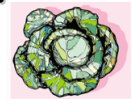


Regroupement pour le Jardinage Écologique

La feuille de chou de décembre 2006

numéro 15



Dans ce numéro de la " feuille de chou ", vous trouverez des informations sur :

1. *Mot du président*
2. *Retour sur la Fête des récoltes*
3. *Assemblée générale annuelle du 7 octobre*
4. *Communiqués*
5. *Recette*
6. *La sauge*

1 - Mot du président *par Julien McDuff*

Au moment où je vous écris ces quelques mots, Elvis Presley me fait vibrer par son «Amazing Grace», le ciel laisse tomber de beaux flocons blancs d'un mouvement perpétuel me rappelant les plaisirs d'enfance à l'arrivée de la première neige. Je vous invite à prendre du temps et à être présent à cette magie des Fêtes de Noël et de la Nouvelle Année. Je profite de cette occasion pour vous souhaiter un beau Noël, beaucoup de joie et une Nouvelle Année remplie d'engagement écologique durable.

Faisons un petit survol planétaire du «Québec», pour constater que l'année qui se termine a été exigeante pour nous, jardiniers écologiques et tout aussi contraignante pour les producteurs bio. Donc, durant cette période de festivités, profitez-en pour offrir des cadeaux bio. Vous pouvez offrir un bon vin bio du Vignoble des Négondos; il suffit d'appeler au vignoble, Carole ou Mario se feront un plaisir de vous faire livrer chez-vous votre commande. Pourquoi pas de l'oie bio pour la période des Fêtes de la Ferme Logi-bio de Baie-du-Febvre; Lucie sera ravie de vous faire découvrir ce produit et bien d'autres. Ou encore, du sel aromatique de la ferme biologique La Récolte d'Osiris de St-Marcel.

Vous pouvez aussi offrir vos produits maison, donner un abonnement au RJÉ ou tout simplement livrer votre savoir faire à vos proches. Laissez parler votre Cœur de jardinier écologique...

Merci de votre partenariat écologique comme membre du regroupement.

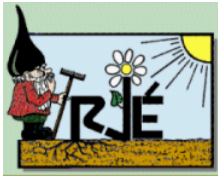
Bonne Année écologique.

2 – Retour sur la Fête des récoltes *par Lucie St-Cyr*

Le Regroupement pour le Jardinage Écologique a célébré La Fête des Récoltes 2006 à Mirabel, au Vignoble des Négondos, par une magnifique journée ensoleillée, le samedi 7 octobre. Les formalités d'accueil étant complétées, le groupe se réunit pour procéder à l'assemblée annuelle dans la très belle salle du Vignoble, toute baignée de la lumière du soleil. L'assemblée se déroule dans une joyeuse atmosphère teintée d'une légère inquiétude car trois de nos camarades qui avaient confirmé leur venue ne sont pas arrivés à destination. Voici que Diane Neault, l'une des trois, nous arrive en auto-patrouille de la Police Provinciale alors que les deux autres, Nicole Desaulniers et Raymond Lamy ont dû rebrousser chemin avec une voiture fort endommagée, une automobile les ayant frappés dans le coté. Heureusement, pas de blessure. L'assemblée annuelle s'est terminée par le tirage de nombreux prix de présence.

Le repas communautaire est toujours une belle occasion de joyeux échanges, le repas s'est pris à l'extérieur, chacun voulant profiter de la belle température dans un magnifique décor.

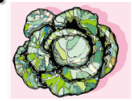
Dame Carole Desrochers, propriétaire du Vignoble des Négondos, a généreusement accordé quelques heures de son précieux temps à expliquer au groupe RJÉ différents aspects concernant l'exploitation de son beau Vignoble de culture biologique certifiée. Elle a choisi le nom Négondos parce que la terre abandonnée qu'elle a acquise en 1993 se situait parmi les érables et que ces arbres sont aussi appelés négondos. Nous avons pu goûter les raisins bien mûrs, sur le terrain, directement des ceps. Bien impressionnant de voir sur place le processus des vendanges : gens dispersés ça et



Regroupement pour le Jardinage Écologique

La feuille de chou de décembre 2006

numéro 15



là cueillant les raisins, les grappes cueillies sont déposées dans un grand chariot tiré par un tracteur qui apporte les tonnes de beaux raisins jusqu'aux installations servant à la fabrication du vin. Madame Desrochers nous fait démonstration du processus de transformation du fruit en vin tout en nous faisant part de l'historique de son commerce. Le succès de l'entreprise Vignoble des Négondos repose sur l'intelligence, l'enthousiasme, la belle énergie, le savoir faire et les nombreuses heures de travail de cette femme qui a mis sur pied une entreprise de si belle envergure. Une dégustation de tous les bons vins et portos fut très appréciée de tous.

La remise des Graminées, c'est-à-dire remise de récompenses attribuées à des membres du RJÉ, vint clôturer cette magnifique journée. Louis-Marie Pilote a reçu une récompense pour avoir assumé la responsabilité du développement et de l'entretien du site internet du RJÉ (www.rje.qc.ca) depuis juin 2004. J'ai aussi reçu une récompense pour mon ancienneté au sein du groupe. Madame Alice et Monsieur Émile De Pauw ont reçu un prix pour leur implication dans le groupe RJÉ.

Merci à Cécile Lebeau d'avoir organisé cette rencontre. Pour toutes ces merveilles, j'imagine que chacun et chacune a regagné son domicile en formulant des Actions de Grâces.

3 – Assemblée générale annuelle du 7 octobre *par Claire Gendron*

▪ Nouveau conseil d'administration

Lors de l'assemblée générale du 7 octobre dernier, le RJÉ s'est donné un nouveau conseil d'administration. Quatre personnes continuent pour un autre mandat, soit : Julien McDuff, Jeanne d'Arc Lavoie, Cécile Lebeau et Claire Gendron. Trois nouvelles personnes se sont jointes au C.A. : Alain Blondin, Jeanne Bissonnette et Denis Masson. L'exécutif est maintenant le suivant: à la présidence : Julien McDuff, à la trésorerie : Jeanne d'Arc Lavoie et au secrétariat : Claire Gendron.

▪ Bilan au 31 août 2006

Le C.A. est heureux de faire part de la bonne santé financière de notre organisation. En effet, notre encaisse au 31 août 2006 était de 8251,69\$ comparativement à 4443,34\$ au 30 septembre 2005. Et le nombre de membres était de 193 au 31 août 2006 alors qu'il était de 149 au 30 septembre 2005. C'est le succès du colloque de février 2006 qui nous a donné ces bons résultats. Conséquemment, nous voulons profiter de ce surplus pour refaire notre kiosque qui en a bien besoin après toutes ces années de loyaux services alors que nous prévoyons participer à davantage d'événements.

▪ Prévision des activités 2007

Nous prévoyons les activités habituelles du RJÉ, soit la Fête des jardiniers et la Fête des récoltes.

4 – Communiqués *par Claire Gendron*

▪ Modification aux règlements généraux

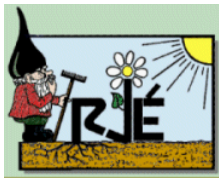
Le C.A. a voulu régulariser la situation des conjoints des membres du RJÉ qui peuvent participer gratuitement aux activités du RJÉ mais qui n'ont pas droit de vote lors de l'assemblée générale et dont leur participation au C.A. était limitée. Il a donc été proposé à l'assemblée générale du 7 octobre que le conjoint d'un membre individuel en règle (qui a payé sa cotisation et qui observe les règlements) devienne automatiquement un membre en règle. L'assemblée générale a accepté ce changement à l'unanimité.

▪ Carte de membre

Dorénavant, l'émission d'une seconde carte de membre à une même adresse coûtera 5,00\$. De plus, si deux conjoints n'habitent pas à la même adresse et que chacun désire recevoir la correspondance du RJÉ, ce sera considéré comme deux adhésions différentes.

▪ Bio-Bulle

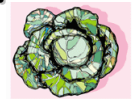
Pour tous ceux d'entre vous qui sont abonnés à la revue Bio-Bulle, vous avez sûrement vu dans le numéro d'octobre 2006 les changements que la revue apportera à compter du numéro de novembre-décembre. Concernant la participation du RJÉ au Bio-Bulle, il y a aussi des changements. La revue ne servira plus de



Regroupement pour le Jardinage Écologique

La feuille de chou de décembre 2006

numéro 15



véhicule d'information pour le RJE puisque nous serons présents dans deux numéros seulement. Nous y assumerons les pages de jardinage en alternance avec Yves Gagnon. Notre outil d'information est la **Feuille de chou** et toutes les informations concernant les activités du RJE y seront annoncées. Alors, **lisez-nous!**

▪ Groupe de Longueuil

Le groupe de Longueuil poursuit ses rencontres le 1^{er} dimanche de chaque mois à son nouveau lieu de rencontre, soit au 2^e étage du Loblaws de Longueuil, 1150, rue King George (coin Curé-Poirier). Le 7 janvier, on y parlera germinations et pousses ainsi que jardin Feng Shui.

5 – Recette par Claire Gendron

Suite à l'article sur le topinambour dans la Feuille de chou de juin 2006, vous vous demandez peut-être quoi faire d'autre avec ce légume délicieux et nutritif? Et bien, faites-en un gâteau! En voici la recette :

280 gr (2 1/2 tasses) de farine à levure incorporée
2 cuil. à thé de levure chimique (en plus de la farine à levure incorporée)
2 cuil. à thé de cannelle
1 cuil. à thé de gingembre en poudre
1 pointe de couteau d'un mélange 4 épices
150 gr (2/3 tasse) de sucre
150 gr (2/3 tasse) de sucre roux
250 ml (1 tasse) d'huile végétale
300 gr de topinambours, lavés, pelés et râpés
4 œufs

Préchauffez votre four à 180°C (350°F). Mélangez tous les ingrédients secs dans un bol. Ajoutez l'huile et mélangez. Ajoutez les topinambours et mélangez. Ajoutez les œufs un par un en mélangeant bien à chaque ajout. Versez dans un moule beurré de 250 ml (10 po) de diamètre. Enfournez pour environ 45 minutes. Une lame insérée au centre du gâteau doit ressortir sèche.

Bon appétit!

(Tiré de *Les Gens de St-Antoine*)

6 – La sauge (*Salvia officinalis*) par Diane Neault

La sauge est une plante vivace, de la famille des labiées, originaire d'Europe du Sud, zonée : 3, souvent rustique dans le sud-ouest du Québec.

Description :

- C'est un sous-arbrisseau touffu muni d'une racine pivotante et de tiges quadrangulaires, grises et droites, longues jusqu'à 1 m. Il présente de nombreuses ramifications blanchâtres et tomenteuses.
- Hauteur : 30 à 70 cm.
- Les feuilles sont opposées, elliptiques, aux bords dentelés, longues de 2 à 10 cm (voire plus), rugueuses, velues et d'une couleur vert cendre très caractéristique.
- Les fleurs tubulaires bilabiées, de couleur bleu clair, rose ou blanc violacé, sont regroupées en épis au sommet de la tige; elles fleurissent de mai à juillet.
- Les fruits, issus de 4 akènes de forme ovale, se cachent au fond du calice. La plante tout entière dégage une odeur épicée et quelque peu amère.

Culture :

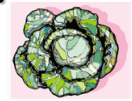
- Elle préfère un sol léger, fertile, sec à modérément humide et un pH plutôt acide. Elle tolère les sols argileux et doit être cultivée dans un endroit protégé et ensoleillé.



Regroupement pour le Jardinage Écologique

La feuille de chou de décembre 2006

numéro 15



Multiplication :

- Semis : taux de germination faible, semer à l'intérieur 6 à 8 semaines avant le dernier gel. Les semis se font en surface ou légèrement recouverts, à une température du sol de 18 à 21°C. Le temps de germination est de 7 à 21 jours. Semer à l'extérieur en mai. La durée de vie de la semence est de 2 ans.
- Bouturer des jeunes tiges de 10 cm.
- Marcotter au début de l'été (facile à réussir).
- Diviser les plants au printemps tous les quatre ou cinq ans.
- Se ressème.

Protection :

- En hiver, on peut la recouvrir de branches de sapins, car elle est très sensible au gel.

Propriété au jardin :

- Plante insectifuge, elle éloigne la mouche de la carotte et la piéride du chou.

Compagnonnage :

- Le brocoli, la carotte, le chou, le chou-fleur, la fraise, la tomate, la marjolaine, l'angélique, le basilic, la tanaïsie, le coréopsis, la gaillarde, l'hémérocalle, le lis et la rose. **Éloigner** des oignons, du concombre, du romarin et de la sarriette.

Récolte :

- Des feuilles : avril à juillet.
- Des sommités fleuries : entre mai et août.
- Les principes actifs sont présents en quantité maximale au début de la floraison.
- La plante est séchée à l'ombre, dans un endroit bien aéré, et conservée au frais et dans le noir.

En cuisine :

- C'est une herbe utilisée en petite quantité, comme le thym ou la sarriette, dans les plats gras comme les rôtis de porc, d'oie ou de dinde. Le gibier prend également un bon goût lorsqu'on y ajoute une petite feuille de sauge. Dans les sauces au fromage et aux herbes et dans les sauces épicées, il serait bon d'ajouter de la sauge, qui est bonne pour la santé.
- Elle assaisonne bien les lentilles, l'aubergine, l'artichaut, l'asperge, la carotte, la courge, le maïs, le poireau, la pomme de terre et la tomate.

Propriétés médicinales :

- On l'utilise aussi en infusion, en bain de siège et on peut en faire du vinaigre de sauge.
- Il existe une autre espèce, la sauge des prés (*Salvia pratensis*); on utilise la plupart du temps ses fleurs pour faire des gargarismes ou pour fabriquer du vinaigre de sauge afin de frictionner les malades alités qu'il revigore.
- La sauge officinale possède davantage de propriétés thérapeutiques que la sauge des prés.
- *Salvia* est dérivé du latin *salvare* qui veut dire « sauver, soigner ».

Si vous avez des questions sur le jardinage écologique, un problème particulier au jardin ou encore si vous avez un truc naturel à partager, faites-nous le parvenir par l'intermédiaire de notre site internet ou encore par la poste. Nous y répondrons dans la prochaine parution et en ferons profiter tous nos membres.

N'oubliez pas, ce bulletin est le vôtre.