

Seul, en famille ou à l'école, plantons la graine de l'écocitoyenneté

Les derniers chiffres diffusés par les organismes nationaux ou internationaux nous alertent de plus en plus sur la dégradation de la biodiversité à l'échelle de la planète. La France ne fait pas exception à ces études. Elle se trouve elle aussi impactée par la perte des espèces peuplant notre espace hexagonal et ultramarin.

Plus près de chez nous, au quotidien, il n'est nul besoin d'être scientifique pour faire le constat du moins de nature et plus particulièrement de ses habitants ; moins d'oiseaux, moins d'insectes, moins de milieux naturels, qui disparaissent chaque jour sous nos yeux.

Pour se rendre compte de cette situation, nous vous invitons à être des observateurs de votre environnement. Un des meilleurs moyens de prendre conscience de cette situation est de regarder régulièrement le matin par la fenêtre de son logement pour constater le peu d'oiseaux, d'insectes qui volent.

Sans être passéiste, quand le soleil se levait, les oiseaux gazouillaient et les insectes volaient en grand nombre. Aujourd'hui, cette activité matinale est bien trop discrète et signifie la baisse de la biodiversité.

Quand nous roulions sur plusieurs kilomètres, notre pare-brise était malheureusement maculé de petites bêtes ; aujourd'hui, nous utilisons à peine nos essuie-glaces.

Au plus fort de la pandémie de Covid-19, nous avons observé, avec des activités humaines au ralenti, une augmentation du nombre d'espèces animales et végétales. Ce rétablissement de la biodiversité s'est observé même au cœur des villes. Il ne tient donc qu'à chacun de nous de réfléchir et d'agir pour diminuer notre impact sur les milieux naturels.

Le concept de biodiversité

Le terme de biodiversité comprend sur notre planète les différentes formes de vie et l'ensemble du vivant. Cela recouvre les milieux naturels et toutes les formes de vie des plantes, des animaux et leurs interactions.

Le terme « diversité biologique » a été inventé par Thomas Lovejoy, biologiste américain, en 1980. Par la suite, l'expression est contractée en « biodiversité » par Walter G. Rosen en 1986. Ce terme est composé du préfixe bio



Les insectes disparaissent à vitesse grand V. Pour agir sur la conservation de la biodiversité, si vous en avez la possibilité, n'hésitez pas à leur installer un refuge !

(en grec ancien « vie ») et du mot diversité.

Depuis le sommet de la terre de Rio de Janeiro en 1992, la préservation de la biodiversité est au cœur des actions liées au développement durable. Cette situation dramatique de perte de biodiversité pourrait perturber les écosystèmes et, à terme, déséquilibrer les activités humaines.

Cependant, l'homme n'est pas encore tout à fait persuadé de l'impact possible d'une telle situation. Nous en sommes parfois à nous écharper sur les causes, mais quelles qu'elles soient, les conséquences sont bien réelles.

Disparition des insectes

Il est urgent de rappeler l'importance des insectes pollinisateurs et non seulement les abeilles, les guêpes, mais aussi les mouches, les papillons et bien d'autres, parfois invisibles, parfois mal aimés ou si petits que nous les remarquons à peine, mais si indispensables à la vie.

Très souvent, nous sommes sensibles à la disparition des ours blancs ou au massacre des éléphants, ce qui est légitime, mais nous devrions l'être aussi à la perte du monde des invisibles, celui des insectes.

La perte d'insectes pollinisateurs peut

entraîner des répercussions sur les activités humaines. À titre d'exemple, dans certains lieux de notre planète, les arboriculteurs sont obligés parfois de polliniser à la main ou alors de déplacer des centaines voire des milliers de ruches pour permettre à leurs récoltes de fructifier.

Si les données sont parfois source de controverses, les résultats ne peuvent qu'être constatés par toute personne qui se donne la peine de regarder son environnement, qu'elle soit en ville, à la campagne ou au cœur d'un espace préservé.

Alors, agissons !

Aujourd'hui, pour faire face à cette perte de biodiversité, il est venu le temps d'être nous aussi des auxiliaires de vie envers les autres espèces, aussi bien animales que végétales.

À travers *L'Homme qui plantait des arbres*, Jean Giono veut « faire aimer planter des arbres », grâce à l'histoire du berger Elzéard Bouffier qui s'était donné comme mission de planter des arbres pour faire revenir la vie dans une région désertique. À la fin de sa vie, il avait créé une forêt.

L'Indien Jadav Payeng semble l'avoir mis en pratique sur l'île de Majuli, au bord de la rivière Brahmaputra, dans l'extrême nord-est de l'Inde. Il plante depuis 1979, de ses propres mains, une forêt sur cette île afin de la préserver de l'érosion. Elle représente aujourd'hui plus 550 hectares.

Nous pouvons être tous des acteurs de la protection de la biodiversité, sans pour cela créer une forêt. Nous pouvons essaimer pour créer des prairies fleuries et préserver les espaces naturels, être des écocitoyens actifs en donnant un peu de notre temps pour préserver un bien commun : la nature et sa biodiversité.

Le matériel et les conseils pour mener ces projets sont accessibles auprès de nombreuses associations d'éducation et de protection de l'environnement, mais aussi dans toutes ■■■■

LES CHAMPS DE KLEIN BIORELAX : Apportez le soutien dont votre corps a besoin

Les « Champs de Klein » soutiennent la circulation sanguine, améliorant ainsi la fonction mitochondriale de nos cellules et ce pour 100% des utilisateurs. Cela signifie donc plus d'énergie cellulaire (ATP) et un effet positif et préventif dans de nombreux cas, entre autres :

- Troubles du sommeil
- Régénération cellulaire
- Syndrome métabolique
- Troubles cardiovasculaires
- Maladies neurodégénératives
- Fatigue, concentration, efficacité
- Endurance et performance sportive
- Système immunitaire
- Bien-être général
- Diabète type II
- Migraines



Nouveauté :

Fabricant Allemand certifié de dispositifs médicaux !

Sans courant
Sans effort ni oubli
Sans effets secondaires nocifs
Sans pollution électromagnétique
Convient à tous
(enfants, adultes et animaux !)
Peut être utilisé en permanence
jours et nuits
Fabrication à la main,
Qualité Premium

Dispositif Médical certifié et enregistré auprès de l'autorité du ministère fédéral de la Santé (D.I.M.D.I.)

Littérature, études et vidéos EN FRANÇAIS à télécharger sur la médiathèque du site !



Distributeur :

Technologie des Champs de Klein | par BIORELAX™
Memon France EURL
2, Rue Thomas Edison - 67450 Mundolsheim
Tél : 03.88.20.34.73 Mail : info@champs-klein.fr
Pour plus d'informations : www.champs-klein.fr

Cherchons également CONSEILLER(E)S
(distributeurs - distributrices) indépendant(e)s



Dans le cas où l'on ne possède pas d'espace extérieur à la maison ou à l'école, place à l'imagination : des bacs, de vieilles chaussures, des sacs à main peuvent servir de support pour semer des graines et ainsi recycler directement.

■ ■ ■ les grandes des surfaces, les magasins de jardinage ou sur Internet.

Dans le panel des compositions de prairies fleuries, nous vous suggérons d'opter plutôt pour des graines bio.

Pour préserver la biodiversité, devenons des écocitoyens en semant à travers nos territoires, qu'ils soient grands ou petits, le plus possible de lieux fleuris ; nous créerons ainsi de beaux espaces colorés et pour le monde des insectes, des aires mellifères de reproduction.

Semer une prairie fleurie : une action facile à mettre en place

Pour les prairies ou les jachères fleuries, il y a deux périodes dans l'année pour réaliser le semis, soit de mars à juin, soit de septembre à octobre.

Pour avoir un bon enracinement, retournez la terre soit à la main soit mécaniquement, sur un minimum de 10 cm, ensuite affinez, ratissez les cailloux et les herbes, votre terrain sera prêt pour accueillir les graines.

Pour faciliter l'épandage, mélangez les graines avec des cosses ou du sable sec afin d'avoir une meilleure répartition des graines sur l'ensemble de la surface (environ 5 g de graines par mètre carré).

Semez à la volée en surface et ensuite roulez et tassez le sol pour mettre en contact les graines et la terre. Arrosez le sol en pluie fine jusqu'à la levée des graines pendant environ 6 semaines. Vous aurez alors une prairie fleurie pour environ 3 mois !

En fin de floraison, fin septembre, suivant le type de graines, soit vous fauchez sans bac et vous retournez pour l'année suivante, soit vous fauchez à environ 10 cm, toujours sans bac et vous conserverez l'espace prêt pour l'année suivante.

Jachère fleurie

Si vous avez un terrain plus grand ou un réseau de personnes possédant de grands espaces, vous pouvez initier un projet de plus grande envergure et offrir un plus grand emplacement pour la biodiversité. Les principes pour semer sont les mêmes que pour la prairie fleurie.

Un carré sauvage : au sein de jardins d'agrément ou de votre jardin potager, il est plutôt suggéré la création d'un espace propice à la pollinisation et au développement des plantes sauvages. Ce carré sera source d'équilibre. Votre jardin mettra en évidence les interactions entre la faune et la flore dans le cas de la pollinisation.

Et en ville, des fleurs à tous les balcons : si vous habitez en appartement ou dans un logement où vous ne disposez pas de terrain, vous ■ ■ ■

P Jentschura®
Produits Haute Nature

SPORT

LA RÉUSSITE EST ALCALINE

« avec le savoir et les produits P. Jentschura »



Un bon équilibre acido-basique est la clé d'un sport réussi. Avec les produits de la marque P. Jentschura, vous soutenez activement l'augmentation naturelle de vos performances et accélérez de manière ciblée la régénération !

Prisés plusieurs fois, les produits du monde de l'alimentation alcalinisante et des soins corporels alcalins sont votre boussole fiable pour plus de plaisir pendant l'entraînement sportif.

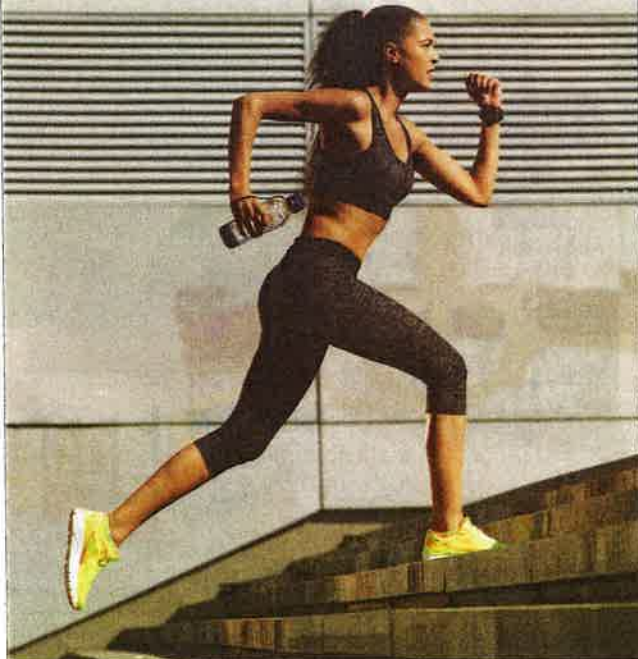
Distribution : Pur Aliment S.A.R.L.

Téléphone : 0388 098 098 - E-Mail : info@puraliment.com

NUMÉRO VERT : 0 800 800 610

DISPONIBLE EN MAGASIN BIO

p-jentschura.fr/sport    



6625F332

Bombe à graines

Une activité ludique à réaliser en famille ou au sein d'un club nature.

Simple et amusant, pour fabriquer une bombe à graines, il faut 6 doses de terreau, 4 doses d'argile, 2 doses de graines pour prairie fleurie. D'abord, mélanger le terreau et les graines, ensuite intégrer progressivement les doses d'argile, bien malaxer en vaporisant de l'eau pour obtenir une pâte qui ne soit pas trop mouillée.

Ces bombes peuvent être utilisées pour végétaliser des espaces abandonnés ou, avec l'accord de la municipalité, fleurir des espaces publics avec des espèces sauvages.



Cette activité doit être réalisée en toute sécurité en faisant attention quand on lance les bombes à graines. Il est préférable de les déposer dans la terre. Elles ne doivent pas être mises en pratique dans des espaces naturels protégés.

■■■ pouvez contribuer à protéger la biodiversité en installant sur votre balcon, sur le bord de la fenêtre, mais aussi dans des bacs sur votre terrasse, des petites prairies fleuries.

Pour semer, vous utilisez des outils manuels. Les recommandations sont les mêmes que pour une prairie fleurie en pleine terre. Il faut, au regard de la moindre quantité de terre, arroser régulièrement.

Papier semencé : une belle activité familiale ou en club développement durable. Elle consiste d'abord à fabriquer du papier recyclé dans lequel sont insérées des plantes pour prairie fleurie. Il pourra être planté dans la terre puis arrosé pour permettre aux graines de germer et ainsi favoriser la biodiversité.

Nous pouvons aussi nous en servir pour des cartes d'anniversaire ou autres événements.

À ces projets peuvent être ajoutés les **refuges à insectes**, les **abris à hérissons**, le **compostage** et bien d'autres installations pour faciliter la biodiversité près de chez vous.

À l'école de la biodiversité

Ces gestes écocitoyens peuvent se réaliser partout et par tous, en famille, dans les espaces publics ou privés, mais surtout dans les établissements scolaires, depuis le primaire jusqu'au secondaire, voire au-delà.

Comme les graines, afin qu'elles puissent lever, pour l'écocitoyenneté, nous devons semer dans l'éducation à la nature et à l'environnement.

Dans les établissements scolaires, créer un jardin au naturel est le projet idéal pour devenir un support pour les acteurs de la pédagogie de l'école de la nature.

Si l'établissement possède un espace herbacé, vous pouvez le faire évoluer vers un jardin au naturel fait de plantes potagères et aromatiques, mais aussi ornementales, avec une préférence pour les essences ■■■

■ ■ ■ locales. Une belle occasion de faire avec les parents d'élèves, les grands-parents, du troc de graines et des échanges sur celles utilisées dans votre région.

Dans le cas où l'école ne possède pas d'espace, place à l'imagination : des bacs, de vieilles chaussures, des sacs à main peuvent servir de support pour semer des graines et ainsi recycler directement.

Les graines peuvent être les idées de travaux manuels en créant des personnages aux cheveux ou au corps vert, des cadeaux en semant dans des pots décorés ou des baskets usagés et avec bien d'autres supports...

Dans chaque jardin, laissez des espaces sauvages où pourront être accueillies et se développer les graines sauvages. Au-delà de leur utilité pour l'équilibre du potager, ils deviendront des lieux d'observation de l'interactivité plantes/insectes et contribuer ainsi à la pollinisation.

Si vous en avez la possibilité, vous pourrez ajouter un lieu de compostage, une mare, des refuges pour les insectes et les oiseaux.

Au-delà du jardin naturel, il est possible de mettre en place des serres ou des mini-serres où pourront être plantées les graines pour des semis. Une occasion de connaître et de suivre la croissance des plantes en faisant comprendre l'importance de l'eau dans l'arrosage régulier pour le développement de la plante et le maintien de la vie.

Le jardin au naturel en pleine terre ou en bacs doit être multiple afin de pouvoir expérimenter les cinq sens en accompagnant le développement de l'enfant.

On pourra transmettre des connaissances naturalistes en s'amusant aussi au travers de travaux manuels.

Passons aux travaux pratiques écoresponsables

Nourrir les oiseaux grâce à une pomme de pin : cette activité est simple à réaliser. Il faut insérer un mélange de graines et de beurre ou de margarine entre les écailles d'une pomme de pin. Ensuite, accrochez une ficelle au sommet de la pomme de pin et suspendez votre mangeoire à un arbre.

Réaliser un memory graine/plante : le principe du memory est d'assembler une paire de cartes portant des illustrations identiques. En l'occurrence, vous pouvez innover en créant une paire graine/plante.



Dans les établissements scolaires, créer un jardin au naturel est le projet idéal pour devenir un support pour les acteurs de la pédagogie de l'école de la nature.

En dessinant ou en collant des images, confectionnez une dizaine de paires de graines qui correspondent à des plantes. Action éducative et ludique simple qui permettra aux enfants d'appréhender la relation entre une graine et une plante.

Tête verte : vous déposez environ deux cuillerées à soupe de graines de gazon avec un peu de terreau au fond d'un collant. Recouvrez le collant. Vous le placez dans un gobelet en carton de manière que les graines se trouvent en haut. Arrosez régulièrement jusqu'à la pousse des cheveux verts. Pour ajouter de la couleur, vous pouvez aussi ajouter des graines de fleurs à tiges courtes. Faites le visage pour avoir un personnage aux cheveux originaux.

L'awalé : si vous aimez les travaux pratiques, vous pouvez créer un jeu traditionnel africain, l'awalé, composé de trous ou de coupelles dans lesquels on place des graines. Une belle occasion de découvrir des graines d'autres continents.

Fédération des clubs CPN

Depuis 1983, la Fédération CPN (Connaître et protéger la nature) développe les familles et les clubs nature en France et ailleurs. Son credo : promouvoir la culture de la nature, l'école buissonnière, autrement dit, connaître la nature par la nature dans la nature pour mieux la protéger bien sûr !

Il y a forcément un CPN près de chez vous !

43, Grande Rue - 08430 Poix-Terron
Tél. : 03.24.22.54.55 - www.fcpn.org

Célébrons la biodiversité

Comme l'on célèbre la nature, célébrons la diversité de ces différents espaces végétaux ou de réalisations qui deviendront des observatoires du cycle de la vie des plantes, de la graine à la fleur et au fruit et leurs indispensables partenaires, les insectes.

Alors, prenons-en de la graine, et ensemble : je sème, tu sèmes, il, elle sème ■

> CPN Val de Seine.

CPN Val de Seine Connaître et protéger la nature

Le CPN Val de Seine a choisi de porter ses efforts sur l'éducation à l'environnement et au développement durable en Ile-de-France.



Ses actions prennent différentes formes : animation en milieu scolaire, périscolaire, événements, ateliers pour tous, club nature du mercredi... à Paris et en Essonne.

Les thématiques abordées sont, entre autres, le jardinage, la biodiversité, l'eau, les cinq sens, l'alimentation, les déchets, le climat.

Il existe deux bureaux où œuvre l'équipe d'animateurs et de bénévoles, mais aussi deux jardins pédagogiques à Paris, véritables lieux d'apprentissage et de découvertes.

Le CPN Val de Seine est porteur depuis l'année scolaire 2018-2019 du projet écocitoyen « Semeurs de biodiversité » sur le territoire de l'Ile-de-France. Se sont inscrits durant l'année scolaire 2020-2021 pour être écoparticipants 767 établissements scolaires et instituts spécialisés comprenant 4 800 groupes représentant plus de 120 000 jeunes et adolescents.

• 29, rue de Babylone - 75007 Paris

Tél. : 01.42.22.43.46

• 58, boulevard Berchère

91150 Étampes

Tél. : 01.69.78.24.01

www.cpnvaldeseine.fr