



Bulletin 0125

Arbo Nature- Foyer St Gall

15 rue des Carrières - 68350 Didenheim

Président : Francis Lichtlé
Tél : 06.04.45.66.73
Secrétariat : Christine Lichtlé
Tél : 06.32.88.20.57
Trésorier : Isa Gerrler
Tél : 06.42.33.94.84

Chers membres,

Notre association fêtera ses 50 ans en 2026 !



Si elle est toujours aussi dynamique aujourd'hui, c'est grâce à tous les bénévoles qui, depuis un demi-siècle, se sont succédés avec passion, courage et dévouement au service de l'arboriculture familiale.

Les temps n'ont jamais été simples, et ils le sont encore moins aujourd'hui, à l'heure où les réseaux sociaux et l'intelligence artificielle semblent pouvoir répondre à toutes nos questions. Pourtant, rien ne remplacera jamais le contact direct avec vous tous — celui que nous avons à cœur de préserver et de renforcer à travers nos démonstrations de taille et de greffage, notre marché aux végétaux, l'activité de notre station de jus, nos commandes groupées d'arbres fruitiers et nos formations.

Nous continuerons à vous encourager à planter des arbres fruitiers, à suivre nos formations et à profiter de notre station de transformation des pommes en jus.

Mais pour poursuivre toutes ces activités et permettre à Arbo Nature de souffler encore bien d'autres bougies, nous avons besoin de nouveaux bénévoles. Des idées nous en avons plein les branches, mais pour les concrétiser, nous devons pouvoir compter sur une équipe solide, motivée et engagée. Alors, n'hésitez pas à nous rejoindre et à prendre contact avec nous !

Enfin, un grand merci pour votre soutien fidèle, que nous vous invitons à renouveler avant la fin décembre.

Merci aussi à tous les bénévoles qui ont contribué à la réussite de nos activités tout au long de cette année.

Que cette fin d'année vous soit paisible, et que la nouvelle vous apporte joie et bonheur.

Francis LICHTLE
Président

Le thé aux oignons

Connaissez-vous ce vieux remède antigrippe de Germaine Cousin-Zermatten ?

1.5 litre d'eau, 6 oignons, 1 poignée de baies de genièvre, 2 pointes de couteau de muscade râpée, 4 feuilles de laurier, 10 clous de girofle, 5 bâtons de cannelle, du miel et 6 citrons.

Cuire dans l'eau les oignons coupés en 6, avec ou sans pelure, à feu doux pendant 25 minutes avec les épices. Filtrez, ajoutez le jus des citrons.

Versez dans un thermos et boire tout au long de la journée. Sucrez chaque tasse avec un peu de miel. A prendre au début d'une grippe ou en prévention en cas d'épidémie.

Katia BAUR



LE MOT DE LA TRESORIERE

Chers membres,

Cette année encore, l'appel à cotisation représente un grand défi pour notre association. Vous avez été très nombreux à nous soutenir l'an passé, et nous espérons pouvoir compter à nouveau sur votre engagement et votre fidélité.

Afin de faciliter l'organisation, nous transmettrons à la Fédération des Arboriculteurs la liste complète de nos adhérents avant la fin de l'année. Cela permettra d'assurer l'envoi de la revue « Fruits et Abeilles » dès le mois de janvier.

Nous vous serions reconnaissants de bien vouloir renouveler votre adhésion avant le 31 décembre et de nous informer d'une éventuelle résiliation de votre abonnement à la revue avant le 10 décembre.

C'est aussi pour vous l'occasion de vous acquitter de cette formalité avant les fêtes et de commencer la nouvelle année l'esprit léger !

Votre mobilisation nous permet chaque année d'investir dans de beaux projets et de faire rayonner notre association. En 2025, nous avons notamment consacré une partie de nos ressources à la maintenance de la station de jus de pommes, ainsi qu'à l'achat de matériel pour les démonstrations de pressage. Grâce à cet équipement, nous pouvons répondre positivement à de nombreuses sollicitations — que ce soit dans les écoles ou lors d'animations locales — et faire découvrir aux plus jeunes (et aux moins jeunes !) les richesses du verger. Quel plaisir de voir l'émerveillement dans les yeux des apprentis arboriculteurs en herbe !

Un grand merci à toutes celles et ceux qui participent activement à la vie financière et associative de notre groupe. Votre soutien et vos efforts sont essentiels au bon fonctionnement et à la vitalité de notre association.

Isa GERRER

Trésorière

COTISATION 2026

Règlement possible par CHEQUE, VIREMENT ou ESPECES

Merci de faire parvenir votre **CHEQUE** libellé à l'ordre d'ARBO NATURE à Isa GERRER 16, rue Reichenstein 68100 MULHOUSE. Le coupon ci-dessous n'est à transmettre que si des données sont à modifier.

Le règlement est également possible par **VIREMENT BANCAIRE** en précisant vos nom et prénom dans le libellé et en nous informant par mail d'éventuels changements dans vos coordonnées :

ARBO NATURE MULHOUSE ET ENVIRONS

CREDIT MUTUEL UNIVERSITE

IBAN FR76 1027 8030 2800 0312 8684 504

BIC CMCIFR2A

Mme/Mr

Adresse

CP Ville

Téléphone Portable

Date de naissance / /

Adresse mail

☐ Cotisation 2026 avec la revue Fruits et Abeilles : individuelle 31€ - Pour un couple 46€

☐ Cotisation 2026 sans la revue Fruits et Abeilles : individuelle 23€ - Pour un couple 38€



La station de jus de pommes, un lieu de rencontre, de partage et de passion !

La station de jus de pommes est bien plus qu'un simple lieu de production, c'est un espace d'échanges, de rires et de convivialité.

Cela fait maintenant la quatrième saison que je viens en tant que bénévole à la station, et 2 ans que j'en assure la gestion avec le soutien de toute l'équipe.

C'est un rôle demandant mais passionnant, et les retours enthousiastes de nos "clients", ainsi que la bonne humeur et l'entraide des bénévoles, me remplissent de satisfaction.



Un immense MERCI à tous les bénévoles pour votre engagement sans faille, votre bonne humeur et votre énergie communicative. Grâce à vous, la station vit, se développe et fait découvrir à tant de personnes le plaisir du pressage et du partage.

Une belle saison 2025 !

La saison 2025 touche bientôt à sa fin. Ce n'aura pas été une année record en litres de jus, mais nous pouvons être fiers du travail accompli et de la belle dynamique collective qui perdure. Cette belle énergie a permis d'intégrer de nouveaux bénévoles, une richesse précieuse pour la vie de la station et de l'association.

En plus du pressage pour les particuliers, nous avons eu le plaisir d'accueillir plusieurs écoles. Ces moments d'échange sont toujours riches : voir les enfants découvrir le pressage et goûter leur premier jus tout frais reste un instant magique.

À tous ceux qui ont découvert cette année les plaisirs du pressage : merci pour votre participation ! Nous espérons vous revoir encore plus nombreux l'année prochaine !

Appel à bénévoles !

Vous avez un peu de temps, de l'énergie et l'envie de rejoindre notre équipe ? N'hésitez pas à nous le faire savoir ! Que vous soyez disponible régulièrement ou ponctuellement, votre aide sera précieuse. Toute l'équipe de la Station sera ravie de vous accueillir et de partager avec vous la belle aventure du jus de pommes !

Bien amicalement

Isa Gerrer

06 42 33 94 84

isagerrer@gmail.com



Nouvelles activités pour les plus jeunes !

Notre association a récemment acquis, mi-septembre, le matériel nécessaire à l'organisation de démonstrations de pressage itinérantes, accompagné de tous les accessoires indispensables (bacs, rallonge électrique, tuyau d'eau, verseurs, passoire, etc.). Ce dispositif est destiné à être déplacé dans les écoles et autres établissements afin de sensibiliser les jeunes au vrai goût et aux savoir-faire liés au verger.



En moins d'un mois, et sans aucune publicité :

- nous nous sommes déplacés dans 4 écoles,
- nous avons accueilli 3 écoles pour la visite de notre station,
- nous avons fait découvrir notre verger à 2 écoles.

Le succès et l'enthousiasme des enseignants comme des élèves étaient au rendez-vous. Les intervenants conservent eux aussi un excellent souvenir de ces moments d'échanges riches et stimulants.

Cette expérience nous conforte pleinement dans notre démarche et nous encourage à poursuivre dans cette voie.

De nouveaux contacts sont déjà pris pour la saison à venir, qui s'annonce particulièrement dynamique.

Si cette activité de sensibilisation et de transmission vous intéresse, n'hésitez pas à rejoindre notre équipe de pédagogues engagés.



Francis LICHTLE

Dans le sol il n'y a pas de vie !

Combien de fois entendons-nous cette bêtise, encore et encore proclamée haut et fort !

Si les taupes et les vers de terre sont bien connus pour leur vie souterraine, ils sont loin d'être les seuls occupants d'un sol vivant !

Dans un sol forestier, sous un seul de nos pas, il y a plus de 7 millions de bestioles ! 😊

Véritable repère des petites bêtes, les invertébrés y règnent en maîtres : insectes, acariens, mollusques, mille-pattes, araignées, pseudo-scorpions, cloportes, vers...et beaucoup d'autres êtres vivants comme les protozoaires et les bactéries.

Tous ces êtres vivants ont des rôles indispensables à la bonne santé des sols, qu'ils labourent, aèrent, humidifient, fertilisent, nettoient, nourrissent etc.

Prendre soin du sol, c'est prendre soin de nous car tout débute ici !

Katia BAUR



L'aloe vera, une “plante médecin” au jardin

Alors que les cultures d'Aloe vera ou Aloès se multiplie en France, découvrons un peu plus cette succulente médicinale bien utile !



“Quatre végétaux sont indispensables à la vie de l'homme : le blé, la vigne, l'olivier et l'aloès. Le premier te nourrit, le second te réjouit, le troisième t'harmonise et le quatrième te guérit.” - Christophe Colomb

L'Aloe vera est une plante arbustive, charnue et succulente (adaptée aux milieux arides) mesurant jusqu'à 80 centimètres de haut. Elle a tendance à former des touffes, voire des colonies. Les racines sont peu profondes et la tige courte. Les feuilles sont persistantes, érigées, lisses, de forme linéaire à lancéolée et de couleur vert pâle à vert glauque tacheté de blanc. L'extrémité est pointue tandis que les marges sont dentelées et dotées d'épines tendres. Les feuilles contiennent une abondante pulpe gélatineuse translucide et blanchâtre, constituée de 98 à 99% d'eau, protégée des herbivores par une couche externe fibreuse et amère. Les nombreuses fleurs sont groupées en grappes allongées portées par de longs pédoncules apparaissant entre les feuilles. Les fleurs, jaunes à rouges, sont tubulaires et pendantes. Son origine est incertaine mais depuis l'Antiquité en Mésopotamie, dans l'Égypte antique et dans la Grèce Antique, l'aloès est utilisé dans les médecines traditionnelles. Par rouissage, il donne des fibres textiles utilisées au Maroc sous le nom de soie végétale.

Coupure, blessure, brûlure, éraflure, gerçure, ampoule :

Lavez la plaie avec de l'eau et un savon liquide à l'aloès avant de l'enduire de gel d'Aloès. Laissez la blessure respirer quelques instants à l'air.

En prévention des ampoules, appliquez une crème d'Aloe vera ou du gel pur d'Aloe frais.

Si l'ampoule est éclatée, nettoyez soigneusement avant de l'enduire de gel. Laissez respirer quelques instants à l'air libre et couvrir avec un pansement pour ampoule.

En cas de gerçure, enduire délicatement les parties gercées avec un stick ou pommade à l'Aloe vera.

En cas d'affections de la peau (eczémas, mycoses) :

Frictionnez plusieurs fois par jour les parties sensibles avec du gel d'Aloe vera stabilisé.

Les propriétés de l'aloès sont souveraines dans l'hygiène buccale :

Pour maintenir des dents et des gencives saines, se protéger du tartre et des caries, rien ne vaut des bains de bouche quotidiens à l'aloès et l'usage d'un dentifrice à base d'aloé vera.

Pour soigner les saignements de gencives ou des muqueuses de la bouche : frottez délicatement vos gencives avec une brosse douce et un mélange de pulpe d'aloès et de miel.

Petite astuce pour les sportifs :

Congelez de la pulpe d'aloé vera dans un petit contenant. En cas de foulure, entorse, lumbago, luxation, tendinite... Utilisez ce glaçon comme “poche de froid” sur l'endroit douloureux. Enduisez ensuite la partie enflée de gel d'aloès.

Katia BAUR



A vos agendas 2026

Sauf avis contraire, toutes nos manifestations se tiennent aux **Associations Saint-Gall**
15, rue des carrières – Didenheim (en face de la pharmacie)
Contact Francis Lichtlé : 06.04.45.66.73 ou arbonature@neuf.fr

Samedi 21 février 14h00	Démonstration de taille d'hiver au verger école du Foyer Saint-Gall à Didenheim
Samedi 21 mars 9h00	Journée de démonstration de greffage sur table au Foyer Saint-Gall à Didenheim (Salle du sous-sol en cas de pluie) – Début à 9h00
Dimanche 29 mars	Bourse aux greffons à Ungersheim – Journée, horaires communiqués ultérieurement
Dimanche 19 avril 9h30	Assemblée Générale de l'association / 50ème anniversaire
Samedi 25 avril 8h00 à 12h00	Marché aux végétaux et produits du terroir au Foyer Saint-Gall à Didenheim
Samedi 13 juin 14h00	Démonstration de taille d'été au verger-école du Foyer Saint-Gall à Didenheim
Septembre	Participation à la fête des rues de Brunstatt-Didenheim toute la journée (Date à venir)

**Toute activité complémentaire sera annoncée par mail et via
notre site internet <https://www.arbo-nature.fr/>**

**Tous les premiers lundis du mois, de 8h30 à 11h30, matinées de travail au verger-école
du foyer Saint-Gall. Ce RDV est confirmé chaque mois par l'envoi d'un mail !**

**Pour la bonne organisation de la pause, pensez à vous annoncer par retour de mail,
la veille au maximum.**