



L'écho des criques

La lettre d'information de l'association des Amis de Sainte-Marie

MAIS **en mai, fais ce qu'il te plaît**



Vivement le mois de mai, donc !!

En attendant, domptons le confinement ; évitons la paralysie y compris mentale ! en bricolant, jardinant, lisant, en proposant aussi son aide.

Courses autorisées auprès de producteurs locaux (le maire de Pornic refuse pour l'instant de demander une dérogation à l'autorité préfectorale pour ouvrir les marchés ; cependant, la vente à la ferme reste autorisée, à condition de respecter les règles de distanciations sociales dans l'accès à l'étal).

Directement à la ferme, (même si la consigne gouvernementale est d'aller faire ses courses "*au plus près*") :

- outre **M Hachet**, cité plus loin :

- **Ferme des vieux copains** La Vinsonnière. Chaumes en Retz. mercredi 15 h à 19 h; samedi 9 à 13 h, tel. 07 81 76 45 69

Achats livrés : (sans doute préférables, cf la consigne évoquée plus haut)

- Par l'agriculteur Monsieur **Thierry Hachet**, producteurs de légumes 40 rue du pas de la haie à Arthon (Chaumes en Retz), qui vend habituellement fruits et légumes frais sur le marché; il peut livrer sur Ste-Marie des légumes et fruits à commander par sms au 06 08 41 63 64, le lundi ou le jeudi avant 18 heures, en indiquant votre nom, votre adresse et votre numéro de téléphone. M. Hachet viendra livrer le mercredi ou le samedi. Il vous contacte la veille par SMS pour indiquer son heure d'arrivée. Le règlement lors du retrait de notre commande se fait par chèque, espèces ou virement. Liste des légumes et des fruits vendus : - orange, clémentine, pomme, poire, banane bio, citron, - mâche, laitue, feuille de chêne, batavia, endive, pommes de terre nouvelles (charlotte, et pomme de terre pour frites), radis, asperge, carotte en vrac ou en botte, persil, ail, oignon, échalotte. Si d'autres commerçants nous contactaient, nous ne saurions manquer de vous en informer. Lors de la livraison, prière de respecter les distances préconisées.
- par l'épicerie traditionnelle du marché **Toufik BECHA** fruits et légumes tel. la veille de la commande au 06 51 72 21 35 pour livraison, mardi à Ste Marie

place du marché de 11h à 12 h ou vendredi sur la place de la terrasse à Pomic (panier de 30 € minimum de préférence).

Et toujours :

- La superette **SITIS** du centre bourg est ouverte de 8h30 à 13 heures du lundi au samedi et le dimanche de 8h30 à 12h45 , avec la gentillesse habituelle de ses gérants ,
- De même la **boulangerie** du centre bourg (sauf le mardi).

Par ailleurs, jusqu'au 30 avril, **les Retz'chauffeurs** peuvent faire les courses des personnes adhérentes à cette association et les livrer à leur domicile ; appeler la référente au 07 82 21 96 18.

Précautions après notre retour de courses alimentaires et divers, à la maison :

- laisser au sol pendant trois heures les packs , les conserves , le temps de la perte de force du virus potentiel déposé ;
 - se débarrasser des sur emballages carton ou plastique ;
- avant et après chacune de ces manip, se laver à nouveau les mains au savon.

Lectures et culture :

- la librairie "L'Encre bleue" de Pomic livre à domicile : yann.laigle@gmail.com 09 8642 3446
- e books et magazines gratuits accessibles sur internet (histoire, jardinage,...)
 - chemin-memoire39-45 pays de retz.e-monsite.com/ histoire de la Poche sud de Saint-Nazaire (déjà une période de confinement)
 - creapills.com/musee-monde-visite-virtuelle-internet-20200318, ou visiter des musées depuis son fauteuil.

Pour les enfants

- chasse aux trésors dans la maison : site Dynameet / formulaire de contact gratuits
- écrit et envoi ta BD d'aventures par mel à lapageenfants@ouest-france.fr

Cette liste n'a pas la prétention d'être exhaustive, mais elle peut encourager le partage d'autres suggestions de votre part sur le site ASM ... ou à communiquer à jm.hainigue@free.fr

Pour se souvenir du périmètre autorisé pour les déplacements brefs d'une heure par jour, dans un rayon maxi de 1 km autour du domicile hors sentiers côtiers, plages et fronts de mer interdits (5° case de l'auto-attestation de déplacement dérogatoire),une application consultable : <https-carte-sortie-confinements.fr>

Pour rappel, ces déplacements limités à un km de rayon sont indépendants des déplacements pour effectuer des achats de première nécessité qui incluent entre autres commerces et ventes à la ferme ,qui peuvent être de plusieurs kms selon l'offre locale.

Nous vous rappelons que chaque déplacement nécessite une attestation du modèle joint pour chaque personne, sur papier exclusivement

[Télécharger l'attestation](#)

Confinés, mais actifs

En cette période particulière, nous sommes tous dans nos jardins (qui seront magnifiques cette saison !!!) : tondeuses et tailles-haies sont au charbon ! mais les déchetteries sont inaccessibles, et de toutes façons fermées : que faisons-nous de nos déchets verts ? En effet, il n'est donc pas prévu de passage spécifique de collecte des déchets verts en porte à porte.

Voici quelques infos pour faciliter votre gestion des déchets verts pendant la période de confinement.

- Un tuto rapide sur le compostage* (la règle d'or c'est de mélanger les

matières humides et sèches à 50/50 en volume et à chaque apport).

- Une vidéo plutôt bien faite sur le broyage* à la tondeuse et le paillage. La plupart des végétaux du jardin peuvent être broyés à la tondeuse sans abîmer la lame.

Pour faire du mulching il faut normalement adapter sa tondeuse avec un kit mulching. On peut tout à fait utiliser sa tondeuse classique en relevant la hauteur de coupe à 6cm environ et en retirant le bac collecteur : on coupera moins de gazon, il sera expulsé directement du carter de coupe en fines particules, ce qui revient presque au mulching. Idéalement il faut tondre environ 1 fois par semaine et par temps sec, mais en ce moment, on a le temps ! Le gazon sera également plus résilient à la météo et moins envahi par les "indésirables".

- Enfin, une présentation de la technique de la lasagne* pour réutiliser différents déchets verts d'un seul coup et sans broyage.

Des guides ADEME sont disponibles pour vous conseiller sur cette gestion de vos déchets verts compostage / paillage, et Mon jardin Zéro Déchet.

[*Tuto compostage](#)

[*Tuto Broyage](#)

[*Tuto "Lasagne"](#)

Confinés, mais actifs... encore et encore !

L'Europe, comme ses voisins même lointains subit une crise sanitaire d'une ampleur inédite. Cette pandémie a et aura des conséquences sur plusieurs mois, aujourd'hui encore difficilement imaginables.

Avec pragmatisme et intelligence, les mesures barrières sont obligatoires pour notre survie et pour éviter une saturation immédiate des services de secours et de soins. Le confinement constitue pour chacun de nous, jeunes et anciens, un bouleversement du quotidien. Rester chez soi, dans sa sphère privée et limiter ses contacts avec autrui constituent une situation hors du commun.

La crise sanitaire et économique ne s'arrêtera pas à la fin de l'épidémie. Aujourd'hui, nous avons réappris à saluer le travail acharné des soignants et des services de secours, mais aussi les autres acteurs ordinaires du quotidien (les salariés des commerces alimentaires et des marchés, les livreurs de journaux, les facteurs, les personnels chargés de la propreté, ...etc.) dont l'importance est reprise en compte avec légitimité. Pensons déjà à l'avenir, ce doit être un objectif ensemble. A la fin du confinement, seront à surmonter de nouvelles phases : se réhabituer aux autres, reprendre confiance dans la situation sanitaire, retrouver de nouvelles marques dans son environnement de travail, en famille,...

En attendant, notre rôle en tant qu'Amis de Sainte-Marie sur mer est d'être solidaires, de garder sérénité et raison. Quelques repères à conserver, que l'on soit confiné seul ou à plusieurs :

1. contraster sa journée ; chaque jour, réaliser un truc ennuyeux que nous n'aimons pas (ranger ou faire à fond le ménage d'une pièce par ex.) et un truc agréable : rire d'une blague d'un ami, aider les enfants ou petits-enfants dans leur programme scolaire et leurs devoirs !

2. rythmer sa journée par un programme de son choix : de la toilette au jardinage, en passant par un film, de la gym ou de la marche (dans un rayon d'un km, en gardant une distance d'un mètre au moins avec tout autre personne) ; programmer ses courses deux fois par semaine.

3. bien manger et de préférence que du bon ; boire davantage d'eau que d'habitude, sans exclure tout autre nectar fourni aussi par Dame nature, mais avec modération.

4. prévoir la période d'après : imaginer ou même écrire ses projets (ses

vacances, le travail à rattrapper,...) ; programmer la reprise des retrouvailles avec les autres membres de la famille, les amis (et lesquels en priorité ?)
Bref, place à l'aventure.

Progrès et économies d'énergie



Est-ce vraiment un bon projet ?

En effet, afin d'encourager la production énergétique de proximité et raccourcir les distances entre le lieu de production et les lieux de consommation, un programme d'installation d'une centrale flottante de panneaux photovoltaïques est en cours sur la Baie de Bourgneuf. Il s'agit d'une première sur l'Atlantique. Son caractère expérimental ne pouvait souffrir du retard d'une saison complète, qui aurait pu remettre en cause le projet dans sa totalité. Malgré l'absence de concertation avec les différents usagers de la baie, les premiers renseignements dont nous disposons font apparaître deux zones de pêche préservées, l'une suivant le littoral, la seconde s'écartant à la fois de la ferme solaire et du chenal de navigation. A noter que la fermeture des sentiers côtiers pendant quelques semaines offrira l'avantage d'une plus grande reproduction des espèces autres qu'halieutiques.

Sans doute est recherchée une autonomie énergétique du territoire, aidée par un souci d'économies post-crise.

Notre cinéma...



Comme l'ensemble des salles culturelles en France, le cinéma associatif Saint-Joseph suspend l'accueil du public au moins jusqu'au 15 avril, date actuellement prévue par le gouvernement.

Nous vous invitons à partir de cette date à consulter le site de l'association

Saint-Joseph afin de connaître sa nouvelle programmation de films pour les semaines suivantes.

Le cinéma St-Joseph a l'avantage d'être une salle de proximité, en plein centre bourg, totalement gérée par des bénévoles. Sa position géographique est un atout de taille au service des cinéphiles, grands et petits. **Notre fréquentation en assure la pérennité** encore pour de longues années.

Ciné St Joseph

Le saviez-vous ?

Jusqu'en 1789, PORNIC s'écrivait Portnid ! Cela pourrait venir du fait que le port à sec à marée basse, aurait ressemblé à un nid. (Tiré de « l'Album illustré de Pornic, paru en 1893)

PS : reconnaissez-vous cette plage ci-dessous ?



Bien cordialement à chacune et à chacun ! Ca n'est qu'ensemble que nous nous en sortirons.

*Jean-Marc Hainigue
et votre Conseil d'administration*

© 2019 ASM

Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur ASM.

[Se désinscrire](#)

Envoyé par
 **sendinblue**

Mauris commodo massa tortor, u [sit amet.consectetur adipiscing](#) Nunc fermentum neque quam, sodales eleifend elit imperdiet vitae. Aliquam id euismod nulla. Suspendisse imperdiet, sem et sollicitudin egestas, uma nunc auctor massa, vulputate pharetra mi odio nec tortor. Ut ultricies massa viverra quis.