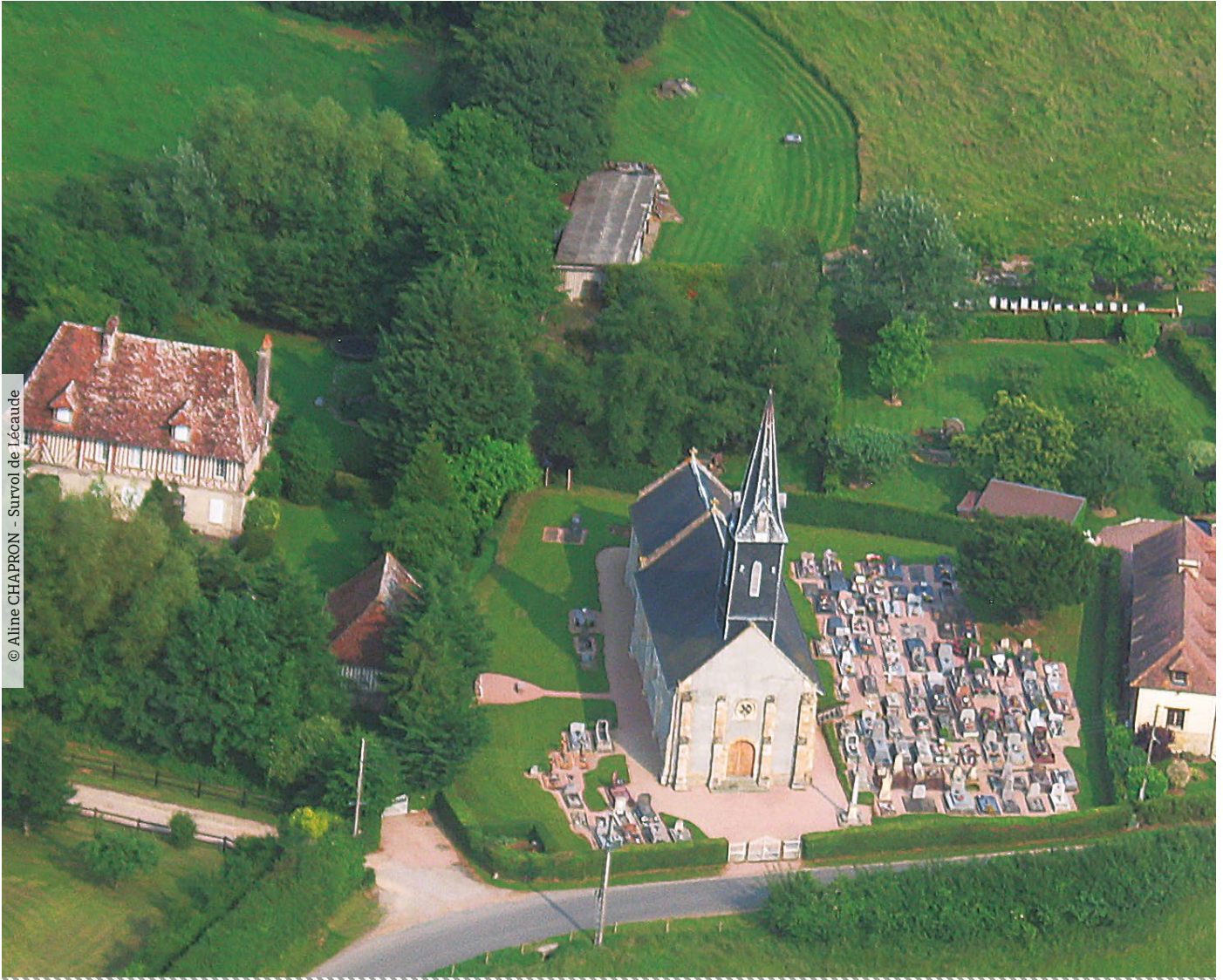




LES CHEMINS N°3 DE LÉCAUDE JANVIER 2018

LE P'TIT JOURNAL DE L'ASSOCIATION



© Aline CHAPRON - Survol de Lécaude

À DÉCOUVRIR À L'INTÉRIEUR



VOTRE PROCHAINE RANDO

Des moments de partage et de découverte de votre région



LA FLORE

Un nouveau regard sur la campagne



HALLOWEEN

Les enfants de Lécaude à l'assaut des monstres



06 77 99 41 48



lescheminsdelecaude@gmail.com

DES MONSTRES À LÉCAUDE !



MARDI 31 OCTOBRE 2017 À LÉCAUDE QUELQUE CHOSE D'ÉTRANGE S'EST PASSÉ...

A la nuit tombée, tous les enfants du village se sont donnés rendez vous sur la place de la mairie direction l'atelier de loisir créatif : fabrication d'un petit fantôme qui faisait drôlement peur mais qui était très joli ! C'est ensuite qu'une chose étrange s'est passée...

Les enfants sont partis se promener dans le village suivre un chemin illuminé de petites bougies qui étaient disposées à différents endroits.

A chaque fois qu'il y avait une bougie il fallait découvrir des bonbons au risque d'être surpris par de vilains monstres cachés qui faisaient terriblement peur !!! Cette promenade à travers le village était terrifiante mais remplie de surprises.

A la fin tous les monstres, vampires, sorcières... se sont retrouvés autour d'un verre à la ferme afin de partager leurs émotions et leurs frayeurs.

Tout le monde est reparti ravis de cette chasse aux bonbons et aux monstres, encore une occasion de partager de bons souvenirs ! **Aelys, 11 ans** ●

2018



La randonnée spéciale Halloween aura lieu le 31 octobre 2018 avec un atelier créatif avant, et encore de belles surprises pour vos enfants et petits enfants. Venez nombreux et déguisés, les enfants adorent...



(URTICA DIOICA)

Elle est connue de tous et chacun connaît son pouvoir urticant ! Mais connaissez-vous tous les secrets de l'ORTIE ? Utilisée autrefois comme fibre textile, amie au jardin pour dynamiser les plantes, amie des animaux qui en raffolent une fois séchée, elle combat aussi l'arthrose, l'ostéoporose, la chute des cheveux et bien d'autres maux. Aujourd'hui je vous propose de la déguster grâce à cette délicieuse recette. Et si elle se défend lors de la cueillette, frottez la peau avec des feuilles de plantain ou d'oseille, le soulagement est immédiat !

SOUPE D'ORTIE

INGRÉDIENTS

Ortie urticante : quantité nécessaire pour remplir un faitout (4.5 l). Choisir uniquement les jeunes pousses (4 à 6 feuilles). Eviter les plantes en graines, trop fibreuses. Récolter loin des routes afin d'éviter toute pollution. Couper aux ciseaux (gants nécessaires pour les peaux sensibles !)

Pommes de terre : 400 g (quantité à ajuster en fonction de la texture souhaitée)

Sel de Guérande

1 jaune d'œuf

Crème fraîche : 2 CS

RECETTE

- ▶ Rincer les feuilles d'ortie à l'eau claire.
- ▶ Les égoutter (elles ne piquent presque plus) et les faire fondre dans un faitout avec un peu d'eau au fond.
- ▶ Quand elles ont bien réduit de volume, ajouter les pommes de terre coupées en dés, couvrir d'eau, ajouter ½ cc de sel.
- ▶ Laisser cuire à petits bouillons une vingtaine de minutes, le temps aux pommes de terre de devenir fondantes.
- ▶ Puis mixer pour conférer à la soupe une fine texture.
- ▶ Dans un petit pot, battre la crème fraîche et le jaune d'œuf.
- ▶ Ajouter 10 cl de soupe et mélanger.
- ▶ Ajouter la liaison à l'œuf directement dans la soupe une fois servie

LE FRELON ASIATIQUE

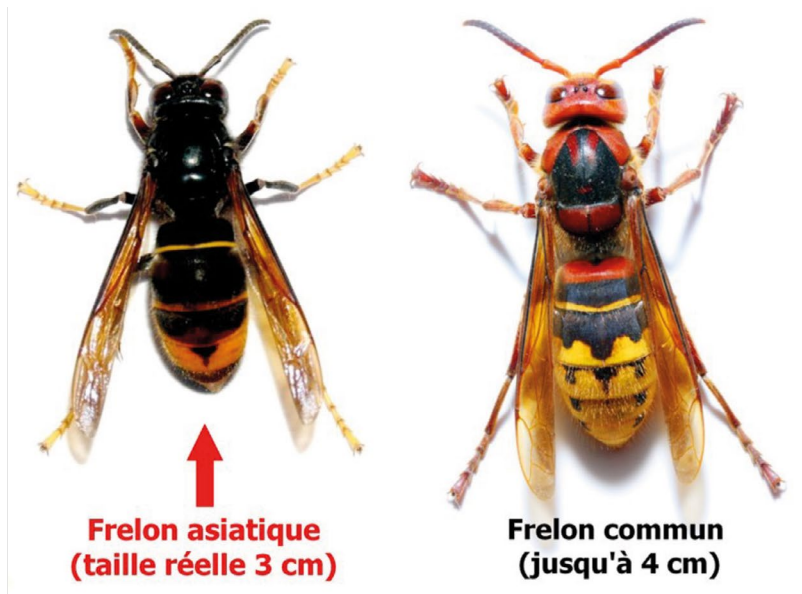
QUI EST-IL ?

Le frelon asiatique ou frelon à pattes jaunes est originaire d'Asie. Animal social, il vit dans un nid construit au fil de l'année. Chaque nid peut abriter 2000 frelons et... plus de 500 fondatrices pouvant chacune nidifier et créer une nouvelle colonie si elles sont fécondées. Pour le différencier de son cousin le frelon d'Europe, on peut observer deux points. La taille tout d'abord. L'« asiatique » est légèrement plus petit que l'« européen » mais surtout ses pattes sont jaunes (d'où son deuxième nom). Présent dans le département depuis 2011, il ne cesse de coloniser de nouveaux territoires.



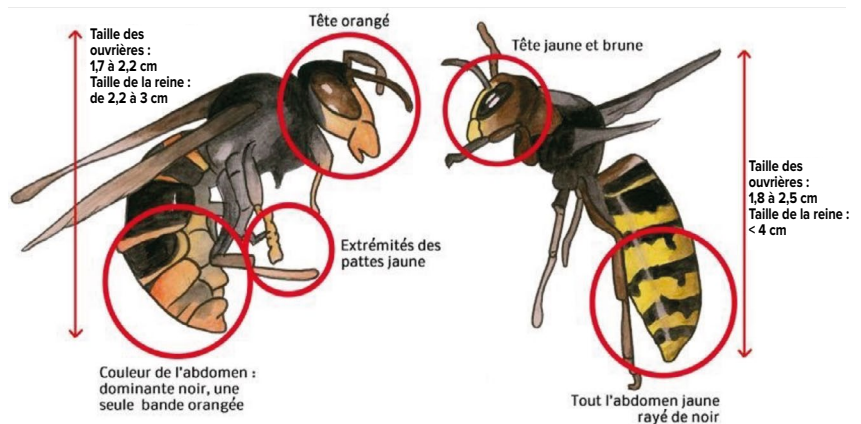
COMMENT RECONNAITRE UN NID ?

Le nid ou « guêpier », fait de fibres de cellulose mâchée comme chez la majorité des guêpes, peut atteindre un mètre de haut et 80 cm de diamètre. Ce frelon étant opportuniste, son nid est retrouvé aussi bien dans des habitations que sur du mobilier urbain. Construit au printemps, il est aérien, le plus souvent situé dans des arbres à plusieurs mètres de hauteur, quelquefois au ras du sol, sous une charpente ou dans des cheminées. Il est généralement de forme sphérique et possède un orifice de sortie latéral. Il est abandonné pendant l'hiver.



Frelon asiatique (taille réelle 3 cm)

Frelon commun (jusqu'à 4 cm)



Frelon asiatique

Frelon européen

EN QUOI EST-IL GÉNANT ?

Le frelon pose un premier problème car il consomme beaucoup de protéines. Pour nourrir ses larves, il capture la majorité des différents insectes (mouches, guêpes, abeilles, chenilles, etc.) situés autour de son nid. Il a donc un très fort impact sur son environnement. Les adultes eux ne se nourrissent que de fruits et de nectar. Deuxième problème, avec autant de fondatrices dans un nid, son développement est exponentiel. Ces deux raisons justifient sa qualification d'espèce invasive. C'est pourquoi il fait l'objet d'un PLAN DEPARTEMENTAL DE LUTTE COLLECTIVE.

QUOI FAIRE ?

Dans le cadre de ce plan de lutte, la destruction du frelon asiatique est prise en charge par la commune de Mézidon Vallée d'Auge. **Donc si vous détectez un nid, appelez la mairie : 02 31 20 01 96** Mentionnez bien où se trouve le nid. Inutile d'appeler les pompiers. Ne tentez pas de détruire le nid au risque de vous voir attaqué. La mairie missionnera un professionnel pour tuer les insectes sans coût à votre charge. Le nid ne sera pas enlevé mais puisqu'il n'est pas réutilisé l'année suivante cela ne pose pas de problème.

POUR PLUS D'INFORMATIONS

Site du Muséum National d'Histoire Naturelle <http://inpn.mnhn>.
Site de la FREDON <https://www.fredonbassenormandie.fr/frelon-asiatique/>



AGENDA



7/14
AVRIL
2018

**2 JOURNÉES
DE NETTOYAGE**
des chemins
Lécaude

17
JUIN
2018

RANDONNÉE
marche, à cheval
et VTT et repas
à l'arrivée
Lécaude

SEPT.
2018

RANDONNÉE
Dans un village
alentour

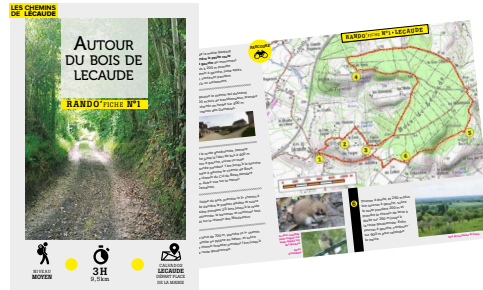
31
OCT.
2018

HALLOWEEN
pour les enfants
Lécaude

RETROSPECTIVE 2017

SORTIE RANDONNÉE À PIED, À VTT, À CHEVAL

Le 18 juin 2017, l'association a organisé une sortie de 10 kms sur les chemins de Lécaude. Plus de 60 personnes y ont participé, dont 4 vététistes et 5 cavaliers. Il y avait même un poney pour les enfants qui ont beaucoup apprécié. La randonnée s'est terminée par un joyeux apéritif offert par l'association et un pique-nique pris en commun, une très bonne ambiance sous un soleil magnifique.



FICHE RANDONNÉE

Notre première **RANDO'1** est accessible. Ce circuit de randonnée de 10 km a été balisé par l'association. **Participation : 1 €**

LES RENDEZ-VOUS 2018



NETTOYAGE DES CHEMINS

Deux journées « nettoyage des chemins » sont prévues cette année, le 7 et 14 avril avec l'aide de l'association Codever. Nous avons prévu de nettoyer deux nouvelles portions de chemins actuellement impraticables. Si vous souhaitez participer au nettoyage, vous serez les bienvenus.

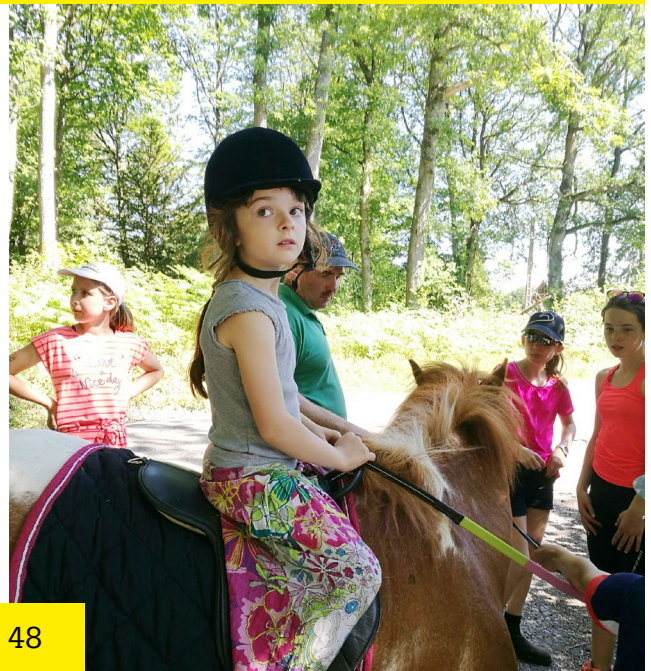


PROCHAINES RANDONNÉES

Comme l'an passé, nous organiserons une randonnée à pied, à VTT, à cheval, le 17 juin 2018 avec un apéro offert par l'association et un pique-nique ou barbecue en commun à l'arrivée.

Une deuxième randonnée aura lieu à l'automne, dans un village alentour, afin de découvrir les chemins de nos voisins.

Nous vous communiquerons la date ultérieurement par un petit flyer dans vos boîtes à lettres.



lescheminsdelecaude@gmail.com



06 77 99 41 48

HOBBY À LÉCAUDE



LA RÉALISATION DE VITRAUX Pour réaliser des vitraux, deux méthodes existent. Le vitrail au plomb et le vitrail Tiffany. Le vitrail Tiffany, du nom de son inventeur, diffère de la méthode traditionnelle uniquement par son mode d'assemblage : les morceaux de verre sont maintenus par un réseau en cuivre étamé et non en plomb. En effet, la méthode consiste à poser tout autour des pièces de verre un fin ruban de cuivre adhésif que l'on rabat de chaque côté. Les pièces sont ensuite soudées entre elles avec un fer à souder et de l'étain. Je pratique ces deux méthodes et je vous propose de les découvrir dans mon atelier. Bien sûr, je ne suis pas professionnelle et je ne suis pas toujours disponible... N'hésitez pas à m'envoyer un mail et je vous proposerai une démonstration. **Sylvie Chesnel**
15 chemin des Demaines à Lécaude • sylviechesnel@orange.fr

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

À vous tous, bénévoles et adhérents de notre association, citoyens de Lécaude, je vous souhaite

**UNE BELLE
ANNÉE 2018.**

Nathalie Truffaut

