

# Natur genéissen – Mir iesse regional, bio a fair

## NEWSLETTER 1/2019

### Chers lecteurs et lectrices,

Dans cette nouvelle newsletter relative au projet SICONA *Natur genéissen – Mir iesse regional, bio a fair*, vous découvrirez les manifestations du moment et d'autres informations utiles. Dans cette édition printanière, nous nous pencherons sur les mesures de protection de la nature chez nos partenaires, nous vous présenterons les offres de formation continue dans différentes communes et nous nous intéresserons de plus près aux légumineuses.

### Formation continue dans les nouvelles communes *Natur genéissen*

Dans le cadre du projet *Natur genéissen*, SICONA propose actuellement, en collaboration avec Jacqueline de la Gardelle (pédagogue diplômée), Michel Grevis (responsable du Centre SNJ Hollenfels – Éducation au développement durable) et Liz Mersch (diététicienne indépendante), une offre complète de formations continues dans les maisons relais pour enfants des communes de Bissen, Käerjeng, Mertzig, Grosbous, Vichten et Redange. L'une des priorités des formations données est de montrer aux participants comment familiariser les enfants avec la thématique du développement durable et leur enseigner un comportement de consommateur critique et, ce faisant, de leur faire découvrir les plaisirs de la cuisine et de la dégustation. Dans ce contexte, un atelier du goût a notamment été organisé par le SNJ. Ces formations portent également sur le déchiffrement correct des étiquettes et l'analyse critique des listes d'ingrédients. Un atelier de cuisine végétarienne a clôturé les rencontres, afin de faire découvrir

aux cuisiniers et éducateurs de nouvelles recettes et méthodes pour confectionner des plats végétariens.

### Pleins feux sur les vergers, une mesure de protection de la nature adoptée par les exploitations de qualité

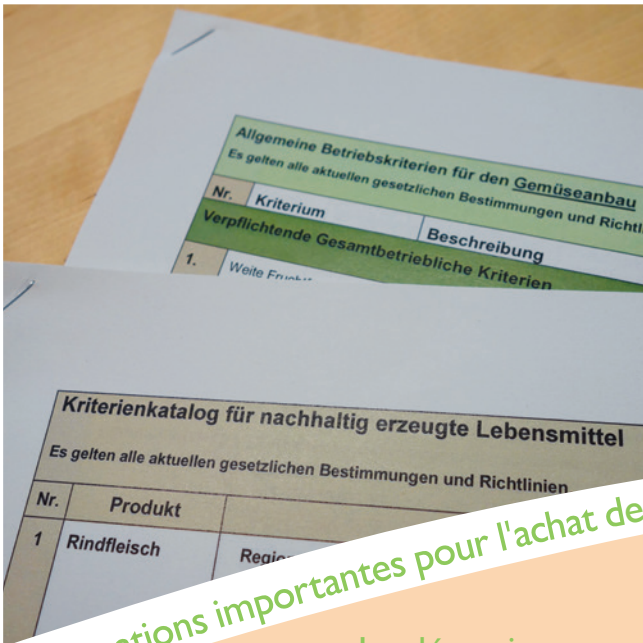


Afin de pouvoir prendre part au projet *Natur genéissen*, les exploitations agricoles doivent adopter certaines mesures de protection de la nature, dont par exemple la création d'un verger à haute tige. Lors de la mise en place d'un tel espace de vie, il faut respecter ce qui suit : Les arbres fruitiers à basse tige sont à exclure ; une hauteur minimale de tronc de 1,80 m est requise. Les plus vieux arbres fruitiers se prêtent à merveille à la nidification de certaines espèces d'oiseaux : pour la Chouette chevêche par exemple, les cavités d'arbres constituent un nid idéal. Par ailleurs, les fleurs des arbres fournissent du nectar aux abeilles et à d'autres insectes et leurs fruits représentent, entre autres, une source de nourriture pour différentes espèces d'oiseaux. Lors de la plantation de jeunes arbres, il est essentiel que l'agriculteur prévoie suffisamment d'espace pour leur développement. Il est aussi crucial qu'aucune substance synthétique ne soit utilisée contre les champignons et insectes.



## La création d'un label *Natur genéissen* au cœur des discussions du groupe de travail agriculture

*Natur genéissen* est destiné à devenir un label à part entière. À cet effet, le groupe de travail agriculture, faisant fonction d'organe consultatif tout au long de la labellisation, se réunit une fois par mois. Il se compose de représentants du Service d'économie rurale (SER), des *Jongbaueren a Jongwënzer*, de l'Administration des services techniques de l'agriculture (ASTA), du Ministère de l'Énergie et de l'Aménagement du territoire (MEA) et de l'Oekozer Pafendall, et traite de questions agricoles en lien avec le projet *Natur genéissen*. La thématique au centre des discussions actuelles est l'adaptation des critères d'exploitation agricole des producteurs du projet *Natur genéissen*. Cet ajustement est nécessaire pour ouvrir la voie à une labellisation réussie de *Natur genéissen*.



## Informations importantes pour l'achat de denrées alimentaires

### Les légumineuses – bien plus que de simples légumes

Pour les consommateurs, il n'est pas toujours facile de s'imaginer ce qui se cache sous le terme « légumineuses ». En réalité, il s'agit tout simplement des légumes secs classiques. Cette catégorie d'aliments réunit par exemple les lentilles, les haricots, mais également les pois, les pois chiches, ainsi que les arachides et le soja. Autrefois, les légumes secs étaient considérés comme la « nourriture du pauvre » ; aujourd'hui, ils ne cessent de regagner en popularité. Un succès justifié : les légumineuses sont particulièrement riches en protéines et apportent au corps une énergie précieuse. Dans une perspective d'alimentation durable et saine, il est recommandé de limiter sa consommation de viande ; cette réduction peut être facilement compensée par la consommation de légumineuses, qui permet de fournir suffisamment de fibres et de protéines au corps.

Les légumes secs peuvent être préparés de diverses manières : cuits, séchés, mixés – il y en a pour tous les goûts. On les retrouve tant dans la cuisine du Moyen-Orient que dans les cuisines mexicaine et italienne. En Europe, la majorité des légumineuses sont cultivées en France. Pour l'agriculteur ils enrichissent la terre avec de l'azote. La saison des pois se limite à l'été, mais la plupart des légumes secs se prêtent

## Informations générales et contacts

### Inscription au bulletin

Vous pouvez vous abonner gratuitement à notre newsletter en envoyant un petit courrier électronique mentionnant « commander la newsletter *Natur genéissen* » à [administration@sicona.lu](mailto:administration@sicona.lu) ou commander le bulletin en appelant le 26 30 36-25. Si vous voulez vous désabonner, il suffit d'envoyer un mail avec la mention « décommander la newsletter *Natur genéissen* ».

### Contacts

#### Naturschutzsyndikat SICONA

Julie Even  
Tél. : 26 30 36 - 52  
[julie.even@sicona.lu](mailto:julie.even@sicona.lu)  
[sicona.lu](http://sicona.lu)

#### Oekozer Pafendall

[emweltberodung@oeko.lu](mailto:emweltberodung@oeko.lu)  
Tél. : 43 90 30 - 22  
[oekozer.lu](http://oekozer.lu)



oekozer  
pafendall



Vous trouverez également des informations actuelles sur le projet *Natur genéissen* sur [f / SICONA](https://www.facebook.com/SICONA)

parfaitement au séchage, ce qui en fait des denrées disponibles toute l'année. Ils ne nécessitent qu'un trempage suffisant avant de pouvoir être cuisinés. Ce processus permet par ailleurs l'élimination des substances provoquant des ballonnements et rend les légumes secs d'autant plus digestes.

