



Dunes et Bocage

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

Les « Nouvelles du Réseau » n° 90 – Janvier, février, mars 2024

EDITO

« Bonnes fêtes et bonne année », c'est toujours agréable d'émettre de tels souhaits et la période nous y invite... Alors ne boudons pas ce plaisir !

Quelques dates de festivités donc :

- notre repas partagé se déroulera à la maison des associations d'Agon le lundi 15 janvier 2024 à 19 heures selon les modalités habituelles ;

- le réseau Solid'R organisera aussi un repas partagé ouvert aux adhérents des différentes associations qui le compose, dont « Dunes et bocage », le dimanche 18 février à 12 heures à Tritout. Il sera précédé d'un moment de taille collective des arbres fruitiers du verger partagé situé à côté de la ressourcerie. Des spécialistes nous guideront dans cet exercice. Intéressé ? Venez nous rejoindre !

Parmi les vœux de nouvelles année citons notre attente de la réponse de la CAF au sujet de notre projet de renouvellement de notre agrément EVS (Espace de vie sociale) qui valorise notre engagement solidaire et nous permet d'obtenir des aides financières pour accompagner nos activités. Nous sommes optimistes !

Autre nouvelle, notre association vient d'adhérer à une autre association « Comm'un atelier » dont l'ambition est d'animer avec ses propres adhérents et en relation, avec des associations déjà existantes, un café solidaire multi-activités implanté au Pont de Souilles à Coutances. Ceci pourrait nous permettre de développer davantage notre activité coutançaise, en plus des permanences régulièrement fréquentées.

Notez également la date de notre Assemblée générale annuelle le 25 mars à 17h 30 à la Maison des Associations à Agon.

Notre réseau est donc riche de nouvelles perspectives qui vont enrichir un espace d'activités déjà conséquent. De nouvelles mises en relations individuelles sont régulièrement mises en œuvre et les ateliers fonctionnent bien.

Alors, au fait ! Bonnes fêtes....

L'équipe d'animation

Echanges ouverts

à la **Maison des Associations**, Salle Chausey
Rue de la Couraerie
AGON

Le **jeudi 25 janvier** à 15h: « **Semis de tomates anciennes** » - *Offreur* : Jean Claude pour le matériel : 06 30 43 38 28.

Le **jeudi 8 février** à 10h : « **les cinq tibétains** », une pratique matinale, quotidienne de 5 mouvements pour garder vitalité et souplesse. *Offreuse* : Michèle pour le matériel : 06 61 47 14 41.

Le **vendredi 21 mars** de 15h à 16h30 : « **Cinq éléments selon la médecine chinoise** » - *Offreuse* : Céline, praticienne en énergétique traditionnelle chinoise. Une deuxième séance est prévue le 18 avril « **détox de printemps** »

Référentes échanges ouverts : Jacqueline 06 79 80 13 27

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

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

Les ateliers

Atelier d'écriture

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

Les **jeudis 11 janvier, 1^{er} février, 14 mars**
Contactez Sylvie au : 02 33 47 96 46

« Philorézo »

De 10h à 11h 30

Lundi 22 janvier

Thème : « Le pouvoir et la violence »
Local du Pont de Souilles
4, rue de Morville - **COUTANCES**

Lundi 18 mars

Thème : « L'art peut-il tout dire ? »
à la **Maison des Associations**

Salle Chausey
Rue de la Couraierie - **AGON**

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

« Jardin partagé »

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



Le jardin se met en sommeil de janvier à mars.

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

Tchatte café*

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

Jeudi 11 janvier : « Critique et esprit critique »
Jeudi 1^{er} février : Les femmes en Iran »
Jeudi 14 mars : « Comment bien s'informer ? »

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.*

Pieds de vers, verres à pied ...

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

Jeudi 1^{er} février
« Dégustation et histoire d'un vin du Bugey - Lecture de poèmes sur la montagne
Offreur : Jean-Jacques

Contactez Jacqueline au : 06 79 80 13 27

Atelier photos

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

le lundi 8 janvier à 14h 30
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

Les ateliers

« Atelier créatif »

De 14h à 17h
à la **Maison des Associations**
Salle Chausey

Rue de la Couraierie
AGON

Mercredi 10 janvier

Décorations de table pour le repas partagé
Offreuses : Jacqueline et Anne-Marie

Mercredi 31 janvier

Aquarelle et/ou enluminure
Offreuse : Rosie

Mercredi 7 février

Cartonnage :
Calendrier de l'Avent : petit train



Offreuse : Huguette

Mercredi 13 mars

Cartonnage :
Triptyque pour photos



Offreuse : Anne-Marie

Mercredi 27 mars

Art floral



Offreuses : Odile et Marie-Christine

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**

Atelier mandalas

Au local du Pont de Soules
4, rue de Morville
Coutances
à partir de **14h30**
les jeudis 11 janvier, 15 février



Contactez Nathalie : 06 09 54 66 96

Atelier lecture

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

Jeudi 1^{er} février à 14h 30



« Humus » de Gaspard KOENIG

Edition de l'Observatoire
Prix Interallié et prix Jean Giono 2023

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



Contactez
Jean au : 07 81 05 05 53

Atelier « Eco Rézo »

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

Les lundis 22 janvier et 19 février à 18h
Les sujets choisis seront annoncés dans le mail hebdomadaire.

Contactez Michèle au 06 61 47 14 41

Atelier Cuisine

A la **Maison des Associations**
Salle Chausey
Rue de la Couraierie
AGON
à 17h30

Les lundis 12 février et 11 mars
Les recettes échangées seront communiquées dans le mail hebdomadaire

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

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 12 janvier, 26 janvier, 9 février et 15 et 29 mars

Le 12 janvier
Utilisation de la surjeteuse

Le 23 février
Petit sac pour nécessaire de couture



Offreuse : Christine G

Le 29 mars
Technique de la frivolité à l'aiguille



Offreuse : Jacqueline

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.

Les ateliers

Découverte de sentiers de randonnée

(Entre 6 et 10 km)



- « Les Mielles », le **mardi 30 janvier** - Rendez-vous à 14h au parking de la plage de Créances - *Offreuse Marie*
- « Du côté d'Heugueville », le **mardi 20 février** - Rendez-vous à 14h au grand parking de du Pont-de-la Roque - *Offreuse Marie*
- « La voie verte », le **mardi 19 mars** - Rendez-vous à 14h au parking du bowling à Coutances - *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.

Contactez Marie au 06 11 52 57 80

Yoga : « Atelier Respire »

A l'association « **Comm'un atelier** » - **20 rue de Regnéville - Coutances**

Le mercredi 14 février à 16h 30

Contactez Fabienne au 06 06 64 04 24

Ateliers jeux de société

Au local du Pont de Souilles - 4, rue de Morville - Coutances
à partir de 14h30

Les jeudis 18 janvier, 15 février et 21 mars

Contactez Nathalie : 06 09 54 66 96

A la Maison des associations - Salle Chausey - AGON

Pour adultes et enfants

Le Mercredi 21 février de 14h 30 à 17h

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

Inscription obligatoire

Un goûter sera prévu

Contactez Jacqueline au : 06 79 80 13 27

Atelier « Aujourd'hui, on finit ! »

A la **Maison des Associations**
Salle Chausey

Rue de la Couraierie - **AGON**

Les mercredis 17 janvier et 20 mars 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 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 Soules - 4, rue de Morville - Contact Nathalie:
06 09 54 66 96
- de 10h à 12h les 10 janvier et 25 janvier, le 7 février et les 6 et 21 mars - chalet des Unelles, rez de chaussée

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 et dans le mail hebdomadaire*) - Maison des Associations – Salle Chausey - Rue de la Couraierie (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 »