



LIBERA VERDA - FEUILLE D'INFORMATIONS N 88 - JUILLET 2016

1) BONJOUR LA PLANETE

Bonjour

Ce mois ci ! Si au delà de la prise de conscience que nous nous empoisonnons et que nous préparons un avenir glauque à nos descendances, ou tout simplement par le fait que c'est mieux pour vous de respecter le vivant, et bien nous vous donnons un autre argument pour pratiquer le respect du vivant : le volet économique. L'économie est au centre de tout actuellement, mais aux travers de pratiques écologiques, on peut économiser, modifier des productions, des décisions par notre pouvoir d'achat et nos consommations. Il est possible d'économiser jusqu'à 5 000 euros par an et par foyer quand on débute ! Quelques chiffres dans ce numéro !

Vive la Vie !!!!!!!!

2) RECETTE : JUS FRAMBOISE/PASTEQUE

- 1 QUART DE PASTEQUE (SANS LES PEPINS)
- 100 G DE FRAMBOISES, 2 FEUILLES DE BASILIC
- 2 GLA CONS

LAVEZ ET ESSOREZ LES FRAMBOISES ET LES FEUILLES DE BASILIC.

COUPEZ GROSSIEREMENT LE QUART DE LA PASTEQUE EN MORCEAUX EN ENLEVANT LES PEPINS.

PLACEZ DANS UN BLENDER TOUS LES INGREDIENTS ET MIXEZ JUSQU' CE QUE LE MELANGE SOIT HOMOGNE.

4) RENDEZ-VOUS DE JUIN

NOUS N'AVONS PAS DE RDV TOUT PUBLIC QUE CE MOIS CI. EN EFFET, NOUS ORGANISONS DES CAMPS ECOLOGIQUES ET SOCIAUX. TOUT EST RESERVE, ON A MEME DU EN REFUSER

PAR CONTRE, N'HESITEZ PAS ADHERER LIBERA VERDA POUR PARTICIPER, SOUTENIR, DIFFUSER, RENFORCER NOTRE POUVOIR D'ACTION AFIN DE DIFFUSER LE RESPECT DU MONDE VIVANT

3) PEINTURE NATURELLE : POUR 2 LITRES DE PEINTURE :

MIXER 400 G DE POMMES DE TERRE CUITES AVEC 1 LITRE DE LAIT. DELAYER 500 G DE BLANC DE MEUDON DANS 0,2 LITRE D'EAU. MELANGER LES 2 PREPARATIONS. AJOUTER 60 80 G DE PIGMENTS. MIXER A NOUVEAU LE MELANGE ET FILTER. DELAYER AVEC UN PEU DE LAIT SI LA PEINTURE EST TROP EPAISSE. POSER EN 2 OU 3 COUCHES AVEC UN PINCEAU LARGE OU UN ROULEAU A POILS RAS.

CHAQUE COUCHE SECHE EN APPROXIMATIVEMENT UNE HEURE. 2 LITRES COUVRIRONT 24 M2 ENVIRON. COUT DE REVIENT : 2 EUROS/LE LITRE.

SUPPORTS : BRIQUES, PIERRES, PLACO PLATRE, BOIS, BETON CELLULAIRE, PEINTURES ANCIENNES LESSIVES ET PONCES.

2 RDV :

N'HESITEZ PAS CONSULTER LE BLOG DE LIBERAVERDA : LIBERAVERDA.CANALBLOG.COM

OU A VISIONNER LE FACEBOOK PERSO DE CHARLIE NOTRE ANIMATEUR OU PLEINS D'INFOS SONT MISES : CHARLIE LIBERAVERDA

6) LE GESTE DU MOIS : FAIRE DES ECONOMIES FINANCIERES PAR L'ÉCOLOGIE

Il est souvent dit que les citoyens réticents à agir pour l'environnement assimilaient les gestes écologiques à des gestes coûteux et contraignants. Et bien non ! Vous trouverez pleins de chiffres d'économies financières réalisées par des éco-gestes :

Il est possible en faisant attention à tous les secteurs de notre consommation d'économiser jusqu'à 5000 euros par an/foyer.

La voiture : Des pneumatiques sous-gonflés entraînent une surconsommation. Par exemple, un sous gonflage de 0,5 bar c'est 2,4 % de consommation supplémentaire, soit 33 € et 58 kg de CO2 par an

Un véhicule mal entretenu peut entraîner une surconsommation de carburant pouvant aller jusqu'à 25 %. Un filtre à air encrassé fait consommer 3 % de plus et un moteur mal entretenu, encore plus, soit près de 40 € sur l'année et 70 kg CO2

Une conduite souple et sûre permet un gain de carburant de 40 % : éviter les freinages, les changements de rapports inutiles (20% d'économies), anticiper les ralentissements, éviter les accélérations intempestives et souvent inutiles, utiliser le frein moteur en décélérant pied levé avec une vitesse enclenchée.

RETOUR SUR INVESTISSEMENT :

PHOTOVOLTAQUE : 10 ANS
FONTAINE EAU GAZEUSE : 6 MOIS
CHAUFFAGE GRANULE BOIS : 8 ANS
POMPE A CHALEUR : 11 ANS

AUTRE :

ALLER LA BIBLIOTHEQUE : 120 EUROS/AN/PERSONNE
MANGER LOCAL ET DE SAISON : 30 % D'ÉCONOMIE
FAIRE SES PRODUITS COSMÉTIQUES : 100 EUROS / AN

Des références :

Livre :

Le guide écofrugal: Retrouvez votre pouvoir d'achat en protégeant la planète ! par Philippe Levêque

[la plateforme internet de l'Ecofrugalproject](http://la_plateforme_internet_de_l'Ecofrugalproject)
www.ecofrugalproject.org/

Appareil : économie par an/foyer

Carafe filtrante : 140 euros

LED : 38 euros

Économiseur d'eau : 100 euros an/personne

Savon dur : 11 euros/an/personne

Récupérateur d'eau (1m3) : 46,5 euros

Pain et yaourt maison : 105 euros an/personne

dégivre régulièrement son congélateur. Une couche de seulement 4 mm de givre peut doubler la consommation d'électricité.

Réduire de 1°C la température des maisons = 7 % en moins sur la facture

Baisser de 30 % sa consommation de viande : 330 euros

Veille électrique : 11 euros an /personne

DES PRODUITS :

VINAIGRE : 13 EUROS AN /PERSONNE

SAVON NOIR : 11, 5 EUROS AN /PERSONNE

BICARBONATE : 21 EUROS AN /PERSONNE

POUR ALLER PLUS LOIN : AUTOPARTAGE ET CO-VOITURAGE , ACHETER APPAREILS CLASSE A , SE PASSER D'OBJETS JETABLES VOIR PAS INDISPENSABLES , LIMITER LE GASPILLAGE , PARTAGER ET CHANGER , ACHETER D'OCCASION ...

ADOPTER DES GESTES ECOLOGIQUES DEVIENNENT AUSSI DES GESTES ECONOMIQUES . EN FAIT IL S'AGIT DE CONSOMMER MOINS ET MIEUX POUR PAYER MOINS .

INFORMATION

Nous avons des extraits fermentés de bardane (mildiou) , ortie (engrais croissance) , consoude, (engrais floraison) sureau (taupe) fougère . N'hésitez pas à nous contacter pour en obtenir et nous soutenir .

Vous souhaitez :

- Recevoir la feuille d'informations de Libera Verda
- Faire une donation de soutien (prix libre)
- Recevoir de l'information de l'Association
- Adhérer : 10 € minimum ou autres

N'hésitez pas à prendre **contact !!**

Association Libera Verda
1 rue du pijouit
85140 LES ESSARTS



06.26.23.72.66
Mail : liberaverda@gmail.com
Blog : liberaverda.canalblog.com

