



Le Rayon de La Ruche

Bulletin de la Ruche aux Savoirs

Réseau d'échanges réciproques de savoirs de la Riche
N° 15 – FEVRIER 2008

EDITO

**« Le réseau ça me fait penser
à un voyage en train », m'a dit un
un jour Brigitte ...**

La vie dans un réseau d'échanges de savoirs est comme un voyage dans un train : on monte, on reste quelque temps - on n'a pas forcément de billet d'ailleurs - et on descend à certains arrêts, on a d'autres choses à faire, d'autres personnes à voir.

Si on voyage plus loin, plus longtemps, on y rencontre des personnes et on croit qu'elles resteront toutes avec nous pendant tout le voyage. Mais non : certaines descendent elles aussi dans une gare et nous laissent avec nos envies, nos projets ; cependant, elles ont pu être très importantes pour nous dans ces courts instants d'échanges pourvu qu'on ait su prêter attention à elles et montrer un peu de soi.

D'autres, décidées seulement à se faire une idée du voyage, se laissent séduire par la convivialité du moment et s'éloignent pour un temps, reprendront le train en route ou... disparaîtront. N'avons-nous pas su les retenir, leur expliquer ce qu'on voulait faire et vivre ensemble, construire ou réfléchir à une société à notre idée ?

En tout cas, le réseau ferroviaire construit depuis 1991 à La Riche et qui s'étend à d'autres lieux et avec d'autres voyageurs, est bien décidé à se renforcer en ce début d'année 2008 !

Notre nouveau chef de gare, Sylvain, le nouveau chef de quai, Gérard et la nouvelle guichetière Ada vous souhaitent pour cette nouvelle année, tous leurs vœux de réussite et de bonheur dans vos échanges et vos projets.

La Ruche aux savoirs

Equinoxe- 37520 – La Riche

02.47.37.58.88

Courriel : infos@rezo37.org



Le bureau :

Sylvain Naudin

Ada Wujek

Gérard Kieffer

La mise en page :

Brigitte J. et Catherine C.

Permanence :

Accueil et réunion d'animation

Mardis de 10 h à 12 h



Site Internet :

www.larucheauxsavoirs.org

SOMMAIRE

Page 1	Edito/Présentation
Page 2	La vie de la Ruche
Page 3	Les échanges
Page 4	Les impressions
Page 5	Les annonces
Page 6	La détente, cuisine Courrier aux lecteurs

BONNE LECTURE

LA VIE DE LA RUCHE

Voici ce qui s'y passe ...

RECETTE POUR UNE ANNÉE NOUVELLE

Prendre les 12 mois de l'année,
A chaque mois prendre une bonne résolution,
Maintenant couper chaque mois en tranches de 28, 30 ou 31 morceaux, puis, tout doucement, incorporer dans chaque journée, un zeste de courage... une pincée de confiance... une cuillère de patience... une dose de savoir faire, une louche de travail...
Mélanger le tout avec de généreuses portions d'espoir, de fidélité, de générosité et de douceur, de partage. Assaisonner le tout avec un soupçon de rêves, une bolée de rires et une pleine tasse de bonne humeur.
Verser maintenant la recette dans un grand bol de convivialité. Pour terminer, décorer avec un sourire... Servir avec tendresse...
Maintenant vous avez 365 jours pour la savourer ...

Bonne et Heureuse Année 2008 !

Nos temps forts ...

Nous recevrons l'inter réseau de Blois le mercredi 5 mars 2008 dans le cadre de l'inter-réseaux de la région Centre pour une journée de formation aux principes des Réseaux d'échanges de savoirs

De 10h à 12h : Temps de formation aux principes des Réseaux d'échanges de savoirs.
Repas à Equinoxe (chacun apporte quelque chose et on partage).
Après-midi : promenade sur les bords de Loire et visite du Musée du Compagnonnage.
(pour les personnes à mobilité réduite, il est prévu soit d'accompagner en bus ou par une voiture)
Possibilité d'avoir une visite guidée et de bénéficier d'un tarif de groupe : Inscrivez vous rapidement

Le jeudi 10 janvier 2008, 17 personnes étaient présentes pour un temps de rappel de ces principes.

La soirée a été co-animée par Véronique Chantreau qui a participé en 1999 au projet européen AFREROLE de recherche action et Bernadette Arnaud, ex-présidente du réseau.
Notre nouveau président Sylvain Naudin était présent également.
L'objectif de cette réunion étant de redéfinir les principes des RERS en rappelant le sens et le fonctionnement général. On a procédé à un tour de table pour que chaque participant se présente et expose ses offres et ses demandes personnelles.
Au vu des réponses collectées, les savoirs peuvent être regroupés en 3 catégories :

- FORMELS (acquis à l'école etc....)
- D' ACTIONS (apprentissage pratiques, type informatique, créatifs...)
- EXISTENTIELS (de vie, qui tourne autour de la personne...)

Une question a été posée à chacun : qu'est qu'un RERS ? Il en découle que :
Chacun est à la fois celui qui sait, et celui qui ne sait pas : parité dans l'échange.
Chacun est reconnu (RE-connaissance) pour ses points forts et ses manques, et se connaît mieux lui-même (meilleure connaissance de soi)
Ceci entraîne une inversion du regard sur l'autre car les manques de l'un vont permettre la valorisation de l'autre, dans un mouvement de va et vient.
On voit aussi se dessiner ce que peut être la réciprocité : non entre deux personnes, en miroir, mais en réseau ouvert.
La réciprocité n'implique pas obligatoirement l'égalité et l'absence de différences : la différence est utile et prise en compte..
Pas de notion de concurrence, de compétitivité, pas de classement comme à l'école !
Retour sur la gratuité, aspect très important (aucune barrière budgétaire)
Mixité sociale et culturelle : on essaie ici de faire tomber les barrières sociales et ethniques.
Valorisation de la personne, (et ne pas négliger pour ceux et celles qui viennent régulièrement le mardi matin, leur rôle d'animateur).
Véronique cite alors une définition du principe de réciprocité : « C'est la reconnaissance qu'autrui puisse exercer le pouvoir. Elle est de l'ordre du respect, et fait ressortir la capacité de chacun d'apprendre et d'enseigner » ... Elle amène forcément à transformer son regard sur l'autre ...». Bernadette propose pour finir un rappel de l'historique des RERS : suivent les récits « fondateurs »

La réunion s'est tenue au centre Equinoxe, qui nous héberge, autour de boissons, soupes, petits gâteaux, dans une ambiance toujours très chaleureuse, simple et sympathique. : un vrai moment de bonheur (Marie) !

Monique et Marie – 12 janvier 2008

Nos échanges... et nos savoirs

Echanges en cours ou réalisés :

- Découverte du micro portable du réseau
- Italien (groupe) les jeudis de 14h à 15h30
- Aquarelle (groupe) entre Joëlle, Jean-Paul, Bernadette, les lundis et/ou mardis
- Petits déjeuners du 1er samedi du mois
- Décoration, loisirs créatifs :
- Bulletin le Rayon de La Ruche : Brigitte et Catherine
- Dessin et expression artistique : Catherine et Michel
- Fait le 10/01/08: Les principes des RERS. Pour les nouveaux et anciens de l'équipe d'anim.
- Fait le 18/10/08 Galette des rois :
- Mon histoire de vie : Monique G et Liliane M
- Fait le 15/01/08 : Prise en main ordi portable

savoir	offreur	demandeur
Petit déj 1^{er} samedi du mois		
Vitrines déco	Brigitte J	Céline C, Annie G
Outlook	Céline	
Rayon de la Ruche	Brigitte/Catherine	Tous les 2 mois
Site internet	Sylvain	Marie, Céline, ...
Formation de base des RERS	Véronique C. Nicolle, Bernadette, Monique,	Nouveaux bénévoles en priorité (Rers Blois)
Publisher, SPIP	?	Nicolle B.
Dessin et expression artistique	Catherine C	Michel M
Petite déco	Martine	Céphise
Ecoute et communication	Ada W (Monique G et Catherine C, Nicolle B)	Groupe WE du 2 mars
Généalogie	RERS St Cyr	Céline
Soutien scolaire		Michel M
Nouvelle calédonie		Michel M
Bricolage (perceuse, peinture murale, pose étagère et cadres..)	Bernadette	Céphise C
Découverte de Tours ou bord de Loire	La Ruche : Bernard, autres	Réseau de Blois le 5 mars
Cuisine française de base	Martine O	Yasmine
Entretien d'un vélo		Marie R
Faire un châssis (mini serre) de jardin		Marie R
Faire une greffe		Marie R
Conseils en Bricolage, jardinage		Monique Bou
Initiation internet	Céline C	Martine B
Repérer les mails indésirables	?	Brigitte J
Atelier déco, loisirs créatifs	Brigitte, Martine O	
Présentation de la sophrologie	Monique Bou	
L'Iran	Mahy	
Cuisine iranienne		
Perf. Français langue	Marie	Mahy
Tapisserie – déco intérieure	Gérard	
Plomberie	Gérard	
Salsa	Ada	
massage – yoga	Ada	
Fabriquer un meuble carton	Marie, Bernadette	
Expérience et conseil future maman	Céline	
Confectionner des couches lavables	Annie Gu	
Couture, coupe	Bernadette, Annie Gu, Lucette Ch	...
Faire un kimono japonais	Bernadette	
Faire couture à 2	Lucette (mise à disposition d'1 machine à coudre)	
Couture vêtement pour enfants	Annie Gu	
Travail du cuir	Annie Gu	
Tricot, crochet	Monique, Bernadette...	
Boutures de tomates et autres	Monique	
Natation	Monique (sous réserve)	
Buffet, cocktails Cuisine (antillaise...)	Céphise	
Multimédia, photos numériques		
Cuisine algérienne, gâteaux	Fatima T	
Atelier écriture	Martine, Nicolle	
Lire le ciel à l'œil nu	Henri ? ou...	Bernard G
Philosophies orientales		Gérard
cuisine minceur		Céline
...		

Nos impressions ...

NOS PETITS DEJEUNERS

3 petits déjeuners se sont écoulés depuis le dernier bulletin en Novembre 2007. Il y a eu l'Automne, puis Noël et enfin en janvier l'Alsace. Voici quelques impressions des participants au dernier échange sur l'Alsace.

Ce samedi 5 janvier, Fatima R. nous a fait revivre les Noëls de son enfance en Alsace. Quand nous sommes arrivés dans la grande salle d'Equinoxe, la table était mise : belle nappe de couleur, photophores allumés et décorés de personnages traditionnels découpés minutieusement par Brigitte. Un peu plus loin, deux présentoirs en forme de maison alsacienne nous donnent à voir et à lire l'histoire, les paysages et les traditions de cette région.

Les préparatifs :

La difficulté était de trouver tous les ingrédients :

A l'occasion de mon pèlerinage en Alsace j'ai pu rapporter quelques victuailles :

- laverwurtz, traduisez saucisse à tartiner
- laentiakr ou gendarmes s'achètent toujours par paire, ça ressemble au saucisson sec en bâtonnet
- Baekaweaka, pain d'épice à base de fruits secs
- languettes de pain d'épice
- confiture d'églantine (ce qu'on appelle vulgairement le poil gratter, fruit de la rose sauvage, arbre appelé l'églantier)

Il a ensuite fallu confectionner les tartes :

- tarte à la mirabelle faites avec ma sœur. A notre grande surprise nous avons trouvé à Super U des mirabelles en bocaux faites chez le cultivateur le plus connu d'Alsace, c'est à dire Mr BEYER, le même que pour la confiture d'églantines
- tarte aux quetsches, bonnes quetsches trouvées chez Picard
- tarte au fromage blanc, grande spécialité en Alsace

Mais aussi les kougloupf achetés par Brigitte

Chaque mets avait son étiquette portant son nom, la prononciation a beaucoup fait parler.

Nous avons goûté ces sucreries tour à tour mais j'ai voulu faire essayer aux convives une coutume alsacienne dont ils se souviendront :

- tartiner son pain de laverwurtz et le tremper dans le café au lait, quelques uns se sont hasardés.

Cette matinée s'est terminée par l'évocation d'un personnage célèbre en Alsace, Saint Nicolas. La vraie histoire de Saint Nicolas a été racontée devant un public bien attentif. Le père fouettard a aussi eu sa place.



Bernadette et Fatima R.

L'échange qui a fait un carton !

Michèle et Léone n'ayant pu participer au précédent échange « fabriquer un chevet en carton » faute de place ; Marie et moi-même avons eu envie de tenter de re-transmettre notre nouveau savoir-faire.

Prenant notre rôle très au sérieux, nous nous sommes rencontrées (autour d'une séance de cinéma suivie d'un thé) pour « revoir » notre support d'échange, l'adapter et le modifier selon ce que nous en avons compris, riches de notre expérience. Puis nous avons fait les photocopies du gabarit du meuble, la liste du matériel nécessaire, impliqué les futures « stagiaires » dans la recherche du carton et réservé la salle pour 2 séances.

Sabria nous rejoint au dernier moment et, dans une ambiance chaleureuse et animée, cutters, scie sauteuse et pistolet à colle passent de mains en mains pour découper et bâtir le « squelette » du petit meuble puis l'habiller de carton préformé. Le travail est long et minutieux. Les 2 séances prévues ne suffisent pas. Marie accepte de prolonger son offre par un après midi. Plus tard, les cartonneuses ont poursuivi l'échange entre elles au gré de leurs disponibilités ; quelques conseils et encouragements ont été utiles pour mener à leur terme les chevets : finitions, collage de papier décoratif, vitrification. Promis, dès que possible, on se retrouve avec nos œuvres pour clôturer cet échange et se redire tout le plaisir de créer et d'être ensemble.

Bernadette

Echanges Vitrines

Dans un 1er temps, quelle joie de pouvoir se libérer des obligations qui nous lient à la maison et de pouvoir s'évader dans une activité qui nous tient à cœur et dans laquelle on puisse partager beaucoup de choses.

Ensuite, après la minutie et la patience de créer et coller les objets dans les vitrines, la satisfaction de pouvoir contempler sa propre vitrine et de pouvoir s'évader dans ce monde miniature.

Et pour finir, quel bonheur d'avoir accompli quelque chose de ses propres mains et d'avoir pu partager cela avec d'autres personnes et d'avoir aussi appris. Merci à Brigitte (alias Mary Poppins) et à Roger pour leur accueil et leur générosité.

vive la créativité et l'imagination!

Céline.

La galette du réseau

Le 18 janvier, nous avons dégusté les galettes réalisées en échange avec Marie comme chef et Mahy comme apprenti qui a fabriqué elle-même une galette. La reine d'un soir était Lucette dont c'était le quatrième couronnement de la nouvelle année !

Les petites annonces...

Contacts inter réseaux

Mardi 8 janvier 2008 je suis allé à la réunion mensuelle du Réseau des Sentiers du Savoir de St Cyr. Cette réunion s'est déroulée dans une ambiance sympathique. Trente participants environ étaient présents pour la mise en place des activités du prochain trimestre. Suivit la dégustation d'une galette des Rois et d'un vin pétillant.

Ma présence à cette réunion : essayer de mettre en place avec les secrétaires des réseaux concernés un échange permanent d'offres et de demandes. Un affichage dans les locaux et sur Internet permettra une consultation rapide. Je vais contacter St Pierre des Corps pour relancer l'Inter-Réseau, permettant ainsi aux adhérents des 3 réseaux locaux de pouvoir échanger plus facilement nos différents savoirs et pour que le plus grand nombre puisse en profiter. Bien que le réseau de La Ruche soit connu et ouvert vers d'autres associations et partenaires (le réseau de Blois, les Studio, les écoles de travail social de Tours, l'AFCM et l'ensemble d'Equinoxe, etc.), il faut sans cesse nous relier, faire connaître la richesse en savoirs des réseaux et organiser des échanges collectifs ou non pour fidéliser les participants.

L'inter-réseaux permettrait, à condition qu'il fonctionne dans les meilleures conditions possibles (respect de la charte notamment et implication des adhérents) et avec d'autres projets propres à La Ruche, de récolter, faire circuler et proposer toutes les offres et demandes des réseaux tourangeaux.

Ce jeudi 17 janvier 2008, je suis allé au réseau de St Pierre des Corps. J'ai reçu un accueil très chaleureux de Caroline Venot et des personnes présentes à la Ronde aux savoirs. Lors de notre rencontre, certaines personnes envisagent de venir à nos petits déjeuners du samedi matin. Personnellement, j'ai un projet qui peut être commun aux 2 associations : Un échange en tapisserie, la Ronde aux Savoirs dispose d'un local qui nous conviendrait pour pratiquer cet échange. Les personnes intéressées à la Ruche peuvent me contacter.

Le secrétaire
Gérard

Une nouvelle initiative en Touraine : Le Réseau Faire Savoir

« Contre les inégalités d'accès aux savoirs, il faut se mobiliser. Comment ? Avec le Réseau Faire Savoir, toute nouvelle initiative à Tours et son agglomération. Ce réseau a pour ambition de rassembler celles et ceux qui veulent rendre les savoirs accessibles à tous. En complément de l'école, il existe en effet un ensemble de dispositifs qui vont du soutien scolaire aux conférences publiques en passant par l'alphabétisation. Notre objectif est de les recenser et de les diffuser au maximum aux populations concernées. Notre outil est un site Internet www.faire-savoir.net, qui servira de support au développement d'autres moyens de diffusion (une lettre, un annuaire, des tracts, etc.). Nous envisageons de mettre en place une bourse où chacun pourra offrir des heures d'enseignement ou de soutien gratuit ».

Nos finances...

Gérard notre secrétaire nous informe que, dans le cadre du **Contrat Urbain et de Cohésion Sociale**, une subvention de 500,00 Euros pour notre **Association La Ruche aux Savoirs** sera versée le 5 février 2008 par la Marie de la Ruche.

« Jeux d'expression et Je partage »

Ada nous propose...

un week-end "**Jeux d'expression et Je partage**" autour de l'écoute, de la communication et du théâtre **les 1/2 mars 08**

L'idée est venue de la difficulté de certaines abeilles de la ruche à entendre...ou se faire entendre.

Puis, le projet s'est développé jusqu'à devenir **un week end pour se retrouver, en toute convivialité**, soit à Equinoxe, soit dans un gîte loué pour l'occasion.

Aucune expérience ni compétence spécifique nécessaire bien sûr, chacun vient simplement avec sa motivation.

Découvrir le théâtre représente une occasion de **s'exprimer, explorer ses émotions, écouter l'autre** et jouer avec lui.

Les exercices de théâtre, sous forme très ludique, sont autant de petits jeux pour trouver sa place dans l'espace et dans la relation à l'autre.

A travers différents échauffements, nous pouvons expérimenter nos atouts et nos timidités afin de mieux comprendre le fonctionnement de la communication et nous sentir plus à l'aise.

Objectifs :

- Sentir, ressentir, rencontrer son corps et sa voix
- **Oser** parler, jouer, placer sa voix dans la conversation, son corps dans l'espace
- **Ecouter**, comprendre l'autre, savoir se taire pour lui laisser de la place
- Améliorer notre capacité à communiquer, à convaincre, être plus à l'aise à l'oral
- **Comprendre** ce qui se joue dans le verbal et le non verbal

Exercices :

- Tout commence par une **relaxation** pour se détendre, lâcher notre quotidien, apprivoiser notre corps.
- **Exercices seul** : marche, respiration, travail du souffle
- Exercices **à deux** : marche les yeux bandés, simulations de discussions, marche avec des boules Quiès
- Exercices **en groupe** : travail **en cercle** avec un ballon pour améliorer la circulation d'énergie et de parole, mises en situation de communication.
- Pour finir, temps de « récupération », respiration, **massages**.

Tout au long de l'atelier, de courts moments d'échange seront proposés pour partager ses impressions."

Merci de vous inscrire rapidement, soit par mail soit à la réunion du mardi matin

Ada

Février c'est le mois de ...

Voici venu le temps de la chandeleur

La Chandeleur! Répondons nous tous en chœur c'est le jour des crêpes, des crêpes que l'on prépare entre amis, ou entre parents et que l'on fait sauter ou que l'on tourne dans la poêle tout en tenant dans la main une pièce en or, parce que réussir cette acrobatie porte bonheur dit le dicton...

Des crêpes ! des crêpes onctueuses, savoureuses, dorées comme le soleil d'été... des crêpes préparées pendant la messe de la Chandeleur, avant le coucher du soleil ; Mais savez-vous que dans certaines régions, les crêpes ont remplacé les beignets aux pommes dans le Berry, les Roubigneaux dans l'Yonne

Si vous voulez goûter les Roubigneaux : ce sont des beignets composés de farine délayée dans du lait et frits dans la poêle, à l'huile et au beurre. Les proverbes ont trait bien souvent soit au temps (prévision du temps selon l'attitude des animaux, loup ou ours), soit à la bonne ou mauvaise fortune
Pour la chandeleur, l'hiver meurt ou prend rigueur. Berry S'il pleut sur la chandelle, il pleut sur la javelle. Berry La chandeleur rompt le cou aux veilleurs, mais les bons enfants vont jusqu'à carême prenant. Yonne

Les mariottes à Montbard
Les navettes à Marseille



PROVERBE PERSAN

La patience est un arbre dont les racines sont amères
mais dont les fruits sont très doux.



Courrier des lecteurs

N'oubliez pas de nous envoyer toutes vos suggestions vos impressions pour le prochain bulletin.

Catherine et Brigitte.

Le Perce-Neige

Violette de la Chandeleur,
Perce, perce, perce-neige,
Annonces-tu la Chandeleur,
Le soleil et son cortège
De chansons, de fruits, de fleurs ?
Perce, perce, perce-neige
A la Chandeleur.



Robert DESNOS (1900-1945)



artemid

La recette 4-3-2-1 faites sauter les Crêpes



- * 4 verres de lait
- * 3 œufs
- * 2 verres de farine fluide
- * Sel
- * 1 sachet de sucre vanillé
- * Rhum pour les gourmands

On mélange tous les ingrédients

On se régale et c'est facile.