LA BOUTEILLE A LA MER

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

- **La vie du Réseau d'Echanges Réciproques de Savoirs (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 Savoirs 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 Loriquet, 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 : rersgradignan33@gmail.com
Annie Bordenave – 06 52 92 46 80
Françoise Loriquet - 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.

REPAS SUR LE THEME : FETE DE FIN D'ANNEE - du 19/12/2015

C'est avec un grand plaisir que j'ai assisté à cet échange culinaire qui clôturait l'année 2015, malgré le manque d'efficacité dû à ma cécité, ma présence à la table des préparatifs est toujours un bon moment.
Ce ne sont que rires, odeurs sucrées, salées ou épicées, bruit du hachoir, va et vient entre la table et la cuisine; les commentaires vont bon train!
Tout à coup je comprend que la table des préparatifs se transforme en table d'apéritif et j'en ai la confirmation avec le bruit du bouchon de champagne qui saute. Des personnes attentionnées me mettent une verrine puis des petits toasts tout aussi bons dans la main.
Puis, suivant le rite,nous passons à table et je me renseigne sur mes proches voisins.
Françoise vient régulièrement me demander si tout va bien, toutes et tous font en sorte que ce repas soit accessible pour moi.
Ce bon festin s'achève par un délicieux gâteau glacé et des mendiants au chocolat suivis de la traditionnelle boisson chaude.
Puis, j'entends les chaises bouger et s'empiler, je comprend que cette agréable soirée prend fin.
Merci à tous de m'accueillir si chaleureusement et tout particulièrement à Marc et Claudine qui me véhiculent si souvent.
Mes meilleurs vœux pour cette nouvelle année et encore beaucoup d'échanges culinaires.

Nicole K.

Toasts, verrines, et Champagne, un apéritif de circonstance, la fin de l'année et le départ de Michel et Mimie pour la côte. Un foie gras aux figues maison et un magret farci aux champignons.

REPAS SUR LE THEME : LE TOGO - du 16/01/2016

En ce début d'année, Sylvie, d'origine togolaise , nous convie à la préparation d'un repas, aux saveurs de son pays .
Françoise dresse une table à dominante jaune, décorée de statues africaines, calebasses , et drapeau togolais.
Sylvie nous montre comment éplucher l'igname , façon « coupe-coupe » , car la peau est très dure . L'igname est un légume typique de l'Afrique de l'ouest, qui peut se cuisiner de différentes façons ; la principale au Togo étant le « fufu » (prononcer foufou), mais là c'était en « koliko » (frit) .
Sur les conseils de notre hôte, nous décortiquons, coupons, taillons les divers fruits et légumes, pendant que le poulet cuit ; les senteurs de patate douce, piment, igname, mangue, ananas se côtoient et les langues vont bon train, toujours dans la bonne humeur .
Arrive enfin le moment de déguster ce repas, et c'est dans la convivialité que nous lui faisons honneur .
Merci, Sylvie, pour tes compétences, ta patience , et ton sourire .

Claudine L.

Poulet braisé sauce tomate.

Ignames et patates douces – Salade de fruits exotiques

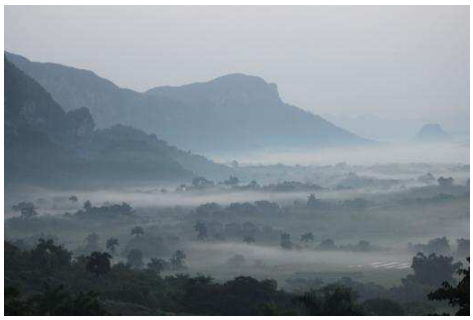
EXPERIENCE DE VOYAGE
Hélène et Denys à CUBA

Cuba, pourquoi pas ? Ce n'est pas la destination la plus fréquente, pour les amateurs de vacances touristiques, et il y a un tas de raisons pour cela, on ne va pas vous imposer un cours sur les décennies qui ont isolé Cuba. La vingtaine de personnes qui est venue écouter Hélène et Denis savent qu'ils seraient à même d'en faire un, mais c'est tout simplement leurs vacances qu'ils nous racontent, comme ils l'avaient déjà fait pour la Russie ou l'Islande.

Toujours en autonomie, en été, bien planifié, avec " le Routard", il n'y aura pas de mauvaise surprise, on dort chez l'habitant. Les contacts sont pris.

Pourquoi Cuba ? - Justement, c'est le moment : CUBA n'est plus coupé du monde, alors, avant qu'il ne devienne touristique, banalisé, américanisé, avant que les choses ne changent, il faut saisir l'occasion.

Un coup d'œil sur la carte. L'arrivée avec Air Cubana n'est pas aux heures prévues : une escale à Santiago (Est) amène nos voyageurs à la Havane (Ouest) presque en fin de nuit. Mais l'ambiance, au réveil, est positive. La rue, les vieilles autos rutilantes, le décalage est bien là et il semble que ce soit l'impression dominante, un micromonde décalé, avec locaux de quartier, musées de la Révolution, vieilles demeures "d'avant", et la présence mythique du Che, partout, emblème unique, jamais celle de F. Castro.



Ça paraît plutôt "cool", simple, Cuba, deux monnaies y circulent : le peso et le peso convertible, pour le tourisme, pas de carte bleue.

Peu de véhicules, et ils sont partagés, on partage aussi l'autoroute avec les vaches et ce qui a paru surprenant à nos voyageurs, l'existence de vélos-taxis, qu'ils évitaient, sans doute cela est-il associé dans nos images mentales à l'Asie, à une forme d'exploitation humaine qui cadre mal avec la notion de révolution ? En tout cas, les habitants, pour simple qu'apparaisse leur mode de vie avec des classes sociales encore gommées, ne semblent pas connaître faim ou stress.

Beaucoup de fruits, de la couleur sur les marchés, dans des échoppes rudimentaires. La viande a suscité leur méfiance, mais pas les repas chez l'habitant avec langouste et beaux plateaux de fruits. Ces photos de bananiers, des plantations luxuriantes, de riz, de café, de tabac donnent, avec la présence de la brume dans les vallées (visitées avec un guide local), l'arôme qu'on imaginait.
Nos "rapporteurs" expliquent la tolérance d'une marge sur une partie de la production qui donne de la souplesse aux exploitants, de même que latransmissibilité du droit d'accès aux terres, ainsi que la culture vivrière dans certains secteurs particulièrement favorables. Tracteurs plutôt rétros et bus sillonnent un pays essentiellement rural, mais on se déplace surtout à cheval.

Les maisons même les plus simples sont bien entretenues. L'habitat de style colonial sert aussi aux touristes dans les villes. C'est sûrement ce qui changera avec le développement de cette activité. Trinidad, petite capitale coloniale, Santa Clara, Varadero, peuvent devenir des lieux de vacances selon les goûts. J'ai préféré quant à moi, contempler les tranquilles autochtones en pique-nique dans "la baie des cochons", au Sud de La Havane, où l'eau claire des terres et de la mer se mélangent avec l'Histoire d'une invasion ratée qui me plaisait, quand j'en ai entendu parler, à l'âge des colonies ..de vacances.

Après toutes ces images il était temps de terminer en partageant, comme d'habitude, quelques petites douceurs ou une petite rasade de rhum, Cubain, évidemment.

Françoise Abraham

SORTIE CHAMPIGNONS

A la recherche des champignons pour l'exposition de la Fête des Savoirs du 11 octobre 2015

Echange Art Floral

Nous sommes de plus en plus nombreuses à demander l'art floral. Jacqueline, victime de son succès, décide de faire deux groupes : un le matin et un l'après midi. A dix heures je suis à la grange avec matériel, feuilles de magnolia, de laurier, boules de Noël etc. nous ne sommes que cinq dont une nouvelle adhérente : Marianne.
Nous commençons par un centre de table pour lequel Jacqueline a prévu des boutons de roses, un amaryllis et de la mousse. Le résultat est là, cinq compositions du même style mais différentes où chacune de nous a mis sa touche personnelle.
Puis, nous passons à la confection d'un bouquet rond fait de boutons de rose et de boules de Noël montées sur tige, mais à partir d'une armature faite par Jacqueline pour chacune de nous dans le but de nous rendre la tâche plus facile.
Merci Jacqueline de nous faire profiter de ta passion "l'art floral"avec tant de patience et de gentillesse. J'ai éprouvé beaucoup de plaisir en faisant le centre de table vert et jaune du repas togolais. ***Françoise L.***

Rapport d'activité du Réseau d'Echanges Réciproques de Savoirs - 2015

Les échanges culinaires (responsables : Françoise L et Francine L) avec des offreurs variés.

En 2015, 8 échanges culinaires collectifs et 4 individuels ont eu lieu avec 131 participants pour le collectif, ce qui fait une moyenne de 16 personnes par repas et un prix de revient de 6,80€.

A ces 8 échanges culinaires collectifs se rajoute l'échange exceptionnel du Dimanche 11 Octobre de la fête des Savoirs à la Tannerie.

8 personnes assistant aux échanges culinaires collectifs sont demandeuses de la décoration de table.

En cours d'année un sondage sur le fonctionnement des échanges culinaires collectifs

a été proposé aux participants, 15 réponses ont été recueillies.

La majorité reste demandeuse à raison d'un échange collectif par mois toujours au même horaire de 18H30 et dans la fourchette de prix proposé entre 5 et 10€, sachant que nous avons obtenu la moyenne de 6,80€ en 2015.

Pour ce qui est de notre cagnotte provenant du prix du repas arrondi à l'euro supérieur, elle s'élève à 31,30 €. En 2015 nous avons dépensé 20,33 € pour de petites fournitures.

Notre objectif pour 2016 : recevoir de nouvelles offres culinaires afin de continuer notre rencontre mensuelle et maintenir le côté convivial de cet échange.

Françoise et Francine

Les échanges sur les religions : Depuis 2006(responsable Raymond) elles ont eu lieu régulièrement chaque mois le lundi à la Grange de 18 à 20h avec 6 à 10 personnes. Les rencontres se font avec l'appui de Jean Claude, sociologue des religions. Le but est d'explorer ce qui de tous les temps a été pour beaucoup d'hommes, la réponse aux questions existentielles. Chacun vient avec ses questions et les réponses qu'il propose et la discussion est toujours sereine et amicale. Chaque fois sujets et dates des séances suivantes sont fixés d'un commun accord.

Les échanges sur les expériences de voyages (responsable : Monique en 2015 et Aline va la remplacer en 2016) :

Plusieurs échanges en 2015 :

Escapade en Italie par Marie Paule Pépin

Canada Calgary et les Rockies Nathalie Ecker

Périple à vélo en Pologne avec Monique et Joseph Potiron-Nogue

Cuba avec Denys et Hélène Breysse

Les échanges en art floral, chaque mois Jacqueline Cahoreau nous offre ses connaissances et organise cet échange.

Sur les 7 à 15 personnes qui ont échangé pendant l'année, plusieurs ont participé à une création collective de décoration et au village créatif pour la fête de « l'Art dans le Pré » de l'EPAJG.

L'échange « Respiration et Mouvements » est offert chaque mois par Christine Sens

6 personnes sont inscrites.

Les échanges en langues étrangères (Anglais et Espagnol) se passent au domicile d'un offreur ou d'un demandeur, par petits groupes d'environ 6 personnes qui se réunissent une fois par semaine.

Une Nouveauté en 2015 : Les petits déjeuners

Deux petits déjeuners ont eu lieu, le premier le samedi 14 Février, à la grange de 9 h30 à 11h30 et le deuxième le 26 septembre. Une trentaine de personnes à chaque fois sont venues partager une boisson chaude et de gourmandes pâtisseries Pendant cette rencontre conviviale, une présentation des objectifs du RERS et un panel des échanges individuels et collectifs ont été développés pour les nouveaux arrivants. Après ce moment convivial , des nouveaux adhérents ont exprimés leurs demandes et leurs offres.

Rencontres trimestrielles de tous les inscrits au RERS :

C'est un moment de rencontre pour apprendre à se connaître, mettre des visages sur les noms, renouveler ses demandes et ses offres..., faire part de ses propositions et remarques. En 2015, nous nous sommes retrouvés à partir de 19h00 en commençant par un repas tiré du panier et partagé. C'est un moment convivial, la réunion s'est déroulée avant le dessert et ce dernier a servi de conclusion à la soirée.

Rencontres interréseaux : Le 25 avril 2015, Danie, Daniel, Régine et Martine ont répondu présents à l'invitation du RERS de St Denis de Pile. Le RERS de CREON était également présent. Une réunion d'échanges des différentes façons de procéder et des idées communes a permis à chaque réseau de profiter des expériences de tous. Des démonstrations d'échanges offerts par des adhérents de chaque réseau ont terminé une journée de printemps très agréable et très riche d'enseignements.

Malheureusement, le calendrier des activités du RERS de Gradignan ne nous a pas permis de répondre à l'invitation du RERS d'Angoulême, mais ce n'est que partie remise.

Formation en 2015 : néant

Un événement nouveau qui a mobilisé beaucoup d'énergie de toutes les bonnes volontés :

LA FETE DES SAVOIRS le 11 Octobre 2015

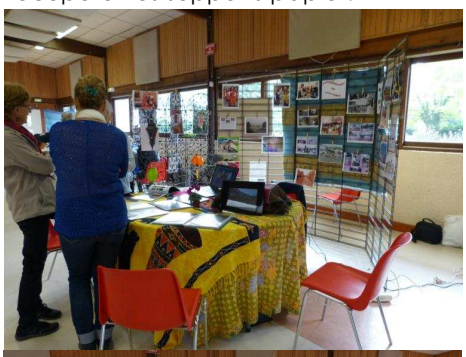
Depuis 2 ans, FORESCO a lancé cette manifestation et plusieurs réseaux en France y ont participé. Ce fut une première pour nous.

Des ateliers d'échanges de savoirs ont été proposés aux enfants, aux adolescents, aux adultes. De nombreux ateliers ont été mis en place dans la grande salle Espaces Rencontres de la Tannerie :

- atelier jardinage, champignons, apiculture, connaissance des arbres.
- atelier art floral qui a décoré la salle avec les présentations de plantes
- atelier cuisine qui a préparé un buffet apéritif pour clore la journée
- atelier informatique, expérience de voyages
- atelier perle à papier, cerf-volant, jeux
- atelier bandage

Un maximum de publicité avait été faite .L'accueil s'est déroulé de 10h à 17h30. Les ateliers ont fonctionné de 10 h 30 à 12 h 30 et de 14 h à 17 h.

La date avait été prévue un an avant et fixée nationalement. A Gradignan, ce week-end là, se déroulait l'autre évènement : "Lire en Poche". Cela n'a pas favorisé la fréquentation de notre manifestation.

Chacun a donné le meilleur de lui même et ce fut une fête très conviviale et appréciée de tous ceux qui découvraient le réseau. Il y a eu quelques nouvelles inscriptions.

Pour conclure ce bilan, il est important de souligner la nouvelle organisation informatique pour mieux gérer les Offres et Demandes en échanges de savoirs et les informations. Un travail important a été fait par Françoise Claverie, Annie Bordenave et Martine Obis. L'équipe d'animation peut visualiser les fiches d'inscriptions et éviter de perdre du temps à récupérer les supports papier.