



Dunes et Bocage

Réseau d'Echanges Réciproques de Savoirs® du Pays de Coutances

Les « Nouvelles du Réseau » n° 87 - Avril, mai, juin 2023

Edito

Ce journal vous parvient alors que notre Assemblée générale vient d'avoir lieu. Plus de trente membres du réseau se sont déplacés. Ils ont eu l'occasion de donner leur avis sur les activités de l'année écoulée et de contribuer à l'élaboration de nos nouvelles orientations.

Nous avons souligné la création de deux nouveaux ateliers collectifs (photo et jeux de société) mais aussi une légère baisse pour les échanges individuels. Nous nous sommes engagés à traiter le plus rapidement possible les offres et demandes au fur à mesure de leur apparition.

Nous poursuivrons les permanences habituelles au Pont-de-Soules, à la Maison

des associations d'Agon, mais aussi, de façon ponctuelle dans d'autres lieux, comme les Unelles, afin d'améliorer notre visibilité et contacter de nouveaux publics.

Enfin nous sommes contents d'accueillir deux nouveaux bénévoles, Fabienne et Michel, au sein de l'Equipe d'animation.

Et puis, n'oublions pas une autre occasion de nous retrouver, d'échanger lors de notre prochain repas partagé (voir infos ci-dessous).

L'équipe d'animation

A noter dans vos agendas

Le **jeudi 13 avril** de 17h 30 à 18h 30, un atelier « **Respire** », salle Chausey, Maison des associations, rue de la Couraierie à Agon. Fabienne nous fera explorer notre souffle sur 3 niveaux : abdominal ou diaphragmatique, thoracique, claviculaire. Il se clôturera sur un bref temps de méditation intérieure - Contact : Fabienne au 06 06 64 04 24.

Le **dimanche 28 mai** de 10h à 12h « **Echanges de savoirs au jardin partagé** » rue de la Couraierie (derrière la Maison des Associations) à Agon. Ces Portes ouvertes sont organisées dans le cadre des « Journées nature » initiées par la mairie d'Agon-Coutainville.

Le **lundi 26 juin** à partir de 19h, ce sera **notre repas partagé**. Il se passera au foyer des Marettes, rue du Feugré à Agon. Comme à l'habitude, venez avec des amis, de la famille, un plat à partager, de la musique, des chansons, des histoires, et n'oubliez pas vos couverts !

N'hésitez pas à en parler autour de vous et à pousser les portes ou les barrières !

Les ateliers : venez y faire un tour pour savoir de quoi il retourne !

Atelier théâtre

De 17h à 18h 30
à la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON

Les **mardis 11 avril, 2 mai, 23 mai, 20 juin**

Contactez Claudine au : 06 89 23 59 12

Atelier d'écriture

A 16h
à la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON

Les **jeudis 13 avril, 11 mai et 15 juin**

Contactez Sylvie au : 02 33 47 96 46

« Philorézo »

De 10h à 11h 30
à la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON

Lundi 12 juin

Thème : « Peut-on être heureux en faisant le mal »

Si vous êtes intéressé (e), faites-vous connaître afin que nous puissions vous communiquer les textes à partir desquels nous échangerons.

Contactez Jacqueline au : 06 79 80 13 27

Tchatte café*

De 10h à 11h
à la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON

Jeudi 13 avril : « L'Iran »
Jeudi 11 mai : L'euthanasie »
Jeudi 15 juin : « Les préjugés »

Contactez Catherine au : 06 70 53 49 06

**Le "Tchatte" est un espace de discussion où l'on échange sur des sujets aussi divers que variés (actualité, politique, société...). Il a lieu un jeudi par mois*

Atelier jeux de société

Pour adultes et enfants

Mercredi 26 avril de 14h 30 à 17h
Maison des Associations - Salle Chausey
AGON

Découverte de jeux. Chacun, chacune pourra apporter un jeu qu'il fera découvrir aux autres.

Inscription obligatoire

Contactez Jacqueline au : 06 79 80 13 27

Pieds de vers, verres à pied ...

à 17h 45
à la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON

Jeudi 15 juin
« Dégustation et histoire d'un vin du Portugal - Lecture de poètes portugais ou de poèmes sur le Portugal
Offreur : Jean-Jacques

Contactez Jacqueline au : 06 79 80 13 27

Les ateliers

« Atelier créatif »

A la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON
De 14h à 17h

Mercredi 19 avril
Aquarelle /enluminure
Offreuse : Rosie



Mercredi 10 mai

Carte explosive
La carte, aplatie dans l'enveloppe, prend
tout son volume quand elle est sortie de
celle-ci...
Offreuse : Christine L.

Mercredi 21 juin
Technique « Rêveries de papier »
Thème été



Merci de prendre contact pour connaître le matériel nécessaire.

Contactez
Christine au : 06 81 07 23 18
ou Jacqueline au : 06 79 80 13 27

« Jardin partagé »

A la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON

Tous les
mercredis et dimanches de 10h à 12 h

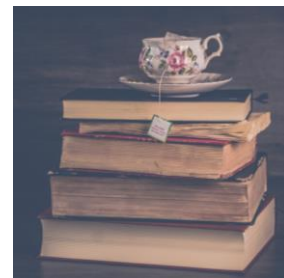


**Contactez Erick au 06 43 05 26 95 ou un
jardinier de votre connaissance**

Atelier lecture

A la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON

Judi 15 juin à 14h 30



Comme chaque année à la veille de l'été,
vous êtes conviés à venir parler d'un livre
que vous appréciez particulièrement et dont
vous conseillez la lecture...

Contactez :
Catherine au 06 70 53 49 06

Les ateliers

Atelier osier/vannerie

A la **Maison des Associations**
Rue de la Couraierie
AGON

Tous les vendredis à 14h jusqu'à la
montée de la sève... environ mi-mai



Contactez
ou Jean au : 07 81 05 05 53

Atelier « textile, machine, fil et laine »

*Patchwork, couture, broderie, tricot,
dentelle ...*

Les vendredis De **9h à 12h**
A la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON

Les vendredis :

- 7 avril, 19 mai, 2 – 16 et 30 juin,
 - 14 avril et 5 mai
- « Sac cabas »



Offreuse Anne-Marie

Chacun, chacune peut, également, venir
avec son ouvrage en cours ou son projet.
Des conseils pourront lui être apportés.
Surveillez les mails hebdomadaires, des
dates d'atelier sont souvent rajoutées.

Contactez
Anne-Marie au : 07 80 50 50 65 (aux heures
des repas)
ou Annick au : 02 33 07 47 57

*Merci de prendre contact pour connaître les
fournitures nécessaires.*



Assemblée générale du lundi 20 mars

Atelier « Eco Rézo »

A la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON

Pas d'échange ouvert ce trimestre-ci, cependant si vous êtes intéressé (e), n'hésitez pas :
contactez Michèle au 06 61 47 14 41

Atelier Cuisine

A la Maison de quartier de Claires-Fontaines
Place Victor Hugo
COUTANCES
à **17h30**

Lundi 22 mai

Plat principal : Lasagnes aux lentilles – Offreuse Gilberte
Dessert : Crème à l'orange – Offreuse Hélène

Inscription obligatoire

Les autres dates et recettes échangées seront fixées par le groupe

Contactez Hélène au : 02 33 07 59 22 ou Liliane au : 02 33 76 25 99

Découverte de sentiers de randonnée

(Entre 6 et 10 km)



- « La campagne », le **mardi 18 avril** - Rendez-vous à 14h à la mare de l'Essay de Coutainville - Offreuse Marie
- « Les dunes d'Annoville », le **9 mai** - Rendez-vous à 14h au parking des dunes à Annoville - Offreuse Marie
- « Les 3 Vallées », le **mardi 13 juin** - Rendez-vous à 14h au parking de la piscine de Coutances de - Offreuse Agnès
- « La voie verte » le **mardi 4 juillet** - Rando avec **pique-nique** au bord de la Soulles - Rendez-vous à 10 h au grand parking du Pont-de-la-Roque - Offreuse Marie

En cas de mauvais temps les échanges peuvent être annulés. Merci de vérifier et de vous inscrire. N'oubliez pas de prendre de bonnes chaussures pour la marche.

Atelier photos

A la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON



le **lundi 17 avril à 14h**

Et votre appareil photos n'aura plus de secrets pour vous !
Les dates suivantes seront fixées par les participants.

Contactez *Erick* au 06 43 05 26 95

Atelier « Aujourd'hui, on finit ! »

A la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraerie - **AGON**
Le mercredi 7 juin à partir de 9h et jusqu'à 17h

Nous avons tous des travaux en cours et que nous n'arrivons à finir : des photos à trier, une boîte en cartonnage inachevée, un ourlet à faire depuis des mois, un tricot à monter... Et bien ce jour-là, on s'y met et on essaie de finir ou du moins de bien avancer. Et comme on est là pour toute la journée, on apporte chacun, chacune, un plat sucré ou salé que nous partagerons au moment de la pause à midi. Contactez *Jacqueline* au 06 79 80 13 27

Pour consulter la liste des offres et demandes remise à jour en novembre 2022 suivez le lien :



<https://rers-dunesetbocage.fr/offres-et-demandes/>

Les permanences

Vous désirez en savoir plus sur notre fonctionnement... vous inscrire... nous vous accueillons, **hors vacances scolaires** à :

Coutances

- le jeudi de 14h à 17h - Pont de Souilles - 4, rue de Morville - Contact : 06 09 54 66 96
- 6 avril - aux Unelles - Chalet au rez-de-chaussée de 10 à 12h

Agon-Coutainville

- le vendredi matin de 9h30 à 11h30, les jours d'atelier « Textile, fil et laine » (*cf les dates à l'intérieur de ce journal*) - Maison des Associations – Salle Chausey - Rue de la Couraerie (Agon)

Ou sur rendez-vous aux numéros de téléphone ci-dessous :

Erick : 06 43 05 26 95 - Jacqueline : 06 79 80 13 27

Nos partenaires : la CAF de la Manche ; la M.S.A ; les Communes d'Agon-Coutainville et Coutances, FORESCO (Association des Réseaux d'échanges réciproques® de savoirs de France)

Réseau d'Echanges Réciproques de Savoirs® « Dunes et Bocage »

Siège de l'association : Mairie, 2 rue Louis Périer

50230 AGON-COUTAINVILLE

06 43 05 26 95 ou 06 79 80 13 27

rers.dunesetbocage@free.fr

<https://rers-dunesetbocage.fr/>

Association bénéficiaire de l'agrément « Espace de Vie Sociale » Caf
Agréée « Jeunesse et Education Populaire »