



UNE IDÉE

FAIRE SON SEL À LA MAISON TOUTE L'ANNÉE ! QUELLE DRÔLE D'IDÉE !
C'EST POSSIBLE ET LUDIQUE. IL SUFFIT DE FAIRE UN MARAIS... (HEZ SOI !



Photos : Jean marie Loué

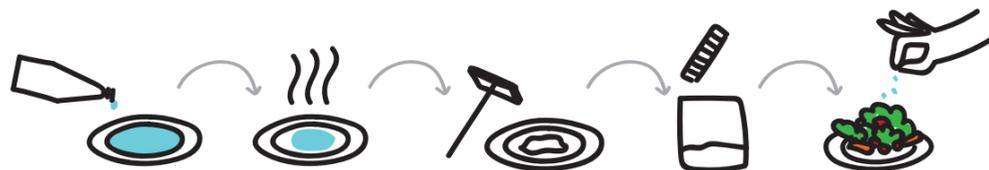
UNE RECETTE

Dans une assiette, verser 5 cl d'eau de mer reconstituée et saturée en sel, issu des marais salants de Noirmoutier.

En quelques heures, le sel apparaît sous forme de cristaux qui donneront bientôt un sel de grande qualité, idéal pour assaisonner plats et salades estivales.

Pour les enfants c'est magique. Pour les parents c'est environnemental, et pour toute la famille c'est un geste qui sensibilise à l'accompagnement des personnes polyhandicapées et de leurs aidants familiaux.

METTEZ UN PEU DE SEL DANS VOTRE VIE ET DANS CELLES DES AUTRES !



UNE ASSOCIATION

Des bénévoles sont mobilisés pour développer « Do it your'sel ».

Pour accompagner le polyhandicap et les aidants familiaux

Soutenir et former gratuitement les aidants familiaux.

[Je me forme pour rester en forme](#)

« L'aidant familial, accompagne de façon permanente la vie d'un enfant ou d'un adulte polyhandicapé, pour toutes les actions dont celui-ci est dépendant.

Il l'accompagne pour manger, se laver, se soigner, sortir, s'endormir, pour toutes les activités journalières. Pour lui, c'est une dépendance physique et psychologique qui pèse, mais qui est incontournable dans un quotidien extrêmement fragile pour apaiser la personne polyhandicapée et créer une communion indispensable avec elle. Son impératif, être présent et rester en forme. »

« DO IT YOUR'SEL » VEUT S'INSCRIRE DANS LE PLAN NATIONAL POLYHANDICAP.

UN PARTENAIRE

[Aquarelle.com](#) soutient « Do it your'sel » pour le lancement du projet et la fabrication des 1200 premiers coffrets.

« Jean Chéneau qui est à l'origine de ce projet original pour soutenir le polyhandicap et en particulier le syndrome de Rett, a été pendant de longues années un collaborateur d'Aquarelle.com. C'est grâce à lui que nous nous sommes intéressés à cette belle cause et nous participons bien volontiers à la réalisation du coffret. »

AQUARELLE
COLLECTIONS DE BOUQUETS



Photos : Coralie Bouillot

« LOUISE EST LA SŒUR JUMELLE D'ALICE ATTEINTE D'UN SYNDROME DE RETT, UN POLYHANDICAP ÉVOLUTIF D'ORIGINE GÉNÉTIQUE. ELLE A VOULU PAR (ET EXPOSÉ METTRE SON GRAIN DE SEL POUR ACCOMPAGNER LES PERSONNES POLYHANDICAPÉES ET LES AIDANTS FAMILIAUX. »

L'HISTOIRE DES MARAIS SALANTS

Dans l'Antiquité les premiers marais salants ont été construits par les Etrusques, les Phéniciens et les Grecs. Les Romains ont créé ceux que nous connaissons aujourd'hui.

Au Moyen-âge, le sel était très important à la conservation des aliments car il permettait de conserver la viande et le poisson plus de six mois.

La gabelle était une taxe sur le sel en France. Elle est arrêtée à la révolution française et définitivement supprimée en 1945.

De nos jours, le sel sert à la nourriture (assaisonnement), au tourisme (visite des marais) et à l'écologie (entretien des marais).

LOCALISATION DES MARAIS SALANTS

Les marais salants se trouvent à côté d'une mer salée. En France, on en trouve sur la côte Atlantique et sur la côte Méditerranéenne.

La flore typique des marais salants est adaptée aux éléments des bords de mer. Il y a la salicorne, l'obinium et le zostère qui est une petite algue verte.

La faune est surtout constituée d'oiseaux, aigrettes, échassiers, avocettes, hérons, hiboux et de rongeurs, ragondins.

LA RÉCOLTE DU SEL

Quatre conditions sont primordiales pour qu'un marais salant produise du sel.

- Être en bordure de mer.
- Être au-dessous du niveau de la mer.
- Le climat doit être favorable.
- Le sol doit être argileux donc imperméable.

Le climat doit être favorable pour que l'eau s'évapore et que le sel apparaisse au fond des œillets (bassin de récolte), il a besoin de soleil et de vent. La pluie fera disparaître le sel.

La fleur de sel est récoltée à l'aide de la lousse à la surface de l'eau. Le gros sel est récolté à l'aide de l'ételle au fond de l'eau.

Un saunier est un agriculteur qui recueille le sel. C'est un travail saisonnier, il travaille environ 3 mois à la préparation du marais salant et 4 mois à la récolte de juin à septembre. A Guérande, on les nomme les paludiers.

L'eau de mer arrive par un étier avec une teneur en sel de 30gr de sel par litre d'eau. Puis tout le long du circuit, avec la conjugaison du vent et du soleil, l'eau s'évapore et se concentre de plus en plus pour arriver à une teneur en sel de 250gr de sel par litre d'eau.

Arrivé à cette concentration (250gr de sel par litre d'eau) la cristallisation apparaît et la production de sel commence.

LES DIFFÉRENTES SORTES DE SEL

Le gros sel aussi appelé sel gris, se cristallise au fond de l'œillet puis on le récolte. Il s'égouttera toute la nuit sur le tesselier avant d'être transporté à la brouette et stocké.

La fleur de sel est un sel naturellement fin et blanc qui se cristallise à la surface de l'eau en fin d'après midi, sous la forme d'une fine couche de glace. Cette fleur de sel, très humide, sera ensuite étendue au soleil sur les tables en bois afin qu'elle sèche. On l'appelle aussi l'or blanc.



"METTRE SON GRAIN DE SEL"

Do it your'sel©2016 - www.doityourself.fr - Mail : contact@doityourself.fr
Facebook : www.facebook.com/DoItYourSel.fr - Twitter : @DoItYourSel85

