



**Défi du mois :** Éteignez votre moteur lorsque vous ne roulez pas.

Coup de coeur  Boire l'eau du robinet.

Maux de coeur  Utiliser des lingettes jetables.



C'est un moteur de recherche internet qui offre la même expérience de navigation que n'importe quel autre moteur de recherche. La seule différence, c'est qu'il utilise les bénéfices générés par vos recherches pour **planter des arbres** là où le besoin se fait le plus sentir. <https://www.ecosia.org/>

### Végane, mais pas plate !

Jessie et PH sont des personnalités que nous avons découvertes grâce à une télé-réalité québécoise. Ils nous proposent une épicerie végane d'une semaine pour 50 \$ et nous montrent les plats qu'ils ont cuisinés. Ils font également des capsules culinaires particulièrement inspirantes et des vidéos sur le véganisme 101.

Consultez leur chaîne YouTube: Végane, mais pas plate ! : [http://bit.ly/VÉGANISME\\_101](http://bit.ly/VÉGANISME_101)



### Végane VS Végétalien

Le **chef végane** Jean-Philippe Cyr nous explique la nuance entre ces deux termes. Visionnez son entrevue accordée à TLMEP ici. [https://www.youtube.com/watch?v=Q\\_SleLLRti0](https://www.youtube.com/watch?v=Q_SleLLRti0).

Allez voir aussi son épicerie de base végane <https://www.youtube.com/watch?v=XtEwXPLiwql>.

Surtout, allez voir ses sublimes recettes sur <https://www.lacuisinedejeanphilippe.com/>

★ **Bibliothèque Marcel-Dugas**

Disponible à votre bibliothèque municipale

