

Fabriquons notre papier recyclé

Mardi 7 avril, Muriel de Laval Agglo nous a proposé de fabriquer du papier recyclé.

Pour cela, il nous faut des feuilles déjà utilisées, on peut y mettre des feuilles colorées aussi. Dans une grande bassine, on déchire les feuilles, on rajoute de l'eau tiède, on mixe.

Puis, à l'aide d'un tamis et d'un cadre que l'on plonge dans la préparation, on va venir piéger les bouts de papiers. A près un temps de séchage, on obtient du papier !

La technique permet de réutiliser des papiers pour du loisir créatif type scrapbooking, des faire-part. On peut y mettre des choses naturelles comme des petites graines ou des fleurs séchées. Et c'est une activité qui nous a détendu !



Activités à venir

Séché environnement



On continue sur notre lancée écologie-réduction des déchets ! Une visite de l'entreprise Séché environnement est organisée par Laval agglo.

Il reste des places, inscrivez-vous !

Visite prévue le mardi 26 mai. RDV à 8h30 sur le parking relai OCTROI (route de Fougères).



“Comme un poisson dans l'eau”

Vous souhaitez vaincre vos appréhensions, découvrir le plaisir d'être dans l'eau, être plus à l'aise en piscine ? Alors ce projet est fait pour vous ! Accompagnés par Mehdi, éducateur sportif, à St Nicolas, les 22,29 mai, 5 et 12 juin à 10h30.

Les devinettes du mois

Je n'ai pas de racine mais fais pousser la vie
je n'ai pas de voix mais j'annonce le retour des beaux jours
je suis invisible mais tout le monde me ressent
et sans moi le printemps ne serait pas vraiment là
Qui suis-je?

Réponse : le vent

Je me lève sans jambe et me couche sans dormir
Je réchauffe la terre sans jamais fatiguer
On ne peut pas me regarder trop longtemps
Mais sans moi la vie serait impossible

Réponse: le soleil

Les news

d' A la
CROISÉE
Espace de découvertes
et d'initiatives

N°4 AVRIL 2026

❖ Recettes anti gaspi: les fanes des radis

❖ Visite de l'atelier de Laurent Vignais

❖ La vie en rose

❖ Fabriquons notre papier recyclé

❖ Activités à venir

❖ Les blagues du mois

Bonne lecture...

Recettes anti gaspi: les fanes des radis

2 recettes testées et approuvées ! Quand on achète une botte de radis, on jette souvent les fanes. Pourtant, elles se mangent. On vous propose d'utiliser votre botte entièrement : vous pouvez utiliser la moitié des fanes pour le beurre et le reste pour le velouté.

Pour le beurre de fânes:

100 g de beurre doux
1 botte de fanes de radis
1 C.à café de fleur de sel
Du persil



1.Sortir le beurre 10 min avant pour qu'il soit à température ambiante.

2.Rincer les fânes de radis et le persil. Bien les sécher dans un torchon, il ne faut plus qu'il y ait d'eau. Enlever les tiges.

3.Dans un petit hachoir ou mixeur, mettre le beurre coupé en cubes, les fanes de radis, le persil et la fleur de sel. Mixer jusqu'à l'obtention d'une texture onctueuse. Le beurre doit devenir "pommade".

4.Récupérer le beurre avec une spatule et le mettre dans un récipient. Filmer au contact et mettre au frigo jusqu'à utilisation. Nous vous conseillons de ne pas le réaliser trop à l'avance.

Pour le velouté aux fanes:

pour 4 personnes:



1 oignon | poivre et sel
30g de beurre | un cube de bouillon de volaille
4 pommes de terre | 4 C à soupe de crème fraîche

1.Peler et émincer l'oignon. Eplucher les pommes de terre et les couper en rondelles. Laver les fanes de radis.

2.Dans une cocotte, faire fondre le beurre. Y faire revenir l'oignon. Ajouter les pommes de terre et les fanes de radis. Faire revenir l'ensemble 5 min.

3.Ajouter le bouillon. Laisser cuire 20 mn à couvert.

4.Ajouter au dernier moment la crème et mixer l'ensemble. C'est prêt !

Visite de l'atelier de Laurent Vignais



Dans le cadre du projet proposé à tous les EDI sur les bienfaits de la création artistique sur la santé mentale de la Mayenne. Nous avons eu l'occasion de visiter l'atelier de Laurent Vignais. Un moment hors du temps qui nous a permis de découvrir l'univers de Laurent et quelques unes de ses créations. Merci à lui !

La vie en rose

Parce qu'on n'échappe pas au stress et à nos émotions, parce que c'est parfois complexe de comprendre ce qui nous traverse et qu'en vieillissant les stratégies habituelles peuvent être bousculées, quelques personnes ont pu bénéficier d'un programme de prévention autour des émotions avec l'association Promotion santé. Sur six ateliers, le groupe a pu explorer la joie, la peur, la tristesse, la colère et leurs nuances. L'occasion de renforcer nos stratégies pour les réguler et d'en tester d'autres !

A vos marques, pâtissez !



Une fois par mois, les mardis après-midis Maryvonne nous propose un délicieux moment de partage autour de la pâtisserie. Au menu, découverte d'une recette: crumble aux pommes, cheesecake, bûche façon tiramisu, cannelés, gâteau à l'ananas, à la patate douce... C'est agréable de cuisiner ensemble, découvrir des recettes et bénéficier des conseils de Maryvonne. Cela nous permet aussi d'apprendre des techniques de base en pâtisserie. La crème pâtissière n'aura bientôt plus de secrets pour nous !

A la fin de la préparation, on déguste avec le groupe notre préparation et échangeons sur nos impressions. Quel savoureux moment !

Six places sont disponibles par ateliers, l'inscription est à 1€.