

# LE COIN DE LA PAUSE

**BULLETIN QUOTIDIEN POUR RESTER EN LIEN MAIS AUSSI TESTER, CREER, LIRE...**

## La nature est belle !

Pourquoi ne pas profiter de cette immobilisation forcée pour observer ou écouter la nature de proximité, apprendre à mieux la connaître, en parler et même la protéger ?!

A cet effet, la LPO (Ligue de Protection des Oiseaux) a entrepris de proposer une sélection d'activités à faire chez soi, sur un balcon ou dans un jardin, seul ou en famille, et ce autant que durera cette période de confinement .

Participez à l'opération de comptage : « **Confinés mais aux aguets** » lancée en collaboration avec le Muséum national d'histoire naturelle. Cette vaste opération de sciences participatives consiste à recenser les oiseaux les plus communs autour de chez soi.

Alors, rendez vous sur le site de la LPO.



## Les pâquerettes soignent

On retrouve largement la Pâquerette en France et son utilisation en médecine traditionnelle est reconnue pour soulager des hématomes, agir sur l'inflammation de plaies ou bien sur des rhumatismes.

Nous vous proposons une petite recette pour fabriquer vous-même votre **Macérât Huileux de Pâquerette**.



## Du papier à base de graines

Réalisez un papier-graines avec des graines de fleurs ou d'aromates ! Une manière de vous connecter à la nature, même de chez soi.

Pour cela vous aurez seulement besoin de : papier, d'eau, boîte d'œufs et petites graines.

