca bouge dans les branches !

Comme vous l'aurez compris dans l'édito, la branche AMAP s'alourdit depuis quelques temps... Nous avons la chance d'avoir de nombreux producteurs, choisis avec soin, et une multitude de produits d'excellente qualité... mais on sait bien, que la confrontation redoutée au moment du passage de commande trimestrielle demande du temps et de la persévérance !! Des centaines de produits à choisir, des tonnes de dates...

Nous vous avons sollicités pour une enquête il y a quelques mois afin de vous demander votre avis, et les retours étaient très majoritairement positifs à l'idée de faire avancer l'association.

Alors évidemment il n'est pas question d'arrêter ni même de complètement changer le fonctionnement de l'AMAP, mais vous commencez à nous connaître, quand on est perchés comme nous dans l'ARBRES, et bien ça nous donne des ailes, des idées et des envies...

Notamment l'envie de proposer plus de souplesse, de penser les choses autrement, toujours avec les mêmes valeurs, mais plus simple, en accord avec les producteurs évidemment, et idéalement dans un local plus adapté (c'est en cours...).

Nous partons sur l'idée d'adhérer au système "monepi", système d'épicerie participative, qui autorise la souplesse qui nous manque aujourd'hui, en alliant par exemple le système AMAP pour les produits frais et un système d'épicerie pour les produits secs... Vous êtes curieux ? Allez découvrir cette belle idée sur www.monepi.fr ! Et nous en parlerons ensemble à l'occasion de l'Assemblée Générale Extraordinaire qui se tiendra au mois d'avril ; les date, heure et lieu vous seront communiqués très prochainement. Guettez vos mails !

Agir sur la branche AMAP pour que ce soit tout l'ARBRES qui s'épanouisse... c'est ce que nous sommes en train de réfléchir et de préparer, alors venez en parler avec nous !



2 et dimanche 3 avril 2022 : présence d'un stand ARBRES sur le **week-end 100% nature** - Clécy

Samedi 9 avril 2022 de 15h à 17h : **Atelier semis, troc de graines et greffage** - Quai d'Harcourt en partenariat avec le collectif herbes folles, l'Association ARBRES, et la ferme sans nom

Du 9 au 14 mai 2022 : **Semaine de l'environnement** – A.R.B.R.E.S. partenaire – programme à venir.

Energie verte par Jean-Marie Bouchard

Les questions d'énergie sont importantes pour l'avenir de la planète et aussi pour le coût qu'elles représentent dans nos budgets. Choisir un fournisseur d'électricité est donc un choix important à ne pas négliger.

De nombreux fournisseurs disent proposer de l'électricité verte mais en réalité, beaucoup de ces offres dites « vertes » n'en ont que l'apparence car les producteurs achètent ce qu'on appelle des « garanties d'origine » derrière lesquelles peuvent se cacher en réalité des énergies fossiles, voire nucléaires !! Au passage, je réfute tous les « officiels » dont notre président qui essaient de faire passer le nucléaire pour une énergie propre car, pour faire simple, il ne faut pas oublier que celle-ci utilise de l'uranium qui est extrait de mines comme le charbon et rejette des déchets hyper dangereux et polluants dont la durée de vie est de plusieurs « milliers » d'années (plutonium par exemple) sans parler des catastrophes abominables qui ont déjà eu lieu : Three mile island, Tchernobyl et Fukushima, dont les territoires sont rayés de la carte.

Bref, pour en revenir à nos fournisseurs d'énergie, seuls quelques-uns proposent de vraies énergies renouvelables et vous pouvez consulter des sites comme Greenpeace ou l'Ademe pour avoir tous les détails. Je vous propose ici un comparatif des 3 fournisseurs que ces derniers ont placé en tête pour une proposition en milieu rural (je n'indique pas planète oui qui est en redressement judiciaire). Je les ai classés par ordre alphabétique et vous laisse ainsi faire votre choix en fonction des critères qui vous motivent le plus.

Fournisseurs ¹	Particularités	Energies	Px TTC abnt annuel 6 KW	KW heures creuses	KW heures pleines	Label Ademe Vertvolt ²
ENERCOOP	A sa propre production, projets citoyens, organisation coopérative sans actionnaires. Village Enercop pour les sociétaires	Eolien majoritaire + Hydraulique + solaire	247 €	0,151	0,19036	Choix très engagé et sans nucléaire pour 100 % de son offre Agrément ESUS ³
ILEK	Le client choisit un producteur qui peut être local	Eolien majoritaire + Solaire + Hydraulique + Biomasse	218 €	0,1470	0,1841	Pas de label
PLÛM	Conseil aux économies d'énergie et cagnotte si économies réalisées. 25 % de projets citoyens	Solaire majoritaire + Eolien + Hydraulique	145 €	0,1470	0,1841	Choix très engagé et sans nucléaire pour 100 % de son offre Agrément ESUS ³

1 : par ordre alphabétique / 2 : Le label VertVolt de l'ADEME, l'Agence de la Transition Écologique, est un label qui apporte plus de transparence sur les offres d'électricité verte. Il permet aux consommateurs de comprendre le véritable impact de ces offres sur la transition énergétique française. / 3 : Agrément Entreprise Utilité Sociale et Solidaire

Soirée ciné-débat – film *Animal* par M-Christine KERPEDRON

Lundi 24 janvier dernier, le cinéma le Normandy de Thury-Harcourt-le-Hom proposait au public une soirée ciné-débat autour du dernier film de Cyril Dion « Animal » en partenariat avec l'association A.R.B.R.E.S.

Dans ce film, on découvre Bella et Vipulan, 16 ans, une génération persuadée que leur avenir est menacé. Changement climatique, sixième extinction de masse des espèces... d'ici cinquante ans, leur monde pourrait devenir inhabitable. Ils ont beau alerter mais rien ne change vraiment. Alors ils décident de remonter à la source du problème : notre relation au monde vivant.

A l'issue de la séance, la soixantaine de spectateurs sont restés pour échanger avec Charles Hervé-Gruyer, de la ferme du Bec Hellouin dans l'Eure qui a participé au film ainsi qu'au précédent documentaire de Cyril Dion "Demain". Cette ferme extraordinaire héberge la famille de Charles Hervé-Gruyer mais pas seulement. Ont cohabité dans ce lieu, l'école de permaculture du Bec Hellouin et un centre de formation et de recherche. Aujourd'hui, la ferme se consacre désormais exclusivement aux programmes de recherche afin de déterminer au mieux ce que pourrait être la ferme résiliente de demain. Charles Hervé-Gruyer a écrit plusieurs ouvrages sur la cohabitation harmonieuse entre l'homme et la nature telle qu'il la pratique dans sa ferme (disponibles dans notre médiathèque!)

C'est sur ces thèmes que Charles Hervé-Gruyer a présenté son histoire, sa ferme et ses sentiments sur la situation environnementale actuelle. Outre les inquiétudes légitimes quant aux alertes actuelles et les prévisions pessimistes, Charles Hervé-Gruyer a fait part de son optimisme quant à la capacité d'engagement des jeunes d'aujourd'hui tels que Bella et Vipulan dans le film « Animal ».

Ce film engagé qui réveille les consciences a permis la rencontre d'un homme au parcours étonnant et une soirée réussie de l'avis de tous.



Les haies bocagères, garantes de la biodiversité par Christine Gontier et Franck Besson

La partie aérienne

Une haie plantée tous les cent mètres protège la biodiversité. Le découpage du bocage permet une diversité des cultures, évitant de tout moissonner, récolter dans le même temps. La faune se déplace d'une parcelle à l'autre. Les haies drainent l'eau en profondeur et évitent en partie le ruissellement. Ce qui limite la pollution des rivières. Les haies ont aussi un effet brise vent protecteur. Les haies sont des couloirs écologiques qui permettent à des espèces comme les belettes, les hérissons, les petits mammifères de se déplacer de territoire en territoire et de garder ainsi une variété génétique. Elles sont une zone de nidification pour les oiseaux. Une haie est habitée à toutes les strates.

La partie en sous-sol

Les champignons (mycorhizes) qui se développent sur les racines des arbres relient les arbres et les arbustes entre eux et permettent l'envoi de messages. Un vieil arbre protège les autres en leur envoyant des signaux jusqu'à une distance de 500 mètres ! La haie accueille toute la biodiversité du sol. Aux abords des prairies, les plantes de la famille des rosacées comme les ronces, permettent de traduire les messages des arbres vers la prairie et favorise son développement. Les haies stockent du carbone au-dessus et sous le sol.

L'aspect humain

Une haie est quatre fois plus productive pour la même surface qu'une forêt, en raison de l'effet de lisière. Notamment grâce à une meilleure exposition au soleil. Ce qui en fait une excellente ressource renouvelable pour du bois du chauffage, la méthanisation, le paillage des sols, le fourrage... Le bocage est un lieu agréable pour l'Homme qui aime y passer ses vacances. C'est un grand atout économique mais aussi un endroit résilient pour l'avenir. La Suisse Normande est un exemple de la merveille esthétique que peut représenter un paysage arboré, bocager. Pour toutes ces raisons, le bocage avec ses haies devrait être protégé. Contemplons les haies, prenons le temps d'admirer toute la vie qu'elles abritent et protégeons-les !

Sauvons nos haies, protégeons la biodiversité, plantons des arbres ! par Vanessa Gaumont

Comment agir, chacun à notre niveau ou plus collectivement ?

L'association Bossy-Cévert propose sa solution : planter des arbres pour capter le plus possible de Co2 et offrir le gîte et le couvert à un maximum d'espèces. "Nous sommes, comme de nombreux Français, un groupe de passionnés venant d'univers différents mais partageant la même envie et ambition de sauvegarder et réparer notre planète." explique Alexandre JAQUETTE, président de la jeune association.

Bossy-Cévert lutte contre les gaz à effet de serre et pour la reconstitution des milieux naturels des espèces menacées, en plantant des arbres en haies bocagères ou en mini-forets. Et les possibilités sont nombreuses : planter sur les terres agricoles, dans nos communes, sur des friches industrielles et même chez des particuliers. Les espèces plantées sont évidemment andémiques et ont poussé ici, en Normandie.

L'association est créatrice de liens lors des plantations effectuées conjointement par les salariés et les bénévoles, auxquels s'ajoutent parfois les classes d'enfants ravis de mettre à la main à pâte.

Vous l'aurez compris : les vertus des arbres sont indéniables et il est possible de de faire quelque chose à notre niveau.

Alors nous aussi, PLANTONS DES ARBRES !

Pour en savoir plus : contact@association-bossy-cevert.fr
<https://association-bossy-cevert.fr> - 06 64 12 73 62

Et si en plus de planter nous pratiquons également l'art de "ne rien faire"?!

En effet le fauchage empêche le reboisement spontané. Il serait intéressant d'arrêter de raser les délaissés routiers (dans des lieux choisis et en laissant évidemment une largeur de fauchage raisonnable au bord de la route pour des questions de visibilité et donc de sécurité). En effet cela laisserait le temps au temps de faire son œuvre entre la dispersion des graines par le vent par les crottes d'oiseaux,...

Des tonnes de CO2 seraient ainsi séquestrées par le reboisement spontané d'espèces naturellement plus résilientes que des boutures ou des semis en pépinières.

Annaïg RIVOAL

Le projet A.R.T.I.S.A.N.

Accroître la Résilience des Territoires au changement climatique par l'Incitation aux Solutions d'Adaptation fondées sur la Nature

Lancé officiellement en début d'année 2021, le projet A.R.T.I.S.A.N porté par la communauté de communes Cingal-Suisse Normande a pour but de préserver le maillage bocager du territoire et de l'utiliser de manière à rendre ce dernier résilient au changement climatique. Après une phase d'échanges entre les différents partenaires que sont l'Office Français de la Biodiversité (OFB), la chambre d'agriculture du Calvados, l'Agence de l'eau Seine Normandie ou encore le Centre Permanent d'Initiative pour l'Environnement (CPIE) Collines Normande, l'élaboration du premier programme de plantation a pu débuter en juin 2021.

Ces nouvelles haies sont plantées depuis fin janvier 2022, comme ici au Moutiers en Cinglais.

Quelques chiffres clés pour cette première année :

- 5 agriculteurs impliqués
- 1,7 km plantés
- 4 haies à plat
- 2 haies double rangs
- 1 haie sur talus
- 2 000 végétaux plantés

La première année du projet se termine et déjà de nouveaux projets de plantation s'annoncent ! Si vous êtes agriculteurs ou propriétaire et intéressés pour planter contactez le technicien bocage de la Communauté de communes, par téléphone au

06 76 44 11 53

ou par mail : bocage@cingal-suisse-normande.fr

Merci à Antoine CONCERT de la Communauté de Communes Cingal-Suisse Normande pour sa collaboration



Envie de nous rejoindre ? arbres.sn@gmail.com



Arbres Suisse Normande

Mon expérience Zéro Déchet par Isabelle Ouvry

Quand ai-je commencé cette aventure ? En 2014, suite à la lecture d'un article consacré à Béa Johnson, une française qui vit aux Etats Unis, je me suis précipitée sur son livre dédié à sa pratique du Zéro Déchet (ZD) et je me suis dit : « Je veux faire ça ! »

Et en 2015, me sentant prête, je me suis lancée.

Pourquoi le ZD ? J'étais, à l'époque, déjà très sensible aux questions environnementales mais j'étais une consommatrice lambda : je poussais chaque semaine mon caddie dans un supermarché, je complétais mes achats chez les commerçants près de chez moi et un peu d'épicerie vrac en Biocoop.

Tout cela était générateur d'emballages et de déchets divers. Bref je sentais un décalage entre mes opinions et mes actions.

Comment ai-je procédé ? Je suis équipée de sacs en tissu, de boîtes en verre ou bocaux et j'ai augmenté progressivement mes achats d'épicerie en vrac. J'ai fini tous mes flacons de gel douche, shampoing, produits ménagers pour les remplacer par des savons, shampoing solides, produits faits maison.

Peu à peu, je me suis lancée dans la fabrication de lessive, dentifrice, produits ménagers, yaourts maison, granola etc.

Les petits commerçants ont accepté de jouer le jeu et ont désormais l'habitude de me voir arriver dans leur boutique avec mes sacs et boîtes perso.

Où est-ce que je fais mes courses ? Au marché, chez les petits commerçants, directement chez les producteurs, en Biocoop, et très rarement... en grandes surfaces.

Le ZD, ça prend du temps ? Oui et non. Oui, les premiers temps, le temps de s'organiser, de prendre ses marques, de maîtriser la fabrication des produits. Mais au final, je gagne du temps à ne plus sans cesse comparer des promos en tête de gondole des supermarchés. Et le choix du ZD m'a initiée à une forme de minimalisme : moins de produits achetés = moins de manutention et moins de temps à ranger les courses. Quand j'ai commencé, je travaillais, j'avais des loisirs et c'était tout à fait compatible avec une vie active bien remplie !

Le ZD, ça coûte cher ? Oui un peu au début avec les investissements en sacs de tissu et boîtes en verres mais on peut faire plus simple et moins chers avec des sachets krafts et des bocaux à confiture.

Ensuite les économies sont arrivées grâce au minimalisme et surtout grâce aux produits ménagers fabriqués à partir de produits peu coûteux comme le vinaigre blanc, le bicarbonate ou le savon noir etc.

Alors au final ça donne quoi ? Mes poules et mon composteur sont très efficaces pour les déchets organiques. Mes déchets tels que verre, plastique, cartons sont collectés pour être valorisés. Et...en 2021, mon unique poubelle résiduelle s'élève à 50 litres pour l'année. ! Alors lancez-vous, c'est possible !