



LA BOUTEILLE A LA MER

Réseau d'Échanges Réciproques de Savoires de Gradignan M V M n° 55

• La vie du Réseau d'Échanges Réciproques de Savoires (R.E.R.S.) de Gradignan en 2015

Les objectifs du RERS :

Comme son nom l'indique, dans le RERS, on échange des savoirs, on se forme les uns par les autres. Le RERS est un mouvement basé sur la conviction que toute personne est porteuse de savoirs, toute personne peut apprendre à transmettre ses savoirs, toute personne peut apprendre de nouveaux savoirs tout au long de sa vie. La transmission des savoirs ne donne lieu à aucune contrepartie financière. Les échanges de savoirs se font en réciprocité ouverte. Ils développent la confiance en soi, permettent de créer de nouveaux liens (interculturels, intergénérationnels), développent aussi l'amitié, la convivialité, la solidarité... Le RERS est à la fois commission de MVM et membre de l'Association nationale des Réseaux : FORESCO (Formation Réciproque Echanges de Savoires Créations Collectives).

Comment est organisé le RERS ?

En 2015, une année de transition pour le réseau. Monique Potiron Nogue à l'origine du RERS de Gradignan, a quitté l'équipe d'animation. Nous la remercions tous à l'occasion de cette AG, pour le travail accompli. Un collectif d'animation et de gestion des MER s'est formé avec Elisabeth Joussain, Françoise Lorique, Martine Obis, Raymond Jeanne, Liliane Dupas, Aline Tissidre, Annie Bordenave, Françoise Claverie, Francine Lebrun, Jacqueline Cahoreau, et Claudine Laurence, qui assure :

- le fonctionnement du RERS en se réunissant régulièrement
- coordonne les Mises en Relation (MER) des échanges de savoirs,
- assure les permanences mensuelles,
- propose et anime les rencontres trimestrielles et le petit déjeuner (2 en 2015)
- prépare le bulletin trimestriel : la BAM (Bouteille A la Mer), petit journal du RERS inséré dans Mosaïque,
- fait les liens avec les autres Réseaux de Gironde et le Mouvement national,
- tient à jour le site,
- met en place une nouvelle gestion des O et D par informatique.

Annie Bordenave continue à envoyer les mails d'information. Martine fait la mise en page de la BAM et Raymond assure la mise à jour du site. Chacun contribue à la vie du RERS, en fonction de ses disponibilités.

Cette année, 23 nouvelles personnes ont rejoint le RERS, (17 en 2014), 135 sont inscrits au RERS, 62 mises en relation ont été faites et les personnes ont participé à au moins un échange de savoir individuel (informatique, album photo, jardinage, musique, poser sa voix, peinture sur œufs,

généalogie, valse, des échanges collectifs: en cuisine, langues, santé respiration et mouvement, jeux, art floral, expérience de voyage, histoire des religions, sortie champignons avec reconnaissance, et d'autres Les échanges collectifs mensuels, « ouverts à tous », annoncés par mail fonctionnent bien.

L'Assemblée Générale de MVM nous donne l'occasion de revenir sur l'année passée et de vous présenter le rapport d'activité de notre réseau.

(Voir pages 5 et 6)

Quelques dates à noter pour 2016 pour se retrouver et parler de nos Offres et Demandes, accueillir les nouveaux inscrits, et informer les personnes intéressées :

Réunion trimestrielle le vendredi 18 mars 2016 à 19h au château de Malartic.

Chacun amenant 1 plat ou 1 dessert, les participants partageront leur dîner.

Petit Déjeuner le samedi 28 mai 2016 à 10 h à la Grange du château de Malartic.

Toutes les bonnes volontés qui pourraient offrir un peu de temps pour le bon fonctionnement du RERS seraient les bienvenues.

Sommaire

Vie du réseau en 2015	P 1
Témoignages Echanges culinaires : Safran	P 2
La Suisse – Repas de fêtes – Le Togo	P 3
Expérience de voyage : CUBA	P 4
Sortie Champignons	P 4
Témoignage Art Floral	P 5
Rapport d'activités du RERS de l'année 2015	P 5 & 6

Les Prochaines Permanences :

Salle de LA GRANGE du château de Malartic
16 h 00 à 18 h 00
Tous les lundis
(hors vacances scolaires)

Courriel : rsgradignan33@gmail.com

Annie Bordenave – 06 52 92 46 80

Françoise Lorique - 06 71 49 04 48

Aline Tissidre – 06 78 66 51 90

Françoise Claverie – 05 56 89 81 50

Pour vous renseigner

Echanges culinaires collectifs

REPAS SUR LE THEME DU SAFRAN- du 24/10/2015

Dès le début des retrouvailles, Françoise propose sa recette de gâteau au safran et une fois la pâte réalisée, elle est versée dans son moule et enfournée pour la cuisson.

Pendant ce temps il faut préparer une cassolette de poisson au safran et un risotto au safran pour l'accompagner (recettes proposées par Francine). Tous les convives alors présents participent à leur élaboration avec curiosité et application !

Une fois que ces deux plats mijotent en cuisine sous la direction de Francine, certaines s'affairent à réaliser des toasts au fromage frais pour l'apéritif.



pendant que les autres mettent le couvert et décorent la table ...

Enfin, arrivent les retardataires et l'heure de commencer le service de l'apéritif (de nombreuses bouteilles apportées par les uns et les autres sont débouchées) : nous versons alors quelques gouttes de sirop de safran sur les toasts et remplissons tous les verres afin de trinquer à la santé de tous ! Tout le monde apprécie et se régale ...

Puis, nous passons à table et nous délectons du repas très bien mitonné par nos cuisinières du soir qui sont chaleureusement félicitées par tous !

Nous avons même l'occasion de déguster un excellent comté généreusement offert par Jacqueline avant de passer au dessert : les gâteaux au safran que Françoise nous propose gentiment d'accompagner si nous le voulons avec de la **confiture de tomates au safran** (réalisée par elle). Quelle bonne idée : c'est délicieux ! De nombreux gourmands en reprennent !!

Nous concluons ce bon dîner par des infusions et autres boissons chaudes avant de débarrasser, faire la vaisselle et tout ranger.

Et c'est ainsi que se termine cette agréable soirée de partage réussi. Merci à tous pour votre participation et à bientôt.

Danièle S.



REPAS SUR LE THEME DE LA SUISSE - du 28/11/2015

Ce Samedi là, nous étions quatorze personnes pour partager le savoir culinaire de Rosmarie native du canton de Bern en Suisse.

Après avoir déchargé nos courses et dressé notre table à la décoration suisse, nous avons commencé la préparation de l'entrée: salade verte à la viande séchée des grisons et aux lamelles de gruyère. Puis, nous sommes passés à l'élaboration des röstis destinés à accompagner l'émincée de veau de Zurich

L'entrée et le plat principal étant réalisés, nous sommes passés à la confection du dessert à base de cidre doux.

C'est dans une ambiance particulièrement conviviale que c'est déroulé ce repas que j'ai personnellement beaucoup apprécié, il a contribué à élargir mon horizon sur les spécialités culinaires de mes amis suisses.

Un grand merci à Rosmarie, c'est avec plaisir que j'ai confectionné les petits drapeaux suisses qui agrémentaient la belle table rouge et blanche.

Daniel L.



Les couleurs de la Suisse



Préparation des röstis : P. Terre râpées cuites et frites en galette



A B C D E F E F

\$ B F E A B E C % B D & ' \$ B D () F (F B E A F % E B) & D
 F % B D % B E E (! + B % A (% B E & C \$, , F B F (C -) B F (F) (+
 B (E F) % B B % C (B B D , ' E E E
 # E E & D + C F (+ B % ((D F (+ D C B F D +
 B D E E % B B % % B F D E . % F E B D E E B D E /
 0) F ' F E C & % B B % C (B B D , B E , E
 B % C B (D , \$ E B D % B F E , D B D E B F % D C F E C
 F B B A E & D B 1 E E B E D E E (E E
 D E D C D B B D E C B E % B B E
 2 D + D B E % D + E B E) B % ' E D A E
 F D E
 B E 3 D D E (A % 4 E C B E C D B D E +
 , E E & F B D B F F D %
 # E , D E \$ B F 4 B E C (% F D 5 A 6 B A % B F (C E C D B E
 B F F % B D D C % B B C D E E % D E F B C
 2 D + \$ E E C % F B D A \$ % + ' F E C & F
 B A (B % D (E C D E
 7 F D) C \$ B F F % D F B % E B D F % 4 E
) 7 B F # % B C D E & D (D F % E D E
 7 % 8 5 F E % B E E (E F B F
 C \$ (F B E A F % E B)
 D F % 9



0 B + D E + # B B A E + E B (D , C
 F D F E B E F + % B , D E C % B E E (% C (B C
 7 D F % 7 D D % B F * : E , D A B B 5
 , D A B D E E B A , B F D B 5
 F B D A E E



A B C D

; E F C (C < B E E (+ = > %) + C < D A D E A % B) + E
 F E D) % B (B B D E C < E B + B 5 B C E
 B >
 B E 3 D C E B %) C D E B E ' B E + C (F (C
 C B B , D F B D E + F B % B + C B B A % B)
 = > % D E E F E (% F % A E B + , B 3 E
 ? F @ F A + F B % B B 4 C B < A E B
 E % C A > D & C % C , D & C % + & D
 F D D E C C D , C E , B 3 E . % B D E F D B % B D A
 (B E % ? , , A D E E F , , E + B D % F < (B D E
 ? % A D , D E
 = % F E D % C E * + E C (F D & E +
 F E + B % E % C) , D % (A + E C B E &
 % % F D . % E C B B C F + D E +
 D A E B + B E A + B E B E B F * D E % % B E A E
 E B D E + ' C B E % E E
 C D E , D E % E C C (A F B + F <
 C B E % B F E D D B % (& E %) , B D E E E
 7 F D + = > %) + F (E F + B B D E F + E
 D



2 %
 B D ()
 B F
 B



IAEB BB C F G = B % B C C , D 5 D &

! ' # \$ %

\$ % & # ' (() *% \$ % (\$ (+ (* % (* # , * -*(. / % '(O 1 ') \$ '(% '(*20) (3 (4 (5 2 \$ * *\$ () *\$ 6(3 6\$ ('+ \$ 7(, 8 % # & 9 \$ ' (# : ; < ' (* \$ (\$ % '(% \$ (*\$ * *\$ % (\$ () '= ((' * < # (O ? @ A B @C B % + O (- D \$ (\$ (\$ (* ((O ((% \$ (* (*\$ (> % \$ * (3* (\$ (\$ > (\$ 1 % (\$ > (\$ ((G * (5 * (O ((1 (((# ' H ' % +(? # (\$ I O \$ ((% ((\$ J ((% 9 % (6(O 6\$? , - \$ J (* % (\$ % Z * (\$ O (K (< . \$ % (%) (* \$ # \$ *



E F (G 6 (6\$ (\$# \$ > + ((\$ (\$ ((8 * (\$ (* \$ (' (% (O > \$% '(* \$ '(> *(9 (* \$ (O (< \$ O) ' > (* (& A (\$ (\$ \$ & A (% ' (((F) * \$ (F ;) \$ (((* \$ \$ (* (* (*) \$ ((7 ((# > (>) # (> \$ 7\$) *\$ (((* @ * % ' (6\$ (G % ' 6 . 6 > (%) ((* 6 % (9 ((* ' . > ((+ (((\$) , (1 ((((# ' H ' % +((* (> (# ' H (((\$? # (\$ I O \$ ((% ((\$ J ((% 9 % (6(O 6\$? , - \$ J (* % (\$ % Z * (\$ O (K (< . \$ % (%) (* \$ # \$ *



< (A BCIAEBE F

(> (1 ? B BA BF

! BE) !! BA "

\$ % " & " ' " #)
 % * " " (') + *
 ' , # " " ") " % " + *
 & & " ")
 / " " & "
 & ")) " " 0"
 2 0" 1) " "#' &
 4 ' # " % \$ & %
 ' # \$ " % - ") & "
 5 " % " " % % " 6\$
 . % % & " % % " % \$
)) " " % " " %



L 7 " / 1 18 %)
 9 !':) " " % ; " " " < " " % & %
 0 * " ' : =
 + :) " " % , %) * " > ? " %2
 @ # " A
 : *) " " % ") "
 9 \$) " %) " " %
))) * ' !))) " "
 1 ,) # \$) " % , " 2 ' : = : B <
 " % *) ! = ' & # °) ' " C) " (# < ' < = 9
 4 ! &)) ' << = % " % " % "
 ' % D) ")
 /
 " # " F : # # " E 0 8 " ") " (& " "
 " " 1 \$ * " & & " "))) \$ " ")
 * & * " G & % ,) & \$ " " ,
 " G & % ,) % *) \$ " "
 7 " . & ! + " " " 8
 4") !
 9 H " . 4 " 4)
 G G " 0 " E " 9
 4) " #)" 4 " . & 4 I
 G > 0 B) "(J 0
 ' & & " G %
)
 @ " K # ! " &))) \$) ' ") #) "
) ") % " %2 L ° + " 4) M °94+ F) #) "
 M % & G @
 7+ " 9 " 8 " \$ % \$ ' "
 \$ &) %

" # \$% & ' & (\$ ') & * +) + & # , &
0 1 / \$ \$ \$ & \$ # 5 , & \$ #
\$ # \$ & //
67) 8 ' & ' &
* // ' / 9 \$ \$ 67 & \$ 7 \$ \$
& &) & \$
4 " 1 & : 2324 623 < \$ \$ & 2 \$; \$ \$) 2324
\$ \$ / \$ # \$ // \$ / 9
7 \$ // \$ \$ \$ % \$, \$ & ,
7
; & 2324 75 & ' & 7 . \$ 2324 = \$)
\$
& \$ 7 \$ & \$
! " # \$ % \$ &
" ' <2346 < & \$ / & \$ # ? \$ 6 /
" & 7 \$ \$ \$ \$ # / ' # & ' # & " # &
\$ \$ & & 3 2 & @
• & % ' & '
• & / & . \$ \$ & & \$ &
• & . \$ \$ // \$ / & & % \$
• & / . ' # \$?
• & &) ' / A & ' % #
• &
- # & \$ \$ \$ / : 7 & 7 \$ \$) B + : & / \$ +
) + () B
: \$ \$ \$ / # \$ & 5 = ' A &) ' \$ & &
\$, C : 1 C 6 & 7 / \$ & / \$. /
O \$ & & & > / / > , & \$ \$ # .
\$ & \$ & ? . & &
1 & & ' & & & - & & / # \$ & < //
E " \$ < : 7 \$. 7 & / - & & / \$ \$ / 9 6 & ' 5)
\$ \$ &

