

## Groupe Incroyables Comestibles

Semer, arroser, récolter... tout cela continue dans notre vallée.

Parti d'Angleterre en 2008, le mouvement des incroyables comestibles (IC) s'étend toujours plus : près de 500 villes dans 25 pays !

Cette initiative citoyenne repose sur le constat que la nature, dans sa générosité, crée de l'abondance pour tous à travers la reproduction et la multiplication des végétaux de saison en saison.

Dans tous les villages de la vallée, dans les écoles, au collège et au lycée, nos jeunes réapprennent à planter, cultiver et partager grâce aux cultures et bacs installés en lien avec VMT. Ils redécouvrent le rythme des saisons et développent le goût des choses simples et essentielles.

Certes ces quelques plantations ne nourriront pas les habitants pour le moment, mais ils favorisent l'observation, la persévérance,

**le plaisir de travailler ensemble**, tout en réfléchissant à notre alimentation, à sa production et à sa réelle qualité.

**Réunion chaque 2<sup>ème</sup> vendredi du mois de 17h à 19h en salle 60.**

Voir aussi [www.incredible-edible.info](http://www.incredible-edible.info)



## Groupe agri

La question agricole est très complexe et nous sommes évidemment très loin, dans notre vallée, de tendre vers l'autonomie alimentaire.

Pour autant, nous pouvons **valoriser nos atouts** :

\* **favoriser les circuits courts** en mettant en lien agriculteurs et consommateurs,  
\* **réactiver des pratiques anciennes qui ont du sens** (ré-apprendre à faucher son herbe à la faux plutôt qu'à la tondeuse par exemple),

\* faire en sorte que tous les fruits produits dans nos nombreux vergers puissent être récoltés... **Rencontre tous les 3<sup>èmes</sup> lundis du mois à 20h15 en salle 60**

D'autres informations sur notre site : <http://munstertransition.org/blog/category/consommer-local/>

## Groupe Mobilité

Le groupe **mobilité** travaille actuellement sur deux sujets principaux :



**le vélo et l'autostop.**

**Le vélo** est, pour plusieurs de nos membres, un moyen essentiel de déplacement. Les itinéraires cyclables de notre vallée, qui ont été pensés à des fins de loisir, nécessitent des aménagements pour être pratiques et sûrs.

Nous souhaitons en 2015 aboutir à de réelles avancées dans ce domaine, notamment en partenariat avec la ville de Munster. Venez participer à notre atelier : « Mobilité vélo au quotidien » le 1<sup>er</sup> novembre .

Et vous avez probablement entendu parler de notre initiative

**transistop** développée avec le soutien du Parc Naturel Régional des Ballons des Vosges, et qui est en train de se diffuser dans les vallées voisines. Le principe est simple : des automobilistes qui veulent bien prendre des autostoppeurs, et des personnes qui veulent bien se déplacer en stop, s'inscrivent gratuitement chez nous et affichent un logo qui leur permet de se reconnaître. Le but de cette initiative est que le stop devienne dans notre vallée un moyen tout à fait naturel de se déplacer ! Pour connaître les 20 lieux partenaires où vous pouvez vous inscrire ou pour nous contacter, rendez-vous sur notre site : [munstertransition.org/transistop/](http://munstertransition.org/transistop/).

**Réunion tous les 3<sup>èmes</sup> vendredis du mois de 17h à 19h en salle 60**

## Groupes Recyclerie

Ce groupe, rejoint par des représentants de différentes associations caritatives locales, étudie la possibilité d'ouvrir **une recyclerie à Munster**. C'est un lieu où vous pourrez venir déposer volontairement et gratuitement des objets qui sont en bon état et qui peuvent encore servir : meubles, petit-électroménager, vélos, outils... Ces objets seront ensuite remis en vente à petits prix.

L'objectif est de donner une seconde vie aux objets en permettant à chacun de s'équiper "malin" tout en faisant baisser le volume de déchets.

Nous espérons créer un ou des postes pour gérer cette recyclerie et assurer des petites réparations. La structure sera au démarrage gérée par des bénévoles de nos associations.

Nous recherchons actuellement un bâtiment qui pourrait convenir et dont le loyer serait modéré. Avis à toutes les bonnes volontés intéressées par ce projet :

**les réunions ont lieu tous les 1<sup>ers</sup> vendredis du mois de 19h à 21h salle 60.**

Nous contacter : <http://munstertransition.org/contact/>.

## Groupe cohésion

Le groupe cohésion assure la fonction de **gestion de l'association**.

C'est l'espace de parole qui permet de faire circuler l'information entre les groupes et de construire la stratégie associative.

Nous y traitons les affaires courantes administratives et organisationnelles de l'association, ainsi que ce qui relève de la cohérence éthique.

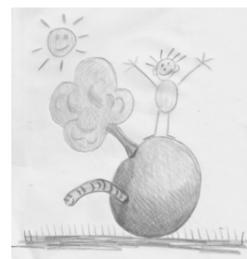
**Toutes les décisions sont prises de manière collégiale, par consentement.**

## Groupe philo

Pour « agir en homme de pensée, et penser en homme d'action », selon le mot d'Henri Bergson, il est important de **prendre le temps de la réflexion, de structurer sa pensée**. C'est donc tout naturellement qu'est apparu le souhait de partager des « apéros-philo », qui sont animés par un professeur de philosophie et un philosophe libéral.

Certaines rencontres coïncident avec les soirées-débats organisées au cinéma de Munster par l'association Vidéoal, selon les possibilités offertes par la programmation.

La périodicité des ateliers est variable : consulter le site [www.munstertransition.org](http://www.munstertransition.org), où ils sont systématiquement annoncés.



## Groupe Education

Durant l'année écoulée, le groupe a pris le temps de la réflexion sur :

**Qu'est-ce qu'éduquer ?**

\* Pour y répondre, nous vous proposons une projection du documentaire « Alphabet » et une conférence avec André Stern sur le thème « d'une éducation joyeuse ».

\* Nous proposons aussi un forum des enfants, en parallèle du forum Natur'envie pour les adultes, que nous voulons créatif et participatif (parents et enfants) et porteur des valeurs de la transition.

\* Un autre projet d'accompagnement à la parentalité, en partenariat avec le Reaap est mené actuellement grâce à la poésie.

\* Un projet possible, consisterait en une journée, voire une semaine sans télévision et sans écran, afin que les familles vivent, entre autre, des moments de jeux et d'échanges.

**Réunion chaque 4<sup>ème</sup> lundi du mois à 20h15. Pour connaître le lieu**

**consulter l'agenda de notre site : <http://munstertransition.org/agenda-2->**

## Groupe Fiesta

Joie et convivialité étant les maîtres-mots de la Transition,

ce groupe se charge de proposer des moments de détente et de fête.

Trois « **goguettes** » ont ainsi eu lieu cette année, le plus souvent en plein air ; ces rencontres permettent à chaque participant qui le souhaite, de partager, selon son envie, un jeu, une lecture, un chant, une danse, un air de musique, une lecture, ....

Nous avons également expérimenté le principe de « **maison ouverte** » : deux familles membres ont ainsi accueilli les personnes intéressées pour des ateliers d'aiguilles et de musique.

La **fête du vélo** a été agrémentée d'un bal folk emmené par le groupe « Au Gré des Vents ». Le terrain de boules s'est fait scène avec le Big Band de VMT et un groupe de musique d'inspiration mexicaine, le temps d'une **fête de la musique**.

Le groupe Fiesta se propose de doter VMT d'une carriole festive et musicale, qui pourrait nous accompagner joyeusement dans nos prochaines manifestations. Avis aux intéressés : le groupe Fiesta se réunit **le deuxième lundi du mois de 20h30 à 22h00 dans la salle 60.**

## Groupe Santé

Le groupe Santé de VMT s'est fixé pour objectif de sensibiliser le public à l'alimentation et à la santé naturelle pour apporter **bien-être et vitalité dans la vie quotidienne**.

Ce groupe, ouvert à tous, organise des conférences avec des professionnels de santé, des ateliers de cuisine santé, des sorties nature.

**Il se réunit le 2<sup>ème</sup> mardi de chaque mois** (voir tél ou mail ci dessous pour le lieu).

Bienvenue à toutes et à tous ; nous contacter :

Soit par tél : 06 48 10 82 55 auprès de Martine CHARBONNEL

Soit par mail : [francoiserichon@yahoo.fr](mailto:francoiserichon@yahoo.fr)



## Groupe Cuisine

En attendant d'accéder à une cuisine équipée pour l'organisation de nos ateliers, nous avons exploré quelques pistes végétariennes, comme celle des pâtés végétaux que certains ont peut-être dégusté au stand VMT de la fête de la musique. Ils nous ont séduit par leur variété et leur simplicité. Pour vos apéritifs ,vos tartines, n'hésitez pas à confectionner vos propres pâtés végétaux. C'est facile, pas cher et surtout très sain.

### Une recette de Marie-Claude : un pâté cru

(à consommer rapidement)

Hachez très finement environ 150 g de légumes crus en mélange (carotte, céleri, fenouil, côtes de chou, livèche, persil etc.... selon la saison et les réserves de votre réfrigérateur)

Ajoutez y si vous le souhaitez de l'oignon légèrement cuit (eau ou huile) et de l'ail, puis une bonne cuillère à soupe de purée d'amandes **ou** ½ avocat mixé avec du citron et une cuillerée d'huile d'olive

1 cuillère à café de graines de lin et une cuillère à soupe de graines de tournesol , une cuillère à soupe de graines germées au choix.

Mixez le tout plus ou moins finement selon votre goût et ajoutez sel, poivre ou épices à votre convenance .

Dégustez soit sur de très fines rondelles de chou-rave , de betterave ou de radis blanc crus , soit sur un bon pain .

Vous pourrez ensuite inventer vos propres mélanges.



## Forum citoyen Croquons la vie ! De la terre à l'assiette !

### Le projet « croque la vie à pleine dents »

En 2012, un projet autour de la notion de développement durable, concernant les écoles maternelles et primaires, le collège F. Hartmann et le lycée F. Kirschleger de Munster a pris racine.

De multiples actions, pédagogiques et concrètes ont eu lieu pendant 2 ans. En dresser la liste ressemble à un inventaire à la Prévert : spectacles de théâtre, de poésie, de chants, livres pour enfants, contes racontés par les lycéens aux maternelles, activités artistiques, plantation d'arbres fruitiers, fabrication d'hôtels à insectes, de cartables plantés, de bacs de légumes et plantes diverses, ...etc.

Soutenu par le Parc des Ballons des Vosges, le dispositif « A l'école du développement durable », la Mairie de Munster, la Communauté de Communes, le Département du Haut-Rhin, l'Association des Arboriculteurs de Munster, « Potager En Vie », la Maison du Fromage, la Maison Albert Schweitzer et l'Ecole de Musique, le projet s'est inspiré du mouvement des Incroyables Comestibles.

A la Sainte Catherine 2013, une vingtaine d'arbres fruitiers ont été plantés dans la vallée et à Munster en particulier.

Les élèves des écoles élémentaires et maternelles accompagnés par les lycéens et l'association des arboriculteurs ont œuvré ensemble pour laisser aux générations futures les fruits d'une abondance partagée.

Ce projet est la preuve qu'on peut vivre la transition, à l'échelle locale, avec de nombreux acteurs de la vallée.

C'était aussi faire notre les paroles d'Albert Schweitzer :  
« Je suis vie qui veut vivre entouré de vie qui veut vivre ».  
*La civilisation et l'éthique*, 1976



### Vendredi 31 octobre 2014

14h30 Ouverture du forum et présentation par les Lycéens du projet scolaire : Croque la vie à pleines dents

14h45 - 15h45 : Conférence de l'association des Croqueurs de pommes

« Apfelmisser » de Ribeauvillé

16h00 - 17h30 : 4 ateliers : peindre en musique, s'exprimer en théâtre d'impro, élever des arbres à partir de graines et presser des pommes

18h00 - 19h50 : Film d'André Stern : "Alphabet" (au cinéma ; 3,50€)

20h00 - 21h : Repas partagé à dominante "pommes" : à apporter

21h00 - 23h : Grande goguette où tous ceux qui le souhaitent peuvent partager quelque chose : un chant, une musique, un conte, une lecture, ...

### Samedi 1er novembre 2014

9h45 - 11h15 : Conférence de André Stern : pour une Education joyeuse

11h30 - 13h00 : 3 ateliers : le vélo au quotidien, réflexions / échanges sur habiter le temps, et théâtre d'impro

13h00 - 14h15 : Restauration sur place : crudités et riz

14h30 - 16h00 : Table ronde : quelle agriculture bio sur notre territoire en transition ?

16h30 - 18h00 : Table ronde avec Danielle Tripod : vivre heureux, toute une histoire d'amour de Soi

16h30 - 18h00 : Table ronde avec la « NEF » : Pour une banque éthique

16h30 - 18h00 : Envie de simplicité : mouvement, lectures, partage

16h30 - 18h00 : Atelier d'initiation à la réparation de vélo

19h00 - 20h 30 : Restauration sur place : tartes flambées

21h00 - 0h00 : Danser ensemble Au Gré des Vents : bal folk pour tous, débutants ou initiés

### Dimanche 2 novembre 2014

9h45 - 11h15 : Conférence –débat du philosophe Arno Münster, sur le renouveau de l'écologie politique et les perspectives de l'écocapitalisme ; en partenariat avec les Amis du Monde Diplomatique

11h30 - 13h00 : 3 ateliers : permaculture, gestion des émotions et danse et fabriquer des allume-feux

13h00 - 14h15 : Restauration sur place avec Cuit Lu Cru

14h30 - 16h00 : Conférence avec Marion Kaplan : l'intestin, notre premier cerveau ?  
Quelle alimentation pour notre santé ?

Salle des fêtes de Munster ; entrée gratuite

Le programme détaillé se trouve sur notre site : [www.munstertransition.org](http://www.munstertransition.org)

# Trans'Actions

Présentation des actions menées par l'association  
Vallée de Munster en Transition

### Edito

Après douze mois de travail, de rencontres, d'échanges, de réflexions, de joies, de partages, d'étonnements, d'ouvertures à l'autre ... nous sommes de retour dans votre boîte aux lettres...

ICI ET MAINTENANT :

Ici, dans notre vallée, et maintenant, chacun peut être pleinement citoyen, "faire sa part", participer à l'émergence d'une société plus juste et plus fraternelle, tout en tenant compte des réalités économiques, sociales, énergétiques et climatiques. Dans cette perspective,

**L'ASSOCIATION VALLEE DE MUNSTER EN TRANSITION**

mène de front la réflexion et l'action.

Au niveau individuel, chacun est responsable des actes qu'il pose et de ceux qu'il ne pose pas. Chacun de nous peut faire évoluer ses comportements. « *Le monde est dangereux à vivre, non pas tant à cause de ceux qui font le mal mais à cause de ceux qui regardent et laissent faire.* » Albert Einstein

Au niveau collectif, travailler en coopération est dynamisant, génère de l'inventivité, du bien-être, de l'enthousiasme et de la joie. Il s'agit de découvrir ce que les autres m'apportent, ce que je peux apporter aux autres, pour le bien de la collectivité.



La transition est dans l'air du temps, même dans notre vallée, et la construction d'un autre monde est en marche.

L'économiste Jérémy Rifkin voit l'émergence d'un nouveau modèle économique qu'il appelle « l'économie de partage »...

Ainsi VMT, créée en 2012, compte aujourd'hui 150 membres et vous pourrez découvrir dans ce journal les quelques pistes de réflexions et d'actions portées par ses groupes.

Notre prochaine assemblée plénière, ouverte à tous, se tiendra à Munster le 5 décembre 2015 à 20h30 au premier étage de la salle de la Laub.

Et vous êtes tous très chaleureusement conviés à venir participer à notre

**FORUM CITOYEN NATURE EN VIE,**

qui aura lieu **du 31 octobre au 2 novembre 2014**

à la salle des Fêtes de Munster avec comme thème cette année :

**Croquons la vie ! De la terre à l'assiette !**

N'hésitez pas à nous rejoindre, vos énergies positives nous enrichiront.

Fabienne, François et Jean-Marc pour l'équipe "journal" de VMT

Réalisation : Vallée de Munster en Transition

Illustrations : VMT, Cyrielle Kannemacher

ISSN : dépôt octobre 2013