

## C'est la rentrée,

Bonsoir,

Nous avons le plaisir de vous envoyer quelques nouvelles de notre association adréchoise. Bonne lecture.

Certain-e-s d'entre vous auront aperçu les bacs de culture installés avant les vacances d'été, dans le jardin de l'école maternelle Les Santolines, à l'initiative d'une des maîtresses.

Un bac a été construit et installé par quelques bénévoles de notre association Regain de l'Estérel à partir de bois recyclé, les suivants ayant été achetés par l'école.

Les services techniques les ont ensuite rempli avec de la terre végétale.

Ce projet est également supporté par l'association de parents d'élèves adréchoise (AYPE).

A hauteur d'enfant, ces bacs vont permettre aux petits de développer du lien à la terre et au vivant.

Après un bel été, pendant lequel quelques uns d'entre nous sont allés dans la Drôme pour [FÊTE DES AMANINS POUR LA TERRE ET L'HUMANISME](#), notre association a participé à la grande [fête de l'âne](#) aux Adrets de l'Estérel, vous trouverez [ici notre présentation](#) faite autour de la projection du documentaire « Terre promise » de David Foucher.

Lors de la prochaine assemblée générale de notre association, nous ferons un point sur le projet visant à implanter une agriculture de qualité sur la commune des Adrets dans l'Estérel. Ce projet s'étend potentiellement aussi à la protection de la forêt et des habitations, à l'occupation des sols et à l'urbanisme, aux écoles (pédagogie et cantine scolaire) ...

Un débat public pourrait être organisé pour échanger autour de ce projet pour le partager et l'enrichir. Vos avis nous intéressent !

Nous avons été interviewés fin Aout par Var Matin dans le cadre d'une enquête sur le prix des fruits et légumes:

Le Fait du jour

var-matin  
Mardi 20 août 2013

3

# pas si chers que ça!

## Cultiver soi-même son jardin... même sans terre

**L**a meilleure façon de ne pas se ruiner en achats de fruits et légumes, c'est sans doute de les produire soi-même. C'est certes plus fatigant que de remplir son panier au supermarché (quoique...), mais tellement plus intéressant et plus jouissif. Quant au plaisir gustatif, n'en parlons même pas... Et il n'est même pas besoin de posséder un lopin de terre pour planter ses tomates et ses radis. Les jardins partagés permettent de cultiver la terre de quelqu'un qui n'a pas le temps ou l'envie de le faire, en offrant ensuite au propriétaire une partie de la récolte. Le site [plantezchezvous.com](#) recense plus de deux mille deux cents annonces de personnes qui proposent partout en France des terrains et d'apprentis jardiniers qui en cherchent. Rien que dans le Var, on y déniche une quarantaine de propositions dans les deux sens. Des échanges de bons procédés gratuits, placés sous le signe de la convivialité et de la confiance. Même principe chez [jepartage-monjardin.fr](#), où sont résumés les avantages de ce procédé (se faire plaisir, manger sain, créer du lien social, faire des économies...).

« **Un champ de patates entre amis** »

Enfin, il existe une autre forme de partage : celui d'un terrain cultivé en commun. Comme aux Adrets, où l'association Regain de l'Estérel a planté ses fruits et légumes sur un terrain prêté de trois hectares. Au départ, l'idée de trois copains - Claude Garioud, Jean-Paul Raoust et Jacques Wery - était « de cultiver un champ de patates entre amis », résume Jean-Paul. Avec, derrière la tête, le projet d'installer un ou plusieurs agriculteurs sur les lieux. Cette création d'exploitation n'a pas abouti, mais le jardin partagé, lui, fonctionne. Au début, beaucoup de gens s'y arrêtaient, raconte Jean-Paul. Aujourd'hui, subsiste un noyau dur de sept ou huit familles. Qui se rendent sur le terrain au minimum une fois par semaine, deux en pleine saison, pour bêcher, arroser, désherber, planter, récolter... L'association ne ferme pas



**Cultiver un jardin partagé aux Adrets de l'Estérel, c'est encore le meilleur moyen de ne pas payer cher ses fruits et légumes.**

la porte à des gens de passage qui « viennent gratter avec nous ». Et qui ne repartent jamais les mains vides. Dans ce jardin partagé, l'argent ne circule pas. Mais les recettes de cuisine, oui. Un concept qui se développe un peu partout. « Dans les villes où les citadins n'ont pas de terrain à cultiver, il existe une grande demande. Il suffit de trouver des terrains libres près des zones urbaines », conclut Jean-Paul.

Site de l'association aux Adrets : [www.regaindelesterel.org](http://www.regaindelesterel.org).

Un autre article à propos des activités de Regain de l'Estérel avait déjà été publié dans Var Matin quelques semaines avant ! le voici : « [Le goût du partage](#) »

Notre jardin partagé - où Richard nous fait expérimenter des pratiques favorisant la biodiversité - est toujours aussi beau, ce malgré une météo particulière cette année: les semis et les récoltes se sont décalés.

A partir de cette semaine, [le rendez vous hebdomadaire au jardin partagé de Regain de l'Esterel passe au samedi matin](#).

Nous vous y attendons pour gratter la terre du potager, partager la récolte du jour et/ou passer nous voir pour discuter !

A noter également l'arrivée de poules !

Voici la carte pour localiser ce lieu dans son écrin de verdure: <http://goo.gl/maps/FSu58>

Pour finir nous vous recommandons 3 rendez-vous festifs ce week end :

Samedi 21 Septembre à Montauroux (journée): « Des trésors dans nos poubelles ? »

ic Invitation du Comité d'Initiatives Citoyennes ic

# Des Trésors Dans Nos Poubelles ?

Gestion - Valorisation - Réduction des déchets

## - Samedi 21 Septembre -

\* Site de Fondurane  
12h : Accueil et Apéritif offert  
13h : Pique-nique tiré du sac  
14h : Sentier découverte et Animations  
Avec des associations impliquées dans le développement durable du canton.

\* Maison Pour Tous de Montauroux  
17h30 : Conférence / Débat avec Dany Dietmann  
«Comment réduire et valoriser nos déchets»

Pays de l'Estère PACT afb

Samedi 21 Septembre aux Adrets (soir): Grand repas de solidarité



*Adrien*

LES ADRETS DE L'ESTÉREL  
SAMEDI 21 SEPTEMBRE 2013

ASSOCIATION HUMAINITAIRE  
**ABANKOR**  
LES ADRETS DE L'ESTÉREL

# GRAND REPAS de solidarité

*Venez soutenir Raphaël, enfant des Adrets  
atteint d'une grave maladie !*

*Venez vous battre pour lui !  
merci*

## REPAS DANSANT

Animé par Nicolas CERIALO

SOUPE AU PISTOU • SALADE • FROMAGE ET DESSERT  
**15 euros/pers.** Hors boissons  
Boquette sur place - Apportez vos assiettes creuses, couverts et verres

**20h**  
SALLE DES FÊTES  
DES ADRETS DE  
L'ESTÉREL

Réservations souhaitées avant le 17 septembre 2013  
ASSOCIATION ABANKOR : 06 70 11 66 69  
ou BOULANGERIE DU VIEUX PUIITS- LES ADRETS : 04 94 40 93 45

Dimanche 22 Septembre à Antibes : « Foire bio et local, c'est idéal ! »

**INFOS PRATIQUES**  
www.foirebioetlocal.fr

Lycée Agricole et Horticole  
1285, avenue Jules Grec  
06600 Antibes

Bus 8-10 :  
Arrêt Lycée Horticole  
d'Antibes

Bus 200 Nice-Cannes :  
Arrêt "Petit four"  
(départ toutes les 15 mn)

Parkings gratuits à 800 m :  
- Terrils municipaux 160 places  
- Maison des associations 160 places  
- Lycée 150 places

Gare SNCF à 15 mn à pied





**RÉSERVATION POUR LE REPAS BIO**  
ou sur notre site internet [www.foirebioetlocal.fr](http://www.foirebioetlocal.fr)

Nom : \_\_\_\_\_ **TARIF / Prix du repas : 15€**

Prénom : \_\_\_\_\_ Nombre de repas  x15 €

Adresse : \_\_\_\_\_ Total  €

Tél. : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_ **SERVICE**  **ACCES VOUS PRÉFÉRÉ**  
de 11h30  ou de 12h30

**Modalités d'inscription :**  
Les participants sont invités au repas bio pour le service qu'ils ont choisi, dans la limite des places disponibles (500).  
Le règlement devra être libéré à l'entrée de Agribio 06.  
En cas d'annulation, please de s'en vouloir nous contacter 72h avant la date Agribio06 : 04 89 06 75 47.  
Veuillez renvoyer le bulletin d'inscription à l'adresse suivante : Agribio06 MIN FLEURS à BOX 58 - 06209 NICE Cedex 3

Pour ses 30 ans **AGRIBIO 06** vous invite à la

**FOIRE "BIO et LOCAL C'EST L'IDEAL!"** 2013

**Dimanche 22 septembre**  
de 9h à 18h

Lycée Horticole ANTIBES  
avenue Jules Grec

**Entrée gratuite...**

**50 AGRICULTEURS BIO DES ALPES-MARITIMES**

**REPAS BIO LOCAL**  
sur réservation à 15 €

Conférences  
Animations  
Bourse aux semences  
Installations artistiques



**www.foirebioetlocal.fr**

**PROGRAMME DE LA JOURNÉE**

**9H: INAUGURATION & OUVERTURE DU MARCHÉ de producteurs bio**

50 agriculteurs bio des Alpes Maritimes.  
Une grande diversité de saveurs avec les produits bio de notre territoire : légumes, fruits, pains, fromages, viandes, huiles d'olive, huiles essentielles, miel, etc.

**11H30 & 12H30: REPAS 100% Bio Local**  
Préparé par l'équipe CAP cuisine de la faculté des métiers de Cannes.

15€ sur réservation uniquement

**Menu**

- Tomate farcie "façon Antiboise", légumes croquants et graines germées
- Fricassé de brebis au pistou d'herbes, riz long de Camargue aux légumes d'été
- Brousse au lait de chèvre, fillet de miel de printemps et gratignon de Muscat
- Café

**ESPACE BIODIVERSITÉ**

- Bourse aux semences et aux plants bio et non traités.
- Stands des acteurs de la biodiversité cultivée méditerranéenne
- Présentation de variétés locales de légumes anciens - projet Alcotra



**CONFÉRENCES et DÉBATS**

**10H :** Conférence gesticulée "Paysans, Agriculteurs ou exploités agricoles?"  
Lionel Barbot, Association La Grenaille.

**14H :** Projection-débat du documentaire "Mouton 2.0, la puce à l'oreille" avec les témoignages d'éleveurs locaux.

**16H :** "Produire et manger bio, un défi pour l'avenir?" Marc Dufumier.

**ATELIERS**

**10H :** Café Installation animé par l'ADEAR 06.

**14H30 :** Atelier "Paysans, Agriculteurs ou exploités agricoles" Lionel Barbot, Association La Grenaille.

**ANIMATIONS pour petits et grands**

**10H15 :** Départ de la chasse au trésor, jeu de piste étonnant autour de l'agriculture biologique  
*Inscription obligatoire sur [www.123cat.net](http://www.123cat.net)*

**10H30 :** Les eaux florales

**11H30 & 15H :** L'alimentation vivante, confection de jus de légumes bio associés à des eaux florales

**11H30 & 15H :** Fabrication de compotes et confitures bio

**tout au long de la journée**

- Traite et dégustation de lait de chèvre
- Four à bois : fabrication de pain bio avec le CAP boulangerie CFA Carros
- Visite du potager du lycée en conversion bio
- Découverte de l'apiculture bio et d'une safranière bio
- Découverte du lombricompostage : tout savoir sur "Eisenia le Lombric" et comment auto-construire votre lombricomposteur
- Des airs de Baléti...

Avec la participation du BTS tourisme de la faculté des métiers de Cannes

**18H: FERMETURE**



Pour plus d'infos: [www.foirebioetlocal.fr](http://www.foirebioetlocal.fr)

Au nom de notre conseil d'administration, avec quelques jours d'avance, nous vous souhaitons un bel automne.

Jeanpaul

Les Adrets de l'Esterel, 17 Septembre 2013.

[regaindelesterel.asso@yahoo.fr](mailto:regaindelesterel.asso@yahoo.fr)

[www.regaindelesterel.org](http://www.regaindelesterel.org) (également présent sur Facebook)

Vous aussi, [créez votre blog dès maintenant](#) ! C'est gratuit.