



# LA BOUTEILLE A LA MER

Réseau d'Échanges Réciproques de Savoires de Gradignan M V M n° 52

## Cultivons nos savoirs.

### Cultivons notre envie d'apprendre et d'offrir.

### Cultivons le plaisir de nous rencontrer.

C'est ce que nous souhaitons vivre, à chaque fois, dans les rencontres comme celle du 12 Septembre dernier : vingt-deux personnes étaient présentes dont cinq personnes nouvelles venues découvrir le Réseau D'Échanges Réciproques de Savoires ( RERS). Ces rencontres sont un moment fort de la vie du RERS : moment festif autour du repas partagé et du plaisir de se retrouver ou de faire connaissance ; moment de découvertes ou redécouvertes des Offres et Demandes de savoirs de chacun (voir tableau Nouvelles demandes Nouvelles Offres) ; moment de réflexion aussi , en particulier sur la Mise En Relation, c'est-à-dire la prise de contact entre l'offreur et le demandeur avant de mettre en place un échange de savoir. Chacun reconnaît l'utilité de cette rencontre préalable à une demande d'apprentissage (on n'échange pas un savoir comme on échange un objet), mais perçoit aussi la lourdeur de sa mise en place, nécessitant une grande disponibilité des membres de l'équipe d'animation qui font le lien entre l'offreur et le demandeur ; moment de questionnement enfin : comment faire pour que le fonctionnement du RERS soit le plus possible l'affaire de tous ? Cela devient en effet de plus en plus crucial : ces deux derniers mois, l'équipe d'animation a été dans l'impossibilité de fonctionner normalement, chacun des membres de l'équipe étant indisponible pour des raisons personnelles ou familiales. Un apport de personnes nouvelles est indispensable, chacun participant à la mesure de ses possibilités et disponibilités.

Ce sera l'objet du prochain stage, animé par Claire Héber-Suffrin, fondatrice du mouvement, sur le thème : « **Apprendre à animer coopérativement et collectivement un réseau d'échanges réciproques de savoirs** ». Elle vient nous voir chez nous pour que le maximum de personnes puisse participer. Ce stage a lieu au château Malartic, **les 6 et 7 Décembre prochains** : des personnes des réseaux de Créon et Saint Denis de Pile se joindront à nous. Il reste des places, contactez-nous, nous avons besoin de vous, il en va de la survie du Réseau.

C'est en effet la faiblesse de l'équipe qui a empêché que le RERS de Gradignan participe à cette grande journée décentralisée de **la fête des Savoires**, **le 11 Octobre dernier**, sur toute la France, chaque réseau ayant l'initiative de son déroulement. L'idée de cette première manifestation nationale commune est de vulgariser, de faire connaître cette démarche des savoirs en réciprocité :

**« La musique a sa fête, le patrimoine a ses journées, et les savoirs alors ? »**

Telle était l'invitation à ce premier

**« Festival des savoirs en fête ,  
la Réciprocité pour partager les Savoires »**

Souhaitons qu'une équipe renouvelée permette au Réseau de Gradignan de participer à la prochaine édition 2015.

Monique

## Bienvenue aux nouveaux inscrits depuis Juin 2014

- ▶ Philippe offre l'initiation à la marche nordique et demande à apprendre à créer un site.
- ▶ Sylvette participe au travail corporel animé par Christine.
- ▶ Aurélie participe à l'art floral avec Jacqueline.
- ▶ Claudette offre la cuisine et s'initie à l'informatique avec Françoise.
- ▶ Henri offre l'apiculture et participe à l'échange en conversation anglaise animé par Thérèse.

**Si vous pouvez répondre à ces offres et ces demandes, faites-vous connaître.**

## Nouvelles demandes depuis Septembre

- Art floral (échange en cours)
- Initiation au feng-hui( aménagement intérieur qui tient compte des ondes)
- Jointement parpaings ( échange en cours)
- Lamproie (échange prévu)
- Arabe (alphabet)
- Cerf-volant ( échange prévu)
- Piano, apprendre à poser sa voix (échanges prévus)
- Utilisation smartphone ( échange en cours)
- Windows 8 ( échange prévu)

**Les Prochaines Permanences :**  
Devant le centre commercial de Malartic :  
10 h 30 à 12 h 00  
Samedi 15 novembre 2014  
Samedi 13 décembre 2014

## Nouvelles Offres depuis Septembre

- Mosaïque
- Curry de lentilles, gâteaux de l'Avent, fondue chinoise pour le Nouvel An
- Marche avec d'autres, initiation vélo à un adulte.
- Travail corporel : respiration et mouvements( échange en cours)

## Sommaire

Cultivons nos savoirs	P 1
Echanges Art floral	P 2
Expérience de voyage – Echange culinaire	P 3
Echange corporel – Témoignage smartphone	P 4

## ECHANGE EN ART FLORAL – Les bambous de Régine

Alors voilà : Martine et son mari sont allés en début de semaine chez Régine pour couper des Bambous de gros et moyen diamètre, et de trente à quarante centimètres de longueur. Puis Jacqueline et Martine ont préparé les Bambous, en faisant des tracés au cutter, afin que nous puissions les évider ; une mousse humide serait insérée, qui servirait de support à la composition florale.

Le jour J, Jacqueline est arrivée les bras chargés de roses, de chrysanthèmes, d'arums ; mais aussi de marteaux, cutters, ciseaux, pistolet à colle chaude, raphias, coquillages, et autres trésors. Martine apportait Les Bambous , la mousse, la corde à macramé et, la clef de La Grange où nous avons rendez-vous ce samedi 20 septembre dernier.

Nous --Renée, Danie, Danièle, Annie-- devons apporter les feuillages. Tout d'abord, MERCI à Régine pour les bambous, à Martine et son mari, à Jacqueline, pour toute cette préparation.

Donc nous voici munies de marteaux pour taper sur les bambous afin de les évider ; en train d'apprendre le macramé avec Martine, pour décorer les bambous ; de faire les suspensions pour les bambous verticaux ; de préparer les supports pour le bambous à poser en centre de table.

Une petite ruche, animée, amicale, bienheureuse !

Voici le moment de disposer fleurs et feuillages , guidées par Jacqueline, artiste de la composition.....et de la transmission patiente, d'une grande gentillesse.

Après un petit goûter approvisionné par Annie, Jacqueline, nous reprenons. Les suspensions sont terminées; nous passons aux compositions de centre de table.

La photographe, c'est Danièle, qui fait les photos des oeuvres !

Jacqueline termine par une belle composition pour Régine. Puis vient le moment de ranger, et nous repartons chacune avec nos compositions ; et ces bambous pourront être réutilisés à la maison, avec d'autres fleurs et feuillages.

Cette après-midi a été un vrai bonheur de découverte, d'apprentissage, de partage. Et déjà nous pensons un prochain échange, celui de Noël; à la récolte de cosses, pommes de pins, et autres merveilles offerte par nos bois et forêts !

Encore merci pour ces belles heures passées ensemble autour des fleurs, des feuillages, des bambous, et du cœur.

**Annie G.**



## Cueillette Automnale

J'ai passé un excellent après-midi convivial, avec des animatrices compétentes et patientes. j'ai appris quelques astuces sur la disposition des bouquets. Ce fut un moment de partage au moment du goûter. mes bouquets ont tenu 15jours. il me tarde la prochaine séance. Bien amicalement.

**Aurélié**



## EXPERIENCE DE VOYAGE

### Le chemin de Stevenson

J'ai assisté, pour la première fois à une présentation de voyage organisée par le Réseau d'Échanges Réciproques de Savoires. J'ai été surprise par la qualité de l'intervenante, Aline Tissidre, qui nous a relaté son voyage sur le chemin de Stevenson, traversant ainsi les Cévennes, l'Ardèche, la Lozère pour arriver dans le Gard. En douze jours, Aline et ses amis ont parcouru 240 kilomètres à raison de 20 à 28 kilomètres par jour. Ils s'étaient organisés eux-mêmes le voyage avant le départ de Bordeaux. Ils ont dormi dans des auberges réservées avant de partir. Un grand sac était véhiculé par la route par un service payant. A la fin de leur périple, ils ont regagné leur point de départ avec une navette.

Nous avons pu nous aussi suivre virtuellement le chemin parcouru par l'auteur célèbre de l'Île au Trésor, grâce aux jolies photos projetées avec les explications précises et nécessaires. De nombreuses anecdotes vécues pendant le voyage ont été partagées. Nous avons pu aussi connaître l'histoire de Robert Louis Stevenson et les raisons qui l'ont poussé à partir sur les routes avec son ânesse Modestine. Cette présentation nous a donné envie, d'abord, de lire le livre de Stevenson, qui décrit son voyage et ses rencontres et, surtout, de, nous aussi, vivre cette expérience. Peut-être reviendrai-je moi aussi pour présenter "mon" chemin de Stevenson.

Amparo



## ECHANGE CULINAIRE



Danie donne la recette

### Echange culinaire du 27 septembre offert par Danie.

Menu : salade de crudités, bourride à la Sètoise, et raisins noirs et blancs.

Nous sommes allées faire les courses le vendredi. Le poissonnier a été très gentil car il nous a préparé la lotte, ou bourride dans le midi, (enlevé la peau et coupé en petits morceaux).

Samedi soir, pendant que certaines essayaient de faire une table bien décorée : Nappe bleue avec petits et gros coquillages et une belle décoration florale de Jacqueline, nous étions une dizaine à l'épluchage et à la cuisson des légumes dans un peu de jus. Nous avons ensuite déposé les morceaux de lotte et 20 mn plus tard nous pouvions dresser la lotte sur son lit de légumes, il ne nous restait plus qu'à lier une mayonnaise aioli avec le jus de cuisson pour terminer notre recette.

Apéritif au vin blanc et melon, petits amuse-bouche, et la bonne odeur de la lotte nous invitait à commencer ce bon dîner.

Le dessert se composera de différents raisins de saison et la petite tisane clôturera très agréablement cette soirée.

Régine



Une table méditerranéenne



La bourride (lotte) sous sa sauce "aioli"

## Echange en Travail corporel

Christine offre un échange en petit groupe basé sur les principes du Qi Gong et du stretching, le vendredi après midi de 14 h 30 à 15 h 30 à la Grange du Château Malartic.

Le travail corporel consiste en mouvements exécutés en accord avec la respiration et en conscience, c'est-à-dire en axant sa concentration sur le mouvement réalisé.

Les trois participantes qui ont commencé dernièrement cet échange sont très satisfaites et reconnaissent les compétences de Christine. Christine a participé à plusieurs stages avec un psychomotricien, elle pratique le Qi Gong depuis plusieurs années, a donné des cours de stretching et a préparé le brevet d'état "à l'expression gymnique et disciplines associées".

Le groupe peut encore accueillir quelques personnes.

Pour se renseigner et s'inscrire pour participer, contacter Martine 06 02 24 24 44.

## Un échange pas si anodin

Lors de la réunion trimestrielle Claudine émit la demande d'apprendre à se servir de son téléphone portable. J'étais surprise pensant que son fonctionnement s'expliquait en deux secondes et très étonnée qu'un ami ne lui avait pas expliqué.

Je proposai alors l'apprentissage du téléphone.

Françoise Lorriquet notre coordinatrice nous mis en relation lors d'un rendez vous chez elle et aida Claudine à préciser les besoins exacts.

Je m'aperçus vite que j'avais oublié moi-même que mon apprentissage avait été aussi laborieux !

Après quelques heures Claudine a très vite maîtrisé son téléphone.

Cette expérience me fit réaliser que même de petits échanges sont pour chaque personne un moment de plaisir : plaisir à avancer et plaisir de savoir que nos connaissances mêmes anodines peuvent être utiles et importantes.

Françoise C

## Calendrier des échanges collectifs du mois de NOVEMBRE 2014

### Le Vendredi de 14 h 30 précises à 15 h 30

#### Reprise vendredi 6 novembre

**Echange corporel : respiration et mouvements**

**À la Grange du château de Malartic**

Renseignements et inscriptions : Martine

06 02 24 24 44 – [martine.obis@numericable.fr](mailto:martine.obis@numericable.fr)

### Samedi 15 novembre 2014

#### **PERMANENCE**

**10 h 30 à 12 h 00**

**Au Centre Commercial de Malartic**

**Devant Simply**

### Samedi 15 novembre 2014

#### **Echange culinaire**

**18 h 30 au Château de Malartic**

**Thème : Pays Basque**

**S'inscrire jusqu'au jeudi 13 novembre**

Contacts : Régine 05 56 89 07 48

Martine 06 02 24 24 44 ou [martine.obis@numericable.fr](mailto:martine.obis@numericable.fr)

### Samedi 29 novembre 2014

#### **Echange Art floral**

**14 h 30 à 17 h 30**

**À la Grange du château de Malartic**

**Thème : Couronnes de l'Avent**

Contacts : Jacqueline : [fleurs-jacqueline@outlook.fr](mailto:fleurs-jacqueline@outlook.fr)

Martine 06 02 24 24 44

### Pas d'échange sur les religions en novembre

Les propositions du groupe « cinéma » seront  
annoncées au moment des programmations

**MVM vous invite le jeudi de 14 h 30 à 16 h 45**

**À un après-midi SCRABBLE**

**À la Grange du châteaux de Malartic**