



Les deux choux du marché

Septembre 2005

Ass. Folle Avoine - Clos des capucins - chemin des Villauds - 38240 - Meylan - 04 76 90 27 50

marché bio, mercredi 28 septembre (13h-18h)

Nous aurons le plaisir de vous rencontrer et de discuter lors de la journée d'animation du mercredi 28 septembre. Venez nombreux échanger, critiquer, proposer, etc... et rejoindre notre équipe de rédaction.

Avec "les deux choux du marché" vous recevez la convocation à l'assemblée générale de l'association "la Folle Avoine", cela veut dire que c'est le moment de renouveler l'adhésion 2005/2005 afin de soutenir le journal comme nos actions tout au long de l'année.

Adhésion : 5 € pour l'année

Prochaine animation : 21 décembre 2005

Un peu d'optimisme!

Imaginez un monde...

où une banque permet aux 3/4 de ses clients de se sortir de l'extrême pauvreté tout en étant parfaitement rentable...

où un hôpital soigne gratuitement 2 patients sur 3 et fait des bénéfices...

où les agriculteurs se passent de produits chimiques tout en augmentant leurs rendements...

où les emballages sont biodégradables et nourrissent la terre au lieu de polluer...

où un entrepreneur de textile qui refuse les délocalisations parvient à doubler son chiffre d'affaires tout en payant ses employés 2 fois le salaire minimum...

Ce monde existe : Sylvain Darnil et Mathieu Le Roux l'ont exploré

Pendant 15 mois ils ont parcouru la planète à la recherche de ces entrepreneurs exceptionnels. "80 hommes pour changer le monde. Entreprendre pour la planète" Editions JC Lattès

Tel est le livre qu'ils ont écrit : que ces hommes soient architecte, chirurgien, agriculteur ou chimiste ils ont réinventé leur métier, brisé des préjugés économiques réputés indestructibles. Loin du fatalisme ambiant, ils réussissent à construire le monde auquel ils rêvent au lieu de subir celui qui existe.

Tian courgettes, aubergines, poivrons

Recette rapide et délicieuse aux saveurs de l'été avec les derniers légumes du jardin ou du marché :

- 1 poivron rouge
- 3 tomates
- 2 aubergines
- 2 courgettes
- 2 oignons blancs
- 150 g. de mozzarella

quelques gousses d'ail non pelées, persil haché, feuilles de laurier, 4 cuillers à soupe d'huile d'olive, sel, poivre.

Découper en rondelles la mozzarella, les courgettes, oignons aubergines, tomates et les poivrons en lanières.

Dans un plat huilé disposer en alternance les légumes, les feuilles de laurier, les légumes et le fromage. Glisser entre les les légumes qqs gousses d'ail et saupoudrer de persil haché. Saler, poivrer et arroser d'huile. Faire cuire au four 45 à 60 minutes. Peut se faire sans poivron, avec 2 légumes, avec ou sans fromage (ou remplacer par du tofu),



La fin du pétrole

En ouverture du 9eme festival de l'Avenir au naturel de l'Albenc, Yves Cochet député et ancien ministre de l'aménagement du territoire est venu nous parler de "la fin du pétrole"

Une crise énergétique durable se prépare avec la raréfaction, puis la disparition des ressources pétrolières alors même que la demande est en hausse constante. Les conséquences de l'épuisement de cette ressource et de l'augmentation du prix du baril sont à la fois économiques, écologiques et sociales.

Des solutions sont à trouver pour modifier notre modèle de développement, économiser la ressource et contenir le réchauffement climatique pour éviter une récession générale si nous n'agissons pas rapidement.

la devise actuelle : "Plus vite, plus loin, plus souvent et moins cher" deviendra : "Moins vite, moins loin, moins souvent et plus cher"

A méditer.

Des solutions sont proposées dans le livre de Yves Cochet : "Pétrole : apocalypse" éditions Fayard

"Economie et écologie" par Bernard Maris

Au festival de l'Albenc l'intervention de Bernard Maris (professeur à l'IEP Paris 8, écrivain et chroniqueur radio) a retenu notre attention :

"Si l'on compare brièvement nos sociétés aux sociétés primitives, qui elles ne constituaient pas de stocks pour vivre, on avait là des individus matures. Aujourd'hui l'esprit capitaliste en créant des stocks conduit à des générations qui détruisent la planète sans se soucier de l'avenir de leurs enfants dans un système de consommation du toujours plus! système basé sur la frustration et qui aboutit à des sociétés infantiles complètement immatures !(voir Bush)

Comment en sortir?

Par le passage d'une société de consommation à une économie de l'invention, de la découverte et de la culture pour le retour à l'abondance: là il s'agit d'abondance immatérielle: l'homme redevient acteur et responsable, créatif inventif de solutions nouvelles. Il retrouve sa dimension d'Homme adulte solidaire et généreux.

Alors il retrouve sa Maturité! "

Bernard Maris a écrit plusieurs livres dont "antimanuel de l'économie"

Aliments ionisés

Si vous cuisinez avec des légumes bio cet article ne vous concerne pas, mais cela ne vous empêche pas d'en parler autour de vous car beaucoup de légumes subissent des rayons ionisants sans information malgré un logo qui doit signaler au consommateur la transformation des produits.

Ioniser ou irradier veut dire soumettre à un rayonnement radioactif de type bêta (provenant de particules), ou gamma (cobalt 60) des palettes entières d'aliments convoyés en boucle sur tapis roulant.

L'irradiation est un traitement (coûteux) auquel on soumet délibérément un aliment pour améliorer sa conservation ou son hygiène.



Pourquoi ioniser ?

Pour retarder le mûrissement des fruits, empêcher les légumes de germer, tuer des bactéries responsables du pourrissement ou se débarrasser d'insectes sur les aliments.

Pourquoi nous sommes contre l'ionisation ?

L'irradiation dégrade la qualité des aliments en détruisant les vitamines, les antioxydants, les enzymes, les acides gras qu'ils contiennent et fait apparaître de nouveaux composés chimiques dont certains sont cancérigènes. Des études sérieuses le prouvent; c'est aussi un triste effet de la mondialisation où l'on achète à bas prix des produits de pays en voie de développement où les coûts de production sont très bas. Ces produits dénutris et sans fraîcheur pourront être revendus sur nos marchés à bas prix. Soyez vigilants sur l'origine des articles.

OUI je soutiens l'association "la Folle Avoine" et j'adhère : 5 € pour l'année

sur le marché biologique du mercredi a-midi ou

"La Folle Avoine". Clos des capucins. chemin des Villauds. 38240 Meylan