

[View this email in your browser](#)



**Avec Les Colibris  
d'Andrésey, participez  
à des projets  
écologiques !**

Jardinage

Sensibilisation aux enjeux écologiques

AMAP

Bricothèque

Compostage

Circulations douces...

Vélo école

Zéro déchets

## Édito de mai

Chers Colibris,

Merci à toutes et tous pour votre participation à la **Vélorution** ! En famille ou entre amis, ce fut l'occasion de défendre et promouvoir la place du vélo dans nos espaces urbains et d'interpeller les pouvoirs publics pour demander davantage de sécurisation des parcours vélo. [Retour sur cet événement dans cette newsletter.](#)

**En juin** nous vous proposons de **participer à du jardinage collectif** rue Lepic, **construire des composteurs et des bancs en palettes** pour la ville, et **participer à notre campagne STOP PUB** : toutes les informations dans cette newsletter.

Bonne lecture et à bientôt.

## Des nouvelles de l'AMAP



La préparation des vacances approche... surveillez votre boîte mail afin de compléter le fichier des reports de paniers. Il sera envoyé prochainement / courant juin.

### Retour sur la vélorution du 23 mai

Avec une bonne couverture médiatique et plus de 200 cyclistes, la vélorution a été une belle réussite.

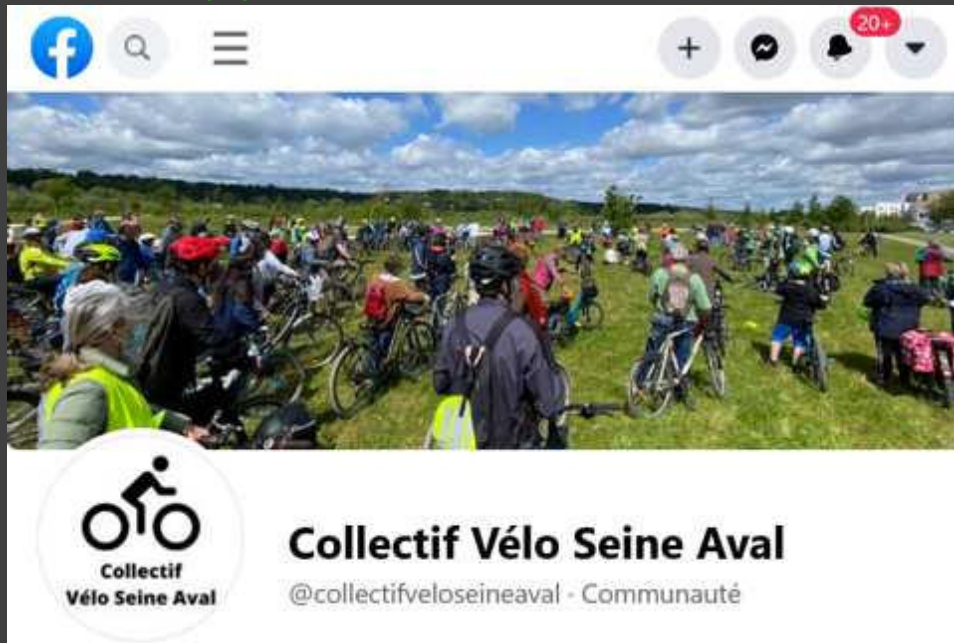
Voir le reportage de BFM Paris : ["Yvelines : trop peu de pistes cyclables ?"](#)

Coïncidence ? Quelques jours plus tard :

- L'une des demandes du Collectif était réalisée (limitation de la vitesse sur le pont de Triel à 30 km/h)

- Un rendez-vous était proposé par GPSEO à notre collectif.

Pour soutenir et rester au courant des prochaines actions, [abonnez-vous à la page Facebook du Collectif Vélo Seine Aval](#) :



## (Pôle *jardinage*) Tous et toutes au jardin !

- **Merci à tous les participants et participantes du troc de plantes.**

A l'occasion de la distribution des produits AMAP, un **troc de plantes** a eu lieu, vous avez pu déposer vos semis, graines ou boutures. Nous espérons qu'ils ont bien pris racines dans vos jardins !

- **Participez au jardinage collectif rue Lepic**

Avec le printemps et la convention signée avec la mairie pour créer quelques **carrés potagers et de fleurs**, nous avons repris l'activité jardinage rue Lepic. Pour l'instant les deux bacs sont vides et il n'y a qu'un carré de bêché où nous avons planté fraises et haricots. Nous avons aussi récupéré quelques fleurs et aromatiques.

Si vous avez des **plants de légumes (tomates, courges, courgettes, poivrons...) en surplus, des fleurs annuelles ou vivaces, des herbes aromatiques, de jolis feuillages ou des graines à donner** nous pourrions les planter et j'espère récolter et déguster ensemble la production de ce petit jardin.

Si vous avez un peu de temps et envie de jardiner, n'hésitez pas à me contacter.



[Contactez Véronique Gravat](#) (06 62 81 77 16)

**En juin, participez à la création en palettes de composteurs et bancs pour les cimetières.**

*En partenariat avec la ville, nous allons créer, à partir de palettes, des composteurs et des bancs et les installer dans chacun des 3 cimetières de la ville.*

L'activité aura lieu un week-end de juin. Pour plus d'information : [contactez Sylvie Goldfain.](#)

## **(Pôle vélo) Vélo-école : ouverture en septembre**

La mise en place de la vélo école avance ! Les cours seront proposés le **samedi après-midi ou dimanche matin à partir de septembre**. Chaque cours durera 1h.

Le temps que nos moniteurs et monitrices bénévoles se forment, nous accueillerons 2 stagiaires uniquement par session. Nous organiserons 2 sessions successives (soit 4 stagiaires chaque semaine). Les cours seront proposés aux adultes uniquement.

**Nous avons une première équipe de 4 moniteurs et monitrices** et l'un d'entre eux va passer cet été son brevet d'initiateur mobilité à vélo, afin de former les autres. Nous cherchons encore 2 ou 3 volontaires pour faire plus facilement des roulements... **Pourquoi par vous ?**

**Sur ce projet, nous sommes accompagnés par** [l'association UVQR](#) que nous remercions chaleureusement de son aide.

Pour toute information, [contactez Laury Hussenet](#)

Aidez-nous à faire connaître l'association autour de vous en  
**partageant cette lettre d'information.**

**Nouveau ! vous pouvez faire un don ou adhérer en ligne à l'association Les Colibris d'Andréy:**

<https://www.helloasso.com/associations/les-colibris-d-andresy/adhesions/adhesion-les-colibris>

---

## Vers le zéro déchet

Nous avons du reporter les webinaires et ateliers zéro-déchets. Nous proposerons en septembre un planning des ateliers pour l'année.

D'ici là, nous vous proposons de nous aider à relever le défi des STOP PUB :

**\*\*\*\*\* Participez à la campagne Stop Pub des Colibris ! \*\*\*\*\***

La publicité dans nos boîtes aux lettres, c'est en moyenne 27 kg / an / foyer de papier (source : ADEME).

Nous avons réalisé des auto-collants STOP PUB (merci Frédéric pour avoir organisé l'impression !) et allons lancer une campagne pour les proposer aux andrésiens et andrésiennes.

**Vous voulez participer ?** [Contactez Sylvie Goldfain](#)





[Toujours d'après l'ADEME \(étude de 2020\)](#), le taux d'apposition actuel des STOP PUB est de 17%. Son potentiel estimé est en revanche de 30%.

Nous souhaitons relever le défi sur Andrésey et aller à la rencontre des andrésiens pour leur proposer un STOP PUB. Notre objectif : augmenter de 7% le nombre de boîtes aux lettres équipés de STOP PUB.

Nous évaluerons dans quelques mois l'impact de cette campagne et la quantité de déchets ainsi évités et vous en ferons part.

\*\*\*\*\* **La recette zéro déchet** \*\*\*\*\*

## Le cake vaisselle

Avant de commencer, **aérez bien votre cuisine** et ouvrez les fenêtres ou allumez votre hotte. Équipez-vous **d'un masque et de lunettes de protection**. **Faites attention à la manipulation des cristaux de soude et du SCS** qui est irritant pour les voies respiratoires à l'état de micros granules. Une fois que le cake vaisselle a séché, il est sans risque pour votre peau et vos voies respiratoires.

**Les ingrédients :** 100 g de SCS (Sodium Coco Sulfate), 8 g d'acide citrique, 20 g de cristaux de soude, 1 bocal, 2 cuillères à soupe d'eau, une casserole, une cuillère

### La recette :

1. Versez le SCS dans une petite casserole et ajoutez l'eau
2. Placez la casserole sur un feu très doux et mélangez doucement à l'aide d'une cuillère en écrasant les cristaux de SCS jusqu'à l'obtention d'une pâte molle et malléable.
3. Retirez la casserole du feu et ajoutez-y l'acide citrique et les cristaux de soude et mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte aérienne, ressemblant à de la chantilly.
4. À l'aide d'une cuillère, remplissez votre bocal et tassez bien. Laissez sécher et durcir quelques heures.
5. Pour l'utiliser, humidifiez votre brosse et frottez-la sur le cake vaisselle afin de former une mousse puis faites votre vaisselle. Après avoir fini votre vaisselle, videz

l'eau qui s'est accumulée dans votre bocal et laissez sécher sans mettre de couvercle.

Remarque : **Dans cette recette du cake vaisselle, le SCS agit comme agent nettoyant et moussant, l'acide citrique comme régulateur de pH et les cristaux de soude comme dégraissant.** Le SCS est l'ingrédient magique du cake vaisselle. C'est un tensioactif de type anionique d'origine végétale, dérivé de l'huile de noix de coco. Utilisé dans les shampoings solides, il est plein de propriétés moussantes et dégraissantes. De ce fait, **peu de produit est nécessaire pour faire mousser**, ce qui permet une longue utilisation du cake vaisselle qui peut durer **jusqu'à 4 mois** (voir plus !).

Source: pousse-pousse.com

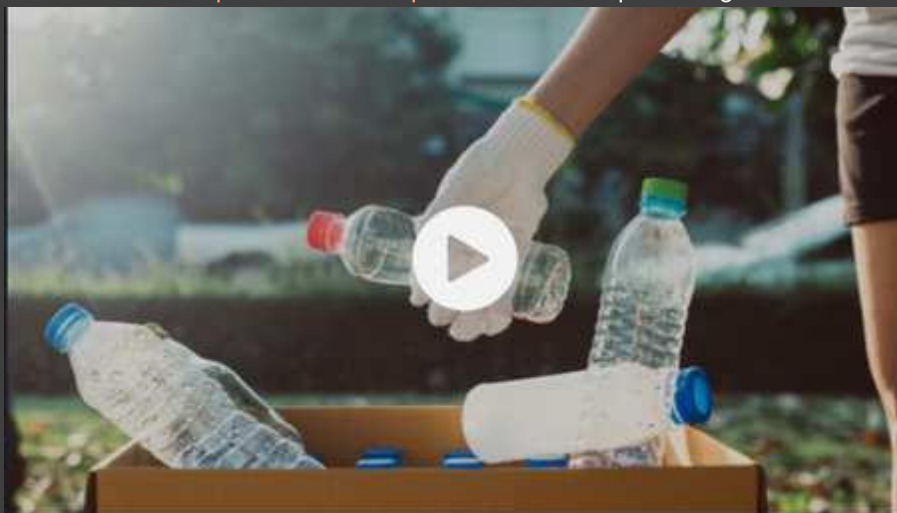
\*\*\*\*\*

Pour toute information contactez [Charlotte Coelho](#) ou [Carine Hude](#)

## Pour faire un pas de plus ... (Pôle *Sensibilisation aux enjeux écologiques*)

- **La face cachée du recyclage : documentaire en replay jusqu'au 24 juin**

Ce documentaire, réalisé par le journaliste Hugo Clément est édifiant et nous ouvre les yeux sur la façon dont nos déchets sont au final, bien peu recyclés. "**Le meilleur déchet est celui que l'on ne crée pas !**". N'hésitez pas à regarder et à faire suivre.



- **Les fongicides SDHI : une bombe à retardement ?**

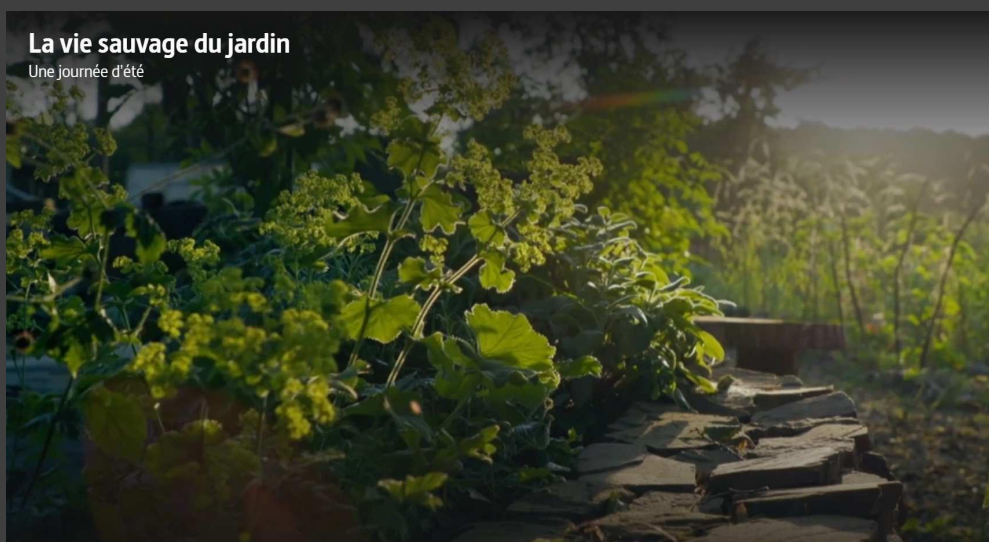
L'ONG "Pollinis" a pour objectif la **sauvegarde des insectes pollinisateurs**. Elle s'était notamment fait connaître dans son combat pour l'interdiction des néonicotinoïdes.

Aujourd'hui, elle lance une campagne et une pétition pour nous alerter des dangers d'une catégorie de fongicides : les SDHI. N'hésitez pas à [vous informer et à signer la pétition](#).



- **Envie de rêver permaculture ?**

Coup de cœur pour les **deux documentaires « la vie sauvage au jardin »** (en été et en automne), visible sur Arte-tv.



« La permaculture, méthode d'agriculture douce et écologique inspirée de la nature elle-même, gagne à être mieux connue. Pour en montrer les bienfaits, Tanja Reinhard et Johannes Backes ont posé leurs caméras dans un extraordinaire jardin de l'ouest de l'Allemagne géré selon ces principes. On y cultive fruits, fleurs, herbes et plantes potagères en symbiose, dans un écosystème unique adapté aux contraintes du site. L'expérimentation est de mise, et les jardiniers ne sont pas au bout de leurs surprises... » (Source Arte.tv)

---

Voulez-vous changer la façon dont vous recevez ces courriels?  
Vous pouvez [mettre à jour vos préférences](#) ou vous [désinscrire de cette liste](#) .