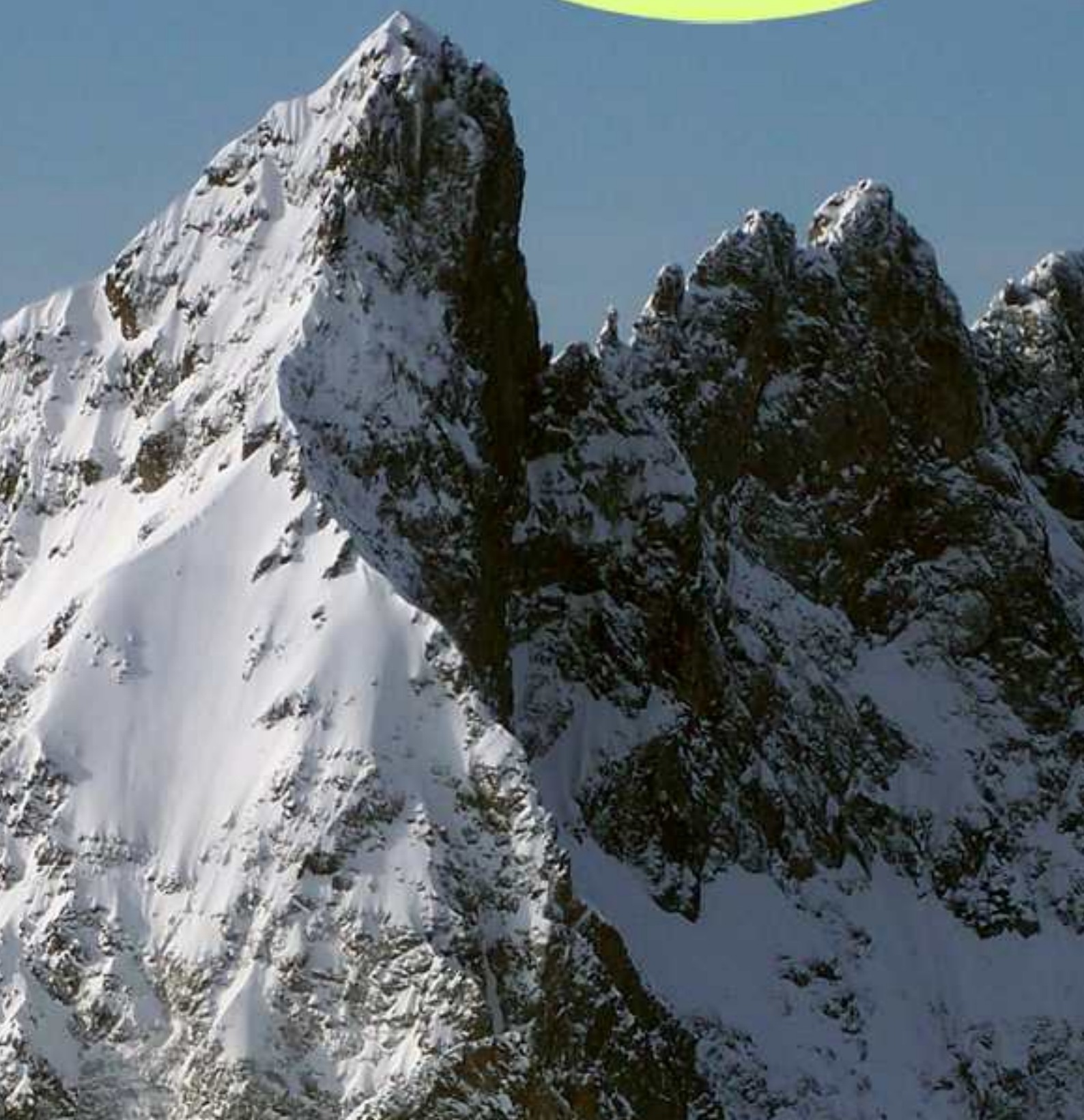


La Bafouille du Réseau

LE BULLETIN DE LIAISON DES ADHERENTS DU RESEAU D'ECHANGES
RECIPROQUES DE SAVOIRS DE POISAT

Bafouille n°27 - Décembre 2024



Il y a tout juste dix ans, nous étions 9, réunis autour d'une table, pour donner naissance à notre RERS ! C'était le début d'une belle aventure.

Les premières inscriptions et les premiers échanges ont commencé en janvier 2015 et notre réseau s'est construit peu à peu.

Le 31 janvier prochain, notre association se réunira pour la dixième fois en Assemblée Générale !

Petit rappel : pour enrichir cette soirée, nous sommes invités à préparer avec nos groupes d'échanges (ou individuellement) une animation à partir du thème que nous avons choisi tous ensemble : **DIVERSION** ou **DIX VERSIONS**.

Belles cogitations !

A toutes et à tous : Bonne fin d'année 2024 et à bientôt le plaisir de se retrouver.

Soizic



Prochains événements 2025

- **Assemblée Générale du RERS Poisat le samedi 31 janvier.**
- **Soirée conviviale du réseau le vendredi 14 mars.**
- **Fête des 10 ans du réseau le samedi 17 mai.**

Rencontres du Réseau

Soirée
conviviale du
29/11/2024



Nous étions une trentaine de membres du RERS présents dans un cercle chaleureux pour notre rencontre conviviale du 29 novembre 2024.

Soizic nous a parlé des actualités du réseau puis nous avons fait un point sur les offres et les demandes :

- Malou aimerait maîtriser le logiciel Google Sheets.
- Jean propose de relancer l'échange photo.
- Odile reprend son atelier mémoire.
- Marie vous aide à assouplir vos articulations.
- Nadine nous prépare une séquence astronomie.
- Patrick nous enjoint à rendre compte de nos échanges par un article pour la Bafouille.

Nous avons enfin évoqué des dates du réseau à retenir :

- 10 et 13 décembre : inscriptions

- 31 janvier assemblée générale : thème DIVERSION (dix, pas moins)
- 17 mai : fête des 10 ans du réseau de Poisat



Rencontres du Réseau

Soirée
conviviale du
29/11/2024

Nous sommes ensuite passés à la partie animation de la soirée !



La lumière venait de l'écran. Éblouissante Sicile ! Merci, Hervé, pour la présentation de ton voyage !



Michel nous a ensuite proposé un jeu de rythmique en claquant dans ses mains, suivi d'un canon :

**« Beaux yeux , beaux yeux,
depuis que je vous admire,
je n' en suis pas plus heureux »**



C'était très agréable, merci Michel.
A reprendre en polyphonie sous la douche !



Marielle nous a présenté, avec l'aide de Lucette, deux fables grivoises de Jean de La Fontaine.

Rencontres du Réseau

Soirée
conviviale du
29/11/2024



Dans un stand-up ultra dynamique, Jean nous a subjugué avec un texte de Boris Vian.

La java des bombes atomiques



Marie et Martine nous ont bluffé avec leurs évocations littéraires d'odeurs cocasses, saugrenues et imprévisibles. Des odeurs qui se respirent avec les oreilles.



Rencontres du Réseau

Soirée
conviviale du
29/11/2024



Lucette nous a fait jouer avec un quiz sur les cris d'animaux.



Au fil de l'eau, les volontaires ont testé l'aquarelle.



Nous avons fini avec le buffet et ses prestations culinaires excellentes mais invisibles ici...

Si vous voulez en être convaincus, venez la prochaine fois !

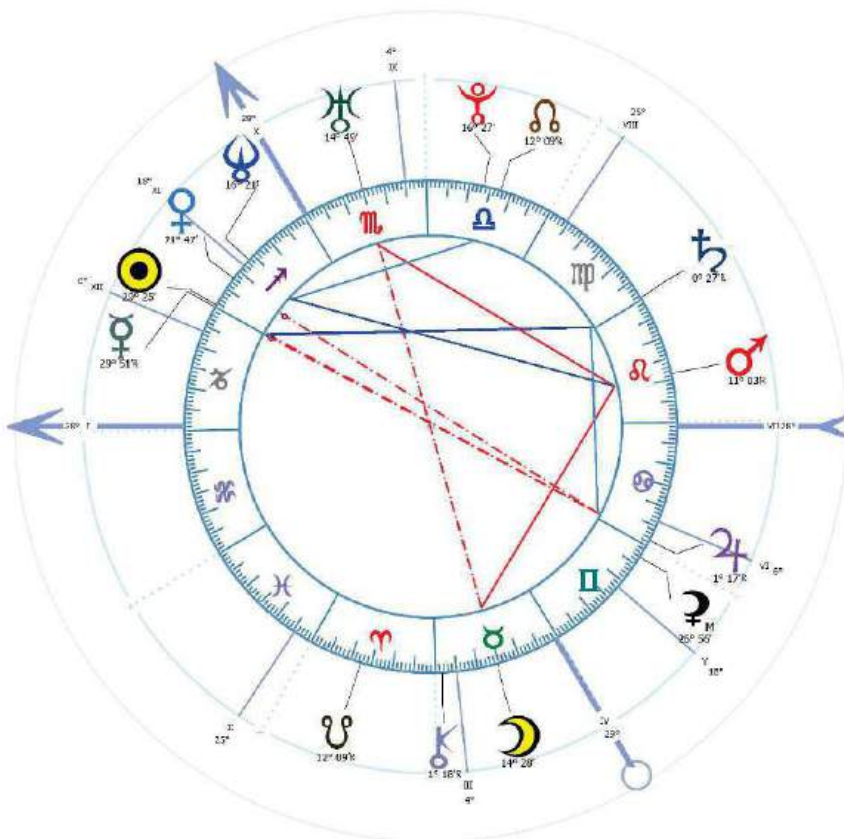
Odile



Vous connaissez déjà votre signe du zodiaque, mais connaissez-vous votre ascendant ?
Pourquoi l'appelle-t-on ascendant ?
Et la Lune, dans quel signe se situait-elle le jour de votre naissance ?
Elle révèle comment vous exprimez vos émotions, entre autres.

Une séance de présentation aura lieu fin janvier ou début février pour permettre aux personnes qui le souhaitent de voir l'astrologie autrement qu'à travers l'horoscope des magazines.

Madeline



Les planètes, vous les connaissez déjà par le biais de la mythologie, elles ont chacune leur symbole.

Jupiter représente un personnage important.

Mars la façon d'agir, de réagir.

Mercure le messager indique votre manière de communiquer et d'apprendre, etc.

L'échange « initiation astrologie » que je propose vise à vous faire découvrir les interactions entre ces divers personnages dans votre thème et dans ceux de personnalités connues.



Nous nous réunissons au domicile de Marianne, une fois par semaine, en général le vendredi après-midi et durant 2 h.

Nous expérimentons, nous testons et nous apprenons, les différentes techniques de l'aquarelle grâce à Marianne, qui est toujours de bons conseils.

Je me suis intégrée au groupe constitué de Lucienne et de Yann.

L'ambiance est joviale et détendue tout en peignant avec sérieux et concentration !!!

Nous avons travaillé sur le thème "diversions" qui sera exposé à l'AG. Sinon chacun d'entre nous a ses propres thèmes ou inspirations... Personnellement, j'ai un penchant pour les marines.

Merci Marianne !

Linda



Nous nous retrouvons toutes les quatre ce mardi après-midi là. Il fait beau et chaud comme un mois de Juillet normal !

Nous allons découvrir les oyas !



Tout d'abord, il y a la présentation du matériel, un pot dont le trou a été bouché et une soucoupe en terre cuite, les deux non vernissés.

Il est indispensable que la poterie reste poreuse pour laisser passer l'humidité une fois remplie d'eau et enterrée, c'est ce qui fera fonction d'arrosage pour les racines des

plantes. Il y a également la possibilité de planter des cônes en terre cuite vissés sur une bouteille remplie d'eau.

Le système racinaire va se développer en se rapprochant de cette partie plus humide. On peut les mettre en pleine terre ou en pot. L'eau utilisée provient d'un récupérateur d'eau placé sous une gouttière.



Nous avons également évoqué ces petites bêtes qui mangent nos légumes à notre place et sur la façon dont on peut s'en débarrasser provisoirement ou bien de manière plus définitive .

L'échange sur ces nouveaux moyens d'arrosage fut très riche en conseils et savoirs divers et variés incluant tout ce qui touche à la nature : jardinage, noms de plantes avec ou sans fleurs, techniques de culture, espaces pour jardins collectifs...

Jeanne, Odile, Lucette et Pierrette



A l'aide de notre énergie interne et de notre intention, nos mouvements ne se font pas dans la force,



Et les poignets...



Et les hanches...



Et les genoux...



Et le creux poplité...

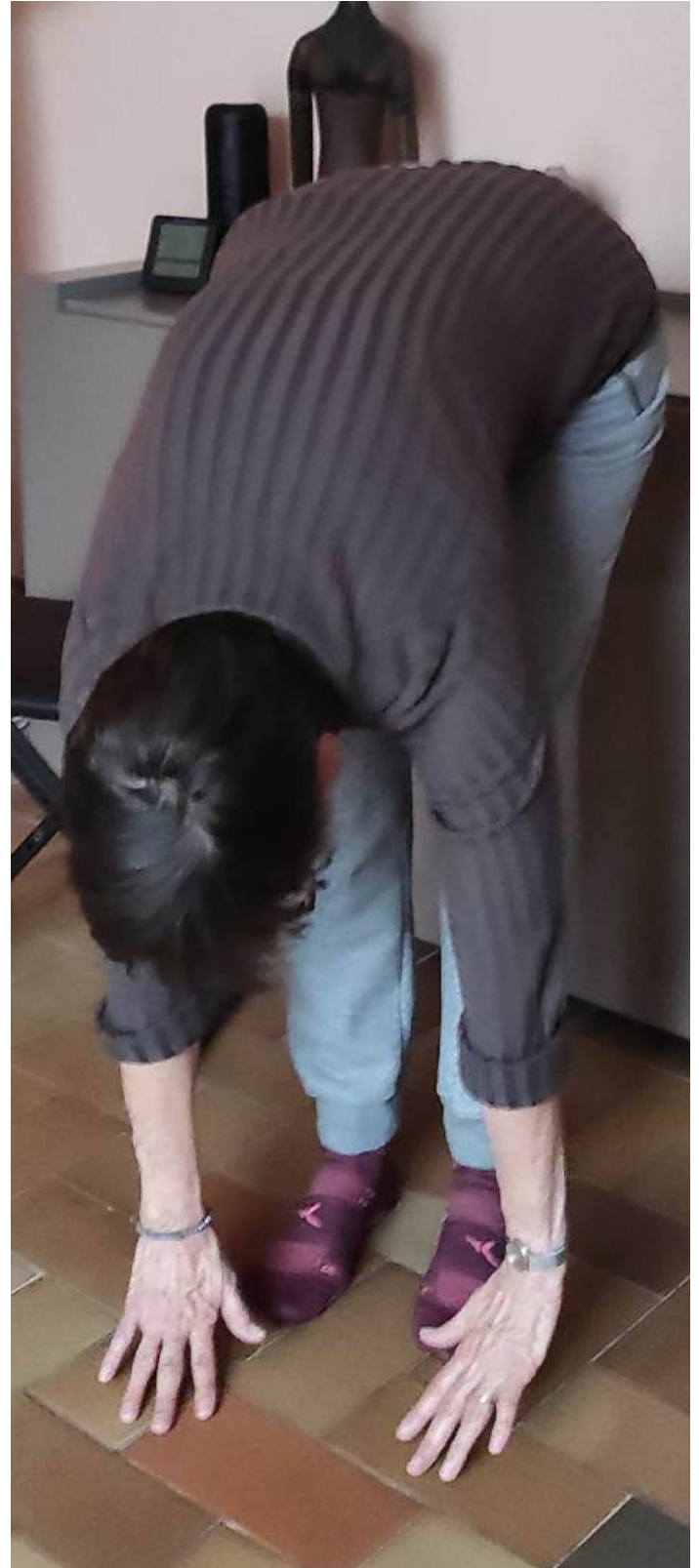


Et les cervicales...

Et la tête et les ailes !!!

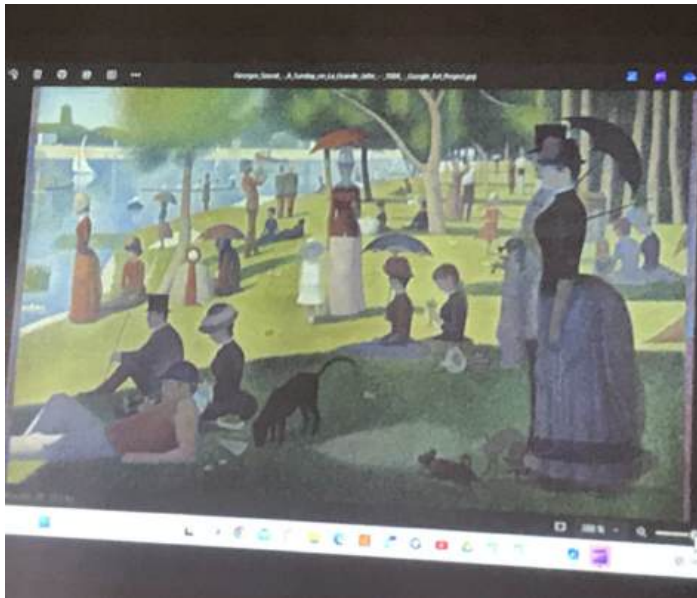
Articulations nous te déverrouillerons...

Mary

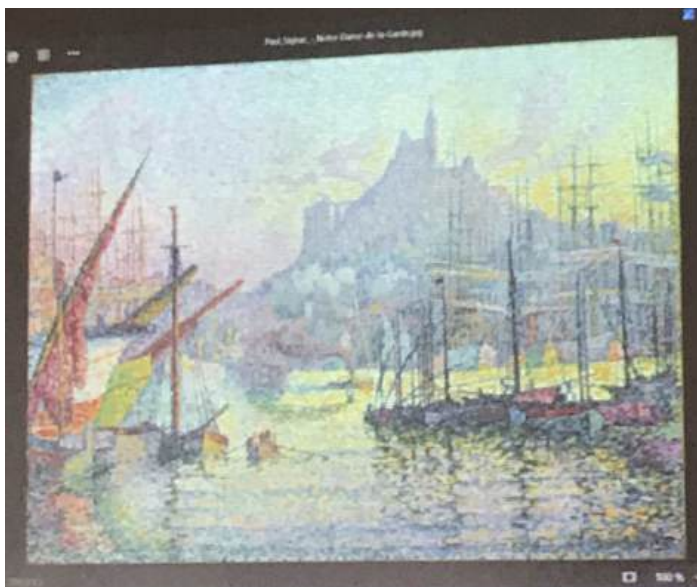


Visiter une exposition de peinture avec un guide, sans sortir au musée, c'est possible et très agréable. Ça m'est arrivé grâce à Claude qui a animé habilement un atelier sur les Néo-impressionnistes.

Ces tableaux faits de petites touches de peinture formant, de loin, une image ont longtemps été rejetés par le public. Maintenant nous apprécions des œuvres comme Un dimanche après-midi à l'île de la Grande Jatte de G. Seurat, le chef de file,



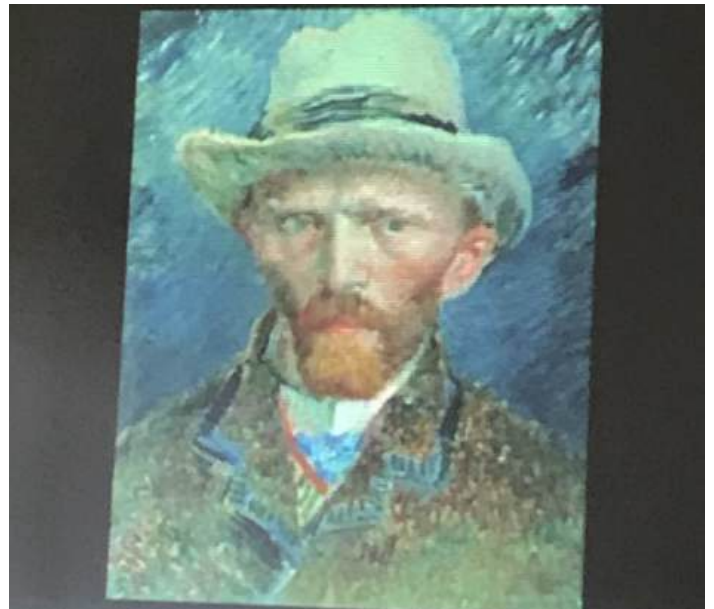
Notre Dame de La Garde de P Signac,



Deux femmes sur la côte d'H. Edmond-Cross.



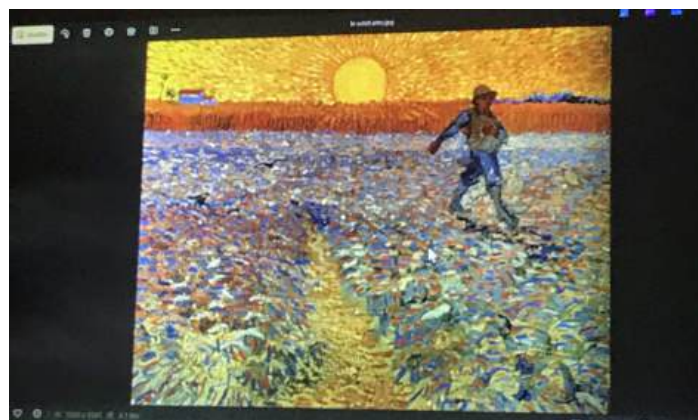
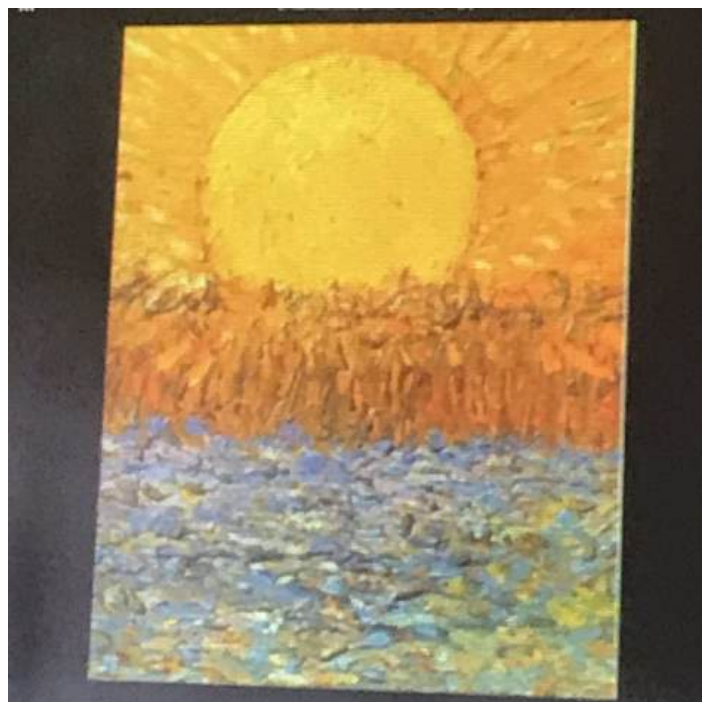
Pour chaque œuvre, Claude nous parlait des personnages représentés, des lignes qui dirigent notre regard, de la profondeur de l'espace, du choix des couleurs. De l'influence des artistes les uns sur les autres, de l'évolution de leur technique.



Puis nous avons tranquillement glissé vers Matisse, et Van Gogh: sa peinture de l'imaginaire auquel il ajouta mythes et symboles ; ses frictions avec Gauguin, sa maladie qui s'invitait largement dans ses œuvres.

Ces décryptages de peintures très intéressants nous permettent de redécouvrir les artistes et leurs œuvres. On se prend au jeu, on participe et ON SE RÉGALE.

Pierrette



Échanges réguliers en cours

Arts et artisanat

Aquarelle
Dentelle au fuseau

Culture

Atelier d'écriture
Lectures partagées
Psychologie
Rencontres cinéma

Jeux

Apprentissage de la belote

Langues

Allemand conversation
Allemand intermédiaire
Anglais conversation
Anglais débutant
Anglais intermédiaire
Espagnol conversation
Espagnol débutant
Français pour les étrangers
Italien intermédiaire

Musique, théâtre danse

Exploration du monde musical
Jeux Théâtraux

Santé, Bien-être, Sport

Assouplissement des articulations
Entraînement mémoire
Marche dans la colline

Questions

Vous avez une demande ? Une offre ?

Vous êtes intéressé-e par un échange en cours ?

N'hésitez pas à envoyer un mail ou à téléphoner au réseau.

(Vous pouvez aussi vous adresser à un membre de l'équipe d'animation)

Propositions

(Certaines offres ci-dessous ont déjà fait l'objet d'échanges ponctuels mais restent d'actualité.)

Arts et artisanat

Atelier Récup'Art
Construire un jeu "triolo"
Couture facile
Pyrogravure
Sculpture sur béton cellulaire
Tricot

Cuisine

Cuisines d'ici et d'ailleurs

Culturel

Astrologie
Echanges culturels avec des non-francophones
Généalogie : initiation
Généalogie : Recherche avec Geneanet
Histoire de l'art
Lecture cartes routières et IGN
Préparer son voyage en Italie
Présentation de pays : Albanie, Ukraine, Canada, etc.
Présentation d'un parcours d'intégration en France
Savoir organiser son voyage (modalités pratiques)
Visites culturelles

Danse

Danse en ligne

Informatique et Technique

Choisir un vélo (route, VTT, ...)
Entretien un vélo

Appli pour planifier voyages ou randonnées (en voiture, à pied, en vélo, etc.)
Apprentissage de la mise en page sur le logiciel Scibus
Montage vidéo
Premiers pas sur un PC et bureautique
Smartphone : paramétrages de base
Tableur (excel ou autres)
Utiliser divers outils GPS
Utiliser un appareil photo
Utiliser un ordinateur Mac

Jeux

Belote débutant
Coinche débutant ou confirmé
Rencontre multi-jeux
Tarot débutant

Langues

Partage des ressources FLE

Nature, Sciences, Technique

Astronomie
Taille et entretien des plantes

Santé, Bien-être, Sport

Oléagineux et graines dans l'alimentation
Qi Gong des yeux
Randonnées et lecture de cartes
Yoga

Demandes

Arts et artisanat

Dessin

Informatique et technique

Utiliser Photoshop

Jeux

Apprendre le bridge

Langues

Arabe conversation
Italien conversation

Italien débutant
Langue des signes

Nature et sciences

Identifier les oiseaux (nom et chant)

Santé, Bien-être, Sport

Balade sur terrain plat
Echanges sur le rôle des aidants
Gestion du stress

Bibliothèque du Réseau

Livres

Claire et Marc Héber-Suffrin

- 1- L'enfant enchanté...qui devint enchanteur dans la manche d'un géant
- 2- Échangeons nos savoirs !
- 3- Donner-recevoir des savoirs.
- 4- Plaisir d'aller à l'école.
- 5- Des outils pour apprendre par la réciprocité.
- 6- L'école éclatée.
- 7- Penser, apprendre, agir en réseaux.
- 8- Apprendre par la réciprocité.
- 9- Échanger les savoirs.

DVD

Comme chacun sait.

Thérèse Dubonnet

- 1- Les fils de ma vie.
- 2- L'histoire du RERS de Seyssinet Seyssins.

Atelier écriture

- 1- Dans un jardin, je suis entrée.
- 2- Ce jour-là on a ri, mais on a ri ...
- 3- Le meilleur reste à venir.
- 4- Le puceron et l'orchidée.
- 5- Histoires de godasses.
- 6- Un jardin sur la lagune.
- 7- Contre vents et marées.
- 8- Drôle de couple.
- 10- Où va ce qui est oublié?

Ces ouvrages sont à votre disposition.

Pour les emprunter, adressez-vous à Lucette ou au RERS.

Equipe animation

Henri, Jeanne, Lucette, Marianne, Marielle, Patrick, Soizic, Thierry.

Equipe Bafouille

Yann, Patrick

Pour la prochaine Bafouille, pensez à nous envoyer des textes et des photos de vos échanges ou toute création personnelle : jeu, poème, etc...

Pour nous contacter



rrerspoisat@free.fr

rrerspoisat.patrick@yahoo.fr



07 83 63 29 04



<http://rrerspoisat.free.fr>