



ADAAE magazine

Autonomie – Simplicité – Écologie

L'or de demain sera l'Eau ... !

***Plante utile :
les courges***



***Épices et aromates :
la margose***

- **La mémoire de l'eau**
- **Forum souveraineté alimentaire 2016**
- **Partage des savoirs**
- **De l'eau potable !**

**Magazine gratuit, reproduction pour un but non lucratif autorisé,
sous réserve de mentionner sa source.**

Réalisation :

M. Yann Gavinelli, M. Olivier Gavinelli et Mlle Carine Courthiade, consultants en autonomie agro-écologique pour l'ADAAE-ASE.

Édition : ADAAE-ASE

SOMMAIRE

- Quoi de neuf sur www.adaa-ase.com _____	1
- L'or de demain sera l'eau_____	2
- Comment ça va bien coté jardin ?_____	5
- Plantes utiles : les courges_____	5
- Épices, des aliments pour la santé : la margose _____	6
- La mémoire de l'eau _____	7
- Forum Souveraineté Alimentaire 2016 _____	8
- Partage des savoirs et connaissances _____	9
- De l'eau potable _____	10

Le mot de l'équipe :

Ce mois ci nous vous parlerons de l'Eau, cet élément indispensable au bon développement de la vie. L'Eau, qui représente plus de 70 % de notre corps, qui nourrit la terre et la nature, qui lave et purifie ; l'Eau qui étanche la soif et qui nous berce au plus jeune âge

L'Eau qui vient à manquer dans de nombreux pays ; l'Eau qui inonde et détruit ; qui croupit et apporte les maladies ; l'Eau qui est gâchée, polluée, mal gérée ...

Enfin l'Eau qui est force et transmet énergie ; l'Eau qui possède une mémoire ; l'Eau, cette richesse que nous nous devons de préserver pour la pérennité de la vie.

Vous souhaitant bonne lecture ... et bonnes résolutions....

L'équipe d'ADAAE.

L'or de demain sera l'eau

L'or de demain sera l'eau. L'extension des déserts dû à l'érosion des terres arables, la déforestation massive, la pollution des nappes phréatiques et la surconsommation d'eau par l'agriculture moderne, font que l'eau potable ou tout simplement non polluée ce fait de plus en plus rare.

Agriculture et consommation d'eau :

Voici quelques estimations, quant à la quantité d'eau nécessaire pour l'agriculture US, données par le très réputé Professeur Pimentel, de l'Université de Cornell, dans son ouvrage : " Ecological Integrity: Integrating Environment, Conservation and Health" (Island Press, Washington DC, 2001). (Ces chiffres concernent l'agriculture dite « moderne », pas l'agro-écologie).

- Pour 1 kilo de pommes de terre : 500 litres d'eau.
- Pour 1 kilo de blé : 900 litres d'eau.
- Pour 1 kilo de fourrage : 1000 litres d'eau.
- Pour 1 kilo de maïs : 1500 litres d'eau.
- Pour 1 kilo de riz : 1900 litres d'eau.
- Pour 1 kilo de soja : 2000 litres d'eau.
- Pour 1 kilo de viande de bœuf : 100 300 litres d'eau.

Dans le catalogue des folies agricoles irriguées, la production de viande détient ainsi la palme de la non-durabilité et du gaspillage. La consommation de viande, au niveau planétaire, rappelons-le, est passée de 44 millions de tonnes en 1950 à 265 millions de tonnes en 2005. Et cette tendance ne fait que s'amplifier.

La quantité d'eau utilisée par kilo de viande diverge en fonction des études.

Selon Georg Borgstrom, de l'Université du Michigan, il faut "seulement" 21 000 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande de bœuf.

Selon l'Université de Californie, il faut 44 000 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande de bœuf., 13 700 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande porc et 6 800 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande de poulet.

Une étude publiée par une commission des Nations Unies en 2004 rapporte le chiffre de 70 000 litres d'eau par kilo de viande de bœuf.

Ce chiffre n'est pas très éloigné de celui du Professeur David Pimentel dont les calculs sont fondés sur la nourriture moyenne d'un bœuf aux USA, à savoir 100 kilos de fourrage et 4 kilos de grain par kilo de viande produite. Aux USA, 65 % des productions agricoles sont destinées à nourrir le bétail (contre 1 % en Inde !).

Sur le plan mondial, la production de grains est de 1985 millions de tonnes dont 60 % sont consommés par l'homme, 36 % sont utilisés comme aliment pour le bétail et 3 % sont brûlés comme fuel.

Si on raisonne en termes de calories, il faut 50 fois plus d'eau pour produire une calorie de viande qu'une calorie de pomme de terre.

Raisonnons maintenant en termes de douche. Admettons que l'on prenne tous les jours une douche de 5 minutes à raison d'un flux de 18 litres d'eau par minute. Quel est l'équivalent d'un kilo de viande de bœuf, selon les calculs du Professeur Pimentel, en termes de douches ?

Trois années de douches quotidiennes équivalentes à 1 kilo de viande de bœuf !

Ces quelques chiffres nous aident à mieux comprendre le dilemme de la planète que l'on pourrait (presque) résumer comme un choix entre l'eau pour les pauvres et de la viande pour les riches.

Le dilemme se complexifie, en fait, car les riches, maintenant, non seulement veulent de la viande, et encore plus de viande, mais ils veulent aussi des agro-carburants pour faire rouler leurs voitures.

Agro-carburants et consommation d'eau :

La folie des nécro-carburants est ainsi en train de se répandre comme une peste sur toute la planète. Elle accentue d'autant plus la pénurie de l'eau car il faut jusqu'à 3600 litres d'eau pour produire un litre d'éthanol (à partir de 2,5 kilos de maïs). En 2006, aux USA, 20 % de la production nationale de maïs (à savoir 55 millions sur les 270 millions de tonnes produites) a été brûlée dans les centrales à éthanol.

Comparons maintenant l'agriculture dite « moderne » avec l'agro-écologie ou agriculture paysanne. Quel type d'agriculture alimente les communautés et les populations, de manière Véritablement soutenable ? (Source : ETC group).

	chaîne alimentaire industrielle	réseau alimentaire paysan 40% de la population active mondiale
Production d'aliments	30 %	70%
Carburant fossile	80%	<20%
Eau agricole consommée	70 %	30%
Utilisation terres arables	70% à 80%	20% à 30%
Cultures	12 espèces	7000 espèces
Elevages	<100 races	>7000 races
Emission gaz effet de serre	44% à 57%	15% à 30%
Destruction de terres arables	75 milliards de tonnes	Enrichissement des sols
Emplois	Détruit 50% des fermes familiales	Créent de l'emploi + de 30%

En voyant ce tableau on se demande pourquoi et dans qu'elles buts les dirigeants politiques du monde des grandes puissances et des pays en voie de développements, ont imposés aux peuples une industrie agro-alimentaire destructrice autant de l'environnement que du tissu sociaux-économique de la planète. Car comme nous le savons la quasi-totalité des conflits dans le monde et ce qu'elles qu'ils soient, ont tous pour raison première le contrôle et l'accaparement des carburants fossiles. L'or noir, qu'est le pétrole et ces dérivés (plastiques et autres) nous ont fait entré dans un monde de consommation effréné pour satisfaire des besoins fictifs obsolètes à très court terme, qui n'engendrent que frustrations et compétitivités à tout vas. Dans ce monde néo-libéral ou les 62 personnes les plus riches de la planète possèdent autant que les 3,5 milliards les plus pauvres de cette même planète, il est grand temps de changer nos modes de vie (consommation) et notre rapport avec la nature (production agricole). Ceci afin d'éviter un désastre environnemental et social.

Voici ci-dessous, deux schémas explicatifs, afin de mieux comprendre ce qu'est l'agro-écologie et ce qu'est la réalité du capitalisme néo-libéral.

Schéma de la réalité du capitalisme néo-libéral

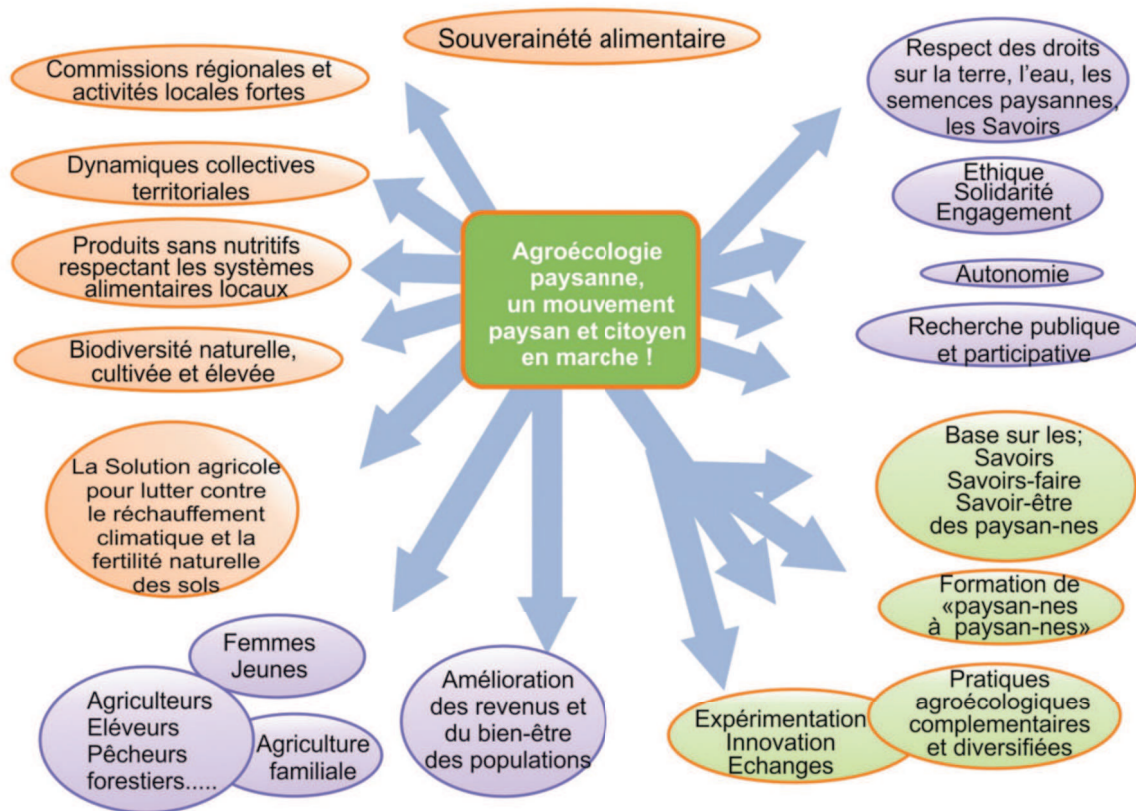
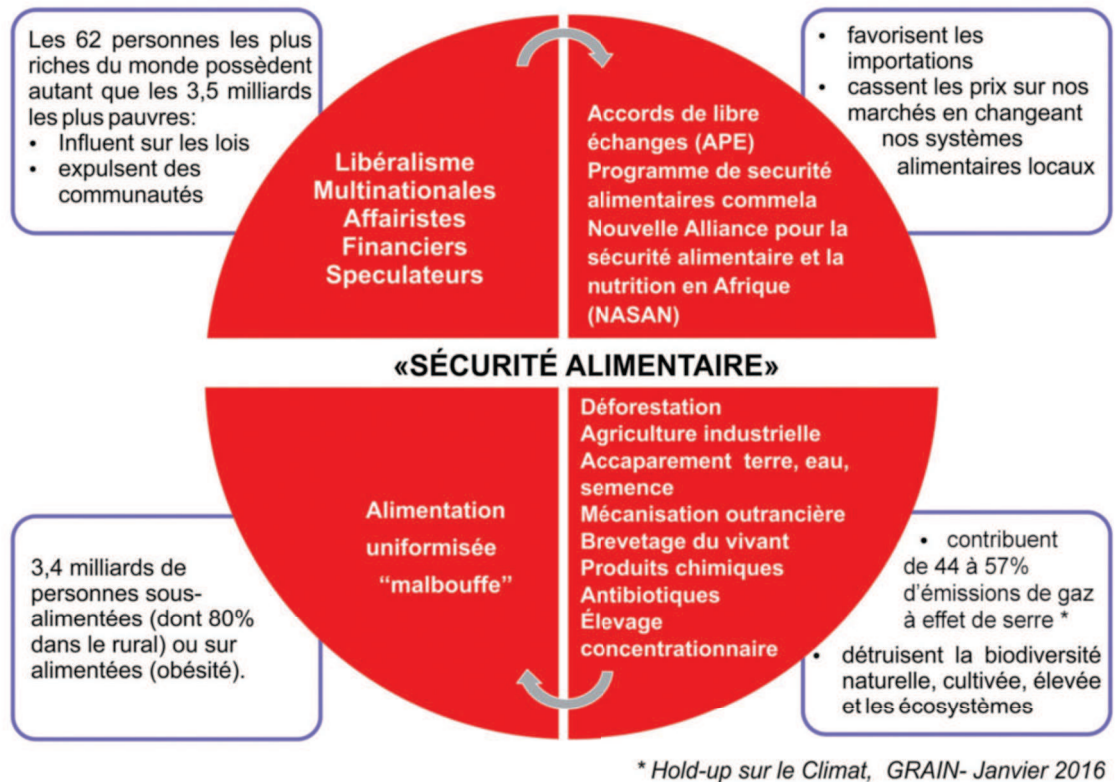


Schéma de l'Agroécologie

Et les décideurs planétaires s'obstinent dans leurs errements. En effet, Les budgets de la Banque mondiale et en particulier ceux de la Société Financière Internationale (SFI) consacrés à l'agrobusiness se sont fortement accrues : de moins de 500 million de dollars avant 2005, le budget de la SFI pour l'agrobusiness a bondi autour de 2 milliards en 2009- 2012, puis doublé en 2013 atteignant 4,4 milliards. L'estimation pour 2016 est d'atteindre 8 milliards de dollars.



En parallèle, le Traité international sur les Ressources Phytogénétiques pour l'Agriculture et l'Alimentation (TIRPAA), qui devrait permettre aux gouvernements de faire respecter nos droits, de reconnaître nos connaissances et favoriser le développement de la biodiversité dans les champs, est torpillée par l'industrie semencière. Ce traité veut maintenant organiser le vol de nos semences et de nos connaissances, complice qu'il est du programme Divseek, lequel analyse les séquences génétiques des ressources dans les banques de gènes, afin de les publier dans des bases de données électroniques. Ce programme n'a pas été créé pour nous, nous ne cultivons pas les séquences génétiques, ou les "mégabits", et nous n'avons pas besoin de cette information. Mais l'industrie sera en mesure de faire breveter toute "l'information génétique". Ces brevets vont nous empêcher de conserver la possibilité de faire pousser nos propres semences, ces semences mêmes que nous avons données gratuitement aux banques de gènes.

En clair, nous sommes confrontés à une poignée de malades qui nous manipule aux travers des médias, de la publicité et de politiciens qui sont sensés défendre nos intérêts.

Face à cela la résistance et l'insoumission est une question vital, tant d'un point de vu individuel, collectif et planétaire.

(Source : Via campesina.org)

Comment ça va bien coté jardin ?

Dans le jardin au mois de septembre ...

À récolter :

- amarante; artichauts ; aneth ; arroche ; aubergine ; baselle ; basilic ; betterave ; brocolis ; carottes ; carvi ; céleri branche ; céleri rave ; celtuce ; cerfeuil ; chicorée ; chou ; chou chinois ; chou fleur, rouge, rave, romanesco ; ciboule ; claytone ; concombres ; coriandre ; cornichon ; courge ; courgette ; cresson de jardin ; fenouil ; haricots ; laitue ; livèche ; maïs doux ; melon ; morelle de Balbis ; oignons jaunes ; oseille ; pastèque ; pâtisson ; persil ; persil tubéreux ; physalis ; piment ; poireaux ; blettes ; poire de terre ; poivron ; pommes de terre ; potimarron ; potiron ; pourpier ; radis ; roquette ; rutabaga ; tétragone ; tomate.

À semer en extérieur :

- Carvi ; cerfeuil ; chou ; chou fleur, Romanesco , rouge ; coriandre ; cresson de jardin ; épinard ; laitue ; mâche ; navet ; oignon blanc ; radis ; roquette.

À semer à l'abri :

- Brocolis.

À repiquer :

- brocolis ; chicoré ; chou ; chou chinois ; fenouil ; laitue.

Zoom sur les fleurs utiles au jardin :

- La bardane : fleurs roses, violettes

- La racine de bardane se consomme cuite. Elle s'accommode à la manière des salsifis, sautée ou en gratin. Les jeunes pousses peuvent se manger comme des asperges. Les feuilles se mangent en salade ou cuites. Le paillage à base de bardane broyée permettrait de lutter contre le mildiou. En effet, la bardane a la capacité de "concentrer" les ions de cuivre et peut donc être un bon fongicide.

- La Grande bardane est utilisée traditionnellement en tant que diurétique ou dépuratif sanguin, laxatif, dans le traitement des lithiases biliaires ou urinaires, et pour certaines affections musculo-squelettiques

- Semis : mars/avril/mai/juin.



Préparez votre sol :

Afin d'être prêt à planter vos futur plants au printemps prochain, il est nécessaire de préparer votre sol. Voici quelques conseils :

- coupez (et non arracher), vos plants de légumes qui sont en fin de vie et ne produisent plus. Laissez les racines dans le sol va permettre à l'eau de pluie de s'infiltrer plus facilement.

- laissez les déchets végétaux sur place. Ils vont servir de biomasse et de paillage. Cela limitera l'érosion, permettra de protéger la faune qui vit en surface et dans le sol. Et en se dégradant, ils vont nourrir la terre et la préparer à recevoir vos prochaines cultures.

- n'oubliez pas qu'il n'y a pas de « mauvaises herbes » ! Tout ce qui pousse dans votre jardin n'est pas là par hasard ou pour vous déranger. La nature fait bien les choses, chaque plantes à son utilité, même si vous n'en voyez pas l'intérêt. Coupez-les si vous voulez, mais ne les déracinez pas. En repoussant, elles serviront d'ombre et limiteront l'évaporation de l'eau ; elles protégeront vos cultures, fourniront refuge et/ou nourriture aux insectes, etc.

- préparez votre compost avec les déchets végétaux du jardin et ceux issus de votre cuisine.

Plantes utiles

Les courges Curcubita

Description :

Le terme courge désigne plusieurs espèces de plantes de la famille des cucurbitacées. Elles sont généralement cultivées pour leurs fruits comestibles mais aussi pour leurs graines oléagineuses. Les fruits ont la particularité de se conserver longtemps à maturité (six mois à un an dans un endroit frais et sec). La plante ressemble à la Calebasse (*L. siceraria*) et possède des « vrilles » qui lui permet de s'accrocher aux éléments environnants pour supporter ses fruits.



C. moschata butternut

Caractéristiques des principales espèces de courges :

Potiron (*Cucurbita maxima*) : feuilles à cinq lobes arrondis peu marqués et entières ; pédoncule du fruit cylindrique, épais, spongieux ; graines (20 à 30 mm) blanches ou ocres légèrement bombées, ovales, lisses.

Courge de siam (*C. ficifolia*) : feuilles à cinq lobes arrondis, aspect de feuilles de figuier ; pédoncule mince, anguleux ; graines noires, 15 à 20 mm graines noires.

Citrouille courgette (*C. pepo*) : feuilles profondément découpées et marbrées de blanc ; pédoncule anguleux à cinq côtes qui ne s'élargit pas au point d'insertion ; graines (7 à 20 mm) beiges et lisses.

Courge musquée (*C. moschata*) : feuilles entières, cordiformes, marbrées de blanc, veloutées ; pédoncule anguleux à cinq côtes nettement élargi au point d'insertion sur le fruit ; graines (10 à 12 mm) aplaties, ovales gris brun à ocre foncé pelliculeuses, marges fortement marquées et ondulées.

Courge cushaw (*C. argyrosperma*) : feuilles tacheté de blanc, légèrement trilobées, grandes, ovales, cordées, bords serrés ou dentés ; pédoncule épais et robuste ; graines (1,5 × 3,5 cm) blanc-grisâtres ou jaunâtres elliptiques, aplaties.

Utilisation :

Très légers en calories et concentrés en micronutriments, les courges peuvent se préparer de très nombreuses manières comme légume ou comme dessert : en soupe, en purée, en gratin, en tarte, en confiture... Riche en β carotène et très nutritionnelles, elles devraient être consommées régulièrement pour la prévention des cancers et des maladies cardiovasculaires. Consommer 150 gr par jour permet de couvrir la totalité des besoins en provitamines. Les graines se mangent crues, cuites ou germées.



C. moschata



C. maxima



C. pepo



C. ficifolia



Courge spaghetti

Culture :

La reproduction se fait par semis. La durée germinative est de quatre à cinq jours. La levée est complète après neuf jours. Sol : léger et riche ; les courges aiment pousser dans le compost ! Elles aiment l'eau et poussent très bien en bord de rivière.