

# Aider les oiseaux en hiver

L'hiver est là ! Comme vous avez pu le constater le froid, le gel et la neige sont bien là. L'arrivée du froid limite les déplacements des oiseaux et rend l'accès aux ressources difficile voire impossible pour certains d'entre-eux. Certains oiseaux qui se nourrissent exclusivement d'insectes préfèrent donc partir vers d'autres territoires afin de continuer à trouver de la nourriture. C'est le cas par exemple des hirondelles et des martinets, qui migrent en Afrique dès lors que l'automne arrive. D'autres espèces d'oiseaux comme les mésanges, et le pinson ont un régime alimentaire plus varié et, se contentent alors l'hiver venu, de graines et de fruits.

Pour avoir la chance d'observer ces oiseaux restés en France l'hiver et les aider pendant cette période difficile vous pouvez les nourrir !



Petit oiseau au dos marron, on me reconnaît surtout grâce à ma poitrine orangée. Je suis le rougegorge. De temps à autre, j'ébouriffe mes plumes me donnant un aspect boule de plumes trapues.



Reconnaissable à mes joues blanches, mon ventre jaune ainsi que ma cravate noire, je suis la mésange charbonnière. Je visite assidûment les mangeoires lors des périodes de nourrissage.



A l'instar de ma cousine la mésange charbonnière, j'ai, comme mon nom l'indique, du bleu sur la tête, un grand sourcil noir et un léger trait noir sur le ventre. Je suis la mésange bleue.



De la taille d'un moineau, j'ai une allure plus élancée. Facilement reconnaissable à mes bandes blanches sur mes ailes, ma poitrine brune-rousse et mon casque gris, je suis le pinson des arbres.

## Conseils :

- Nourrissez les oiseaux uniquement en hiver notamment lorsque la neige et le gel limitent l'accès à la nourriture.
- Privilégiez des graines non salées (si possible bio et d'un producteur local). Vous pouvez aussi leur donner de la graisse végétale et vos fruits abîmés.
- Pensez à mettre un point d'eau à proximité.
- Déposez la nourriture dans un endroit se situant à l'abri des intempéries et hors de portée des prédateurs, surtout les chats !
- Attention ! Ne donnez jamais de lait aux oiseaux : ils ne peuvent pas le digérer et celui-ci peut être responsable de troubles digestifs mortels.
- Soyez attentif à la composition des boules de graisse. Ne choisissez que des boules de graisse sans filet, épargnant ainsi aux oiseaux le risque de se coincer les pattes. Vous pouvez aussi fabriquer vos propres boules de graisses (Voir recette ci-après)
- Restez vigilant : si vous avez commencé le nourrissage, n'arrêtez pas d'un seul coup. Les oiseaux se seront habitués à avoir de la nourriture chez vous et risqueront d'être en difficulté pour en trouver par leurs propres moyens.
- À l'approche des jours plus chauds, lorsque le printemps commencera à faire son apparition, arrêtez progressivement de les nourrir. Les oiseaux iront trouver la nourriture par eux-mêmes.

*D'après la LPO (Ligue de la Protection des Oiseaux)*



## Recette – Boule de graisse



### Ingrédients :

- 6 cuillères à soupe de graisse végétale non-salée (végétaline, margarine)
- 4 cuillères à soupe de graines/ céréales non salées (tournesol, orge, avoine, blé)
- 2 cuillères à soupe de raisins secs

### Ustensiles :

- Un saladier pour faire le mélange
- Un bout de corde/ ficelle pour accrocher la boule

### Étapes de fabrication :

- Ramollir la graisse végétale non-salée en la laissant à température ambiante ou en la frottant dans vos mains
- Faire un nœud à une extrémité de la corde
- Dans le saladier, ajouter les graines/ céréales, les raisins secs et la graisse végétale ramollie
- Malaxer le tout jusqu'à obtenir une boule autour du nœud de la corde.
- Mettre au froid quelques minutes pour solidifier le tout

