

NANTES

**ST GILLES
CROIX DE**

POITIERS

SURGERES

LIMOGES

CANÉJAN

AGEN

BIARRITZ

PAU

MONTPELLIER

Coordination régionale Gd Ouest

Réseau des
Accorderies
de France

LE P'TIT COLPORTEUR

n°1 # Février 2022

L'Accorderie
Échann...

ÉDITO du D'ACC de CANÉJAN

Depuis plusieurs années, il annonçait les évènements locaux, il répandait les valeurs de l'Accorderie : l'entraide, l'écoute, le partage, la bienveillance...

Et là, 2022, il a un grand frère du Grand Ouest :

Le P'tit Colporteur

D'abord inquiet, regardant la définition, il vit que le colportage était parfois taxé de ragots, de fausses nouvelles, de sensationnalisme mais il chercha, avec l'esprit positif qui anime les Accordeurs et trouva « tendance à penser, porter sur la place publique » et il fut rasséréiné ça collait ! le D'ACC est content !

Alors salut grand frère et longue vie !

SOMMAIRE

Édito	1
Ça s'est passé chez nous !	2
Les Accordeurs ont la parole	5
Les Accordeurs ont du talent	6
Des nouvelles du Réseau national et régional	7
Ça nous gratouille par les rebelles du GO	10
Nos recettes	11
Ça se passera chez nous...	12

Ça s'est passé chez nous !

Du Nord de la Loire au Sud de l'Adour, tout le grand Ouest a vu passer la CARAVANE DES 10 ANS DES ACCORDERIES ! Quel engouement ! Il y a eu plus de fous rires que les 1239 kilomètres parcourus ! Chaque étape nous a donné son lot de surprises, de belles rencontres, d'envies de partager plus sur notre territoire du Grand Ouest .



DEPART SURGERES 18/11/ 21



ETAPE 2 CANÉJAN



ÉTAPE 3 BIARRITZ



ÉTAPE 4 AGEN



ÉTAPE 5 LIMOGES



ÉTAPE 6 POITIERS



ÉTAPE 7 NANTES



ÉTAPE 8 ST GILLES CROIX DE VIE

Arrivée le 27 novembre 2021



SAINT-GILLES CROIX DE VIE
SOLIDARITÉ Les accorderies du Grand ouest
fêtent leurs 10 ans



LA CRIÉE une spécialité des Accordeurs de Surgères ...ça ne se mange pas, ça ne se boit pas...mais ça s'écoute !

Les Accordeurs ont la parole

Le temps vu par les Accordeurs lors du passage de la caravane :

« Le meilleur moment c'est de savoir apprécier l'instant présent »

« Je prends le temps de donner du temps au temps »

« Le temps qui passe et repasse me surpasse, me dépasse, me ramasse... »

« Toujours prendre le temps d'aimer »

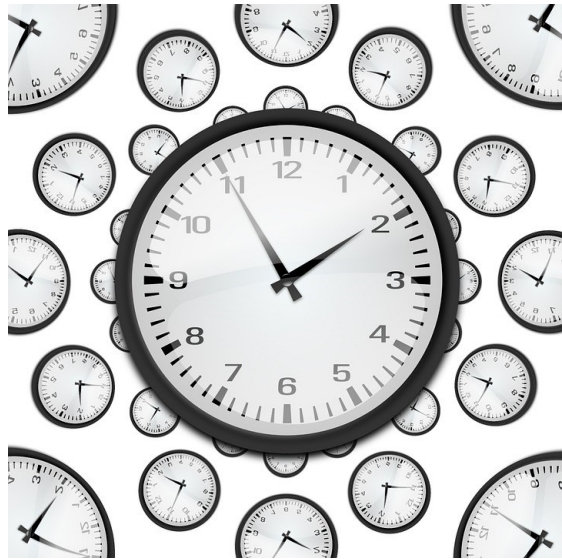
« Le Papa à sa petite fille : « nous allons gagné du temps », la petite fille à son Papa : « dis Papa qu'est ce que tu vas en faire ? »

« Pour l'amour du temps et le temps de l'amour »

« On pense toujours avoir le temps de vivre nos rêves mais comment faire quand nos rêves c'est d'avoir du temps pour les autres ? »

« Le temps c'est comme une fermeture éclair, il nous devance toujours et est insaisissable comme l'eau qui coule, qui peut retenir l'eau d'une rivière avec ses mains ? Le temps ne se laisse jamais capturer, il ne souffre pas non plus d'un retour en arrière qui pourrait nous faire revivre sans fin le passé ».

« Donnons au temps qui passe ce qu'il mérite, les plus belles de nos histoires ».



Les Accordeurs ont du talent



Des nouvelles du Réseau régional ou national

Les référents territoriaux, Christine Fucho et Patrick Edeline, en balade dans la région du Grand Ouest ! Quoi de plus tentant que de rendre visite à la nouvelle venue : l'Accorderie de Poitiers !

Au rond point qui marque l'entrée du quartier où se situe l'Accorderie, surprise favorable par la signalétique Accorderie. Tout de suite l'emplacement de l'Accorderie est visible et bien identifié. Le local, très accueillant (même s'il y fait un peu froid) donne de suite cette impression de "*on s'y sent bien*". Il est situé dans une ancienne boucherie. Accueil chaleureux de la salariée Zoé et de la Présidente dans un premier temps. Le beau temps incite à la visite du quartier, quartier qui a une âme avec la présence à chaque coin de rue des habitants grâce aux portraits de certains peints sur la face latérale de nombreux immeubles, un centre social très attractif qui ferait un bon partenaire (envisagé) pour l'Accorderie. Arrivée des membres du CA et Abdou, chargé de mission pour l'accompagnement à la création de l'Accorderie dans ce quartier. Beaucoup d'échanges sur l'histoire de la création, le chemin entrepris depuis, la répartition des rôles de chacun des membres, les difficultés, la gouvernance partagée (déjà amorcée), les Accordeurs impliqués.....Une quarantaine d'Accordeurs inscrits ; rencontre d'une dizaine le matin du vendredi. FR3 est présente. Moment privilégié pour les Référents RH avec les Accordeurs qui questionnent et à l'écoute de nos réponses. Il fait déjà bon vivre à l'Accorderie de Poitiers, la petite sœur des Accorderies du GO !

LE RÉSEAU NATIONAL AVEC LES ACCORDERIES

- *Accompagnement et soutien aux Accorderies en difficulté**
- *Accompagnement dans les appels à projets AG2R et MALAKOFF HUMANIS , pour les demandes ESPACES DE VIE SOCIALE auprès de la CAF**
- *Accompagnement aux porteurs de projet dans les territoires pour l'émergence d'une Accorderie**
- *Formation sur le territoire pour tous (Accordeur-es, Administrateur-rices, Salarié-es) : voir le catalogue dans les Accorderies**



Les Accorderies et le ZOOM : une grande histoire d'Amour !

Marie, notre coordinatrice régionale, a une idée, une envie à partager nos richesses et HOP un mail (de plus :) !) et nous voilà à nouveau ENSEMBLE à converser, à dire OUI MAIS, à s'exclamer GÉNIAL, à dodeliner de la tête pour dire OLA NON ! Voici le G. P. S. de notre région Grand Ouest , les directions varient suivant nos besoins mais ont un point commun : **l'envie de faire et être ENSEMBLE.**

AVIS AUX ACCORDEURS QUI SOUHAITENT S'IMPLIQUER : possibilité de rejoindre un de ces groupes en cours d'année.

GRUPE DYNAMIQUE TERRITORIALE

5 rencontres par an en Zoom.

Mission : construire les programmes des rencontres territoriales et le suivi des actions / bilan annuel/Feuille de route 2022/

LES RENCONTRES TERRITORIALES DES ACCORDEURS DU GRAND OUEST

1 fois/an en présentiel

Mission : organiser ces rencontres

LES ÉCHANGES INTER-ACCORDEURS

Toutes les 6 semaines en Visio ZOOM

Mission : échanger, partager, s'informer

RENCONTRES-VISITES DES ACCORDEURS

5 Accorderies/an qui seront visitées par les référents territoriaux

Mission : Porter la voix du territoire au Réseau National, renforcer les liens inter-Accorderies...

GRUPE PROJET

En fonction des projets inter-Accorderies qui émergent lors des rencontres en présentiel ou par zoom

GROUPES RÉSERVÉS

RENCONTRE Référent employeur / trésorier

2 à 3 fois/an en Visio

RENCONTRES SALARIÉES

4 FOIS/AN en présentiel

Pour échanger, partager, se former, s'informer, solliciter un soutien

Est-ce les premiers rayons du soleil qui provoquent l'envie ? Mais ça sent le changement dans les locaux !! Voici 3 Accorderies qui ont lancé leur défi pour donner des couleurs nouvelles ! (l'équipe de la Rédaction est prête à venir visiter et à participer aux inaugurations !!)



Un défi à l'horizon...

fait froid, il fait gris, qu'à cela ne tienne, on va décorer un peu !
Après notre réunion de "la Vie de l'Accorderie", une idée a germé...Un défi créatif et ludique !

Pour cette fois, on va prendre la couleur bleue comme un ciel de vacances !

Chez vous, vous cherchez du bleu. Un objet, un tableau, une fleur, l'œil de votre voisin...tout ce qui vous passe par la tête, mais **BLEUE** (sauf un hématome ca fait trop mal) !

Vous pouvez nous apporter votre création au local ou nous envoyer une belle photo par mail à l'adresse suivante : viedelaccorderie@gmail.com

Participation tout au long du mois de février, s'en suivra une exposition au local de toutes vos œuvres !
Allez, on colore l'ambiance !

- Françoise Meynard, accordeure

Le défi de Février

Venez participer à la réorganisation de votre local

Apéro offert suivi d'un repas partagé !



**A L'ACCORDERIE DE
CANEJAN ET PAYS
DE GRAVES**

Ça nous gratouille !

Si vous souhaitez que ce journal paraisse à nouveau , rejoignez l'équipe ! Nous étions 4 au départ ...au final nous sommes 2...

Grâce aux 3 parutions dans l'année, participez et vous gagnez du temps et donc de nouveaux services !

Vous élargissez vos connaissances en communiquant avec les 10 Accorderies du Grand Ouest !

Vous permettez à tous les Accordeurs de mieux connaître sa Région et son Réseau !

Vous donnerez l'envie à des Accordeur-es de se déplacer dans les Accorderies et de profiter des hébergements proposés (moyennant 3 h/ nuit/Accordeur-e) !

Vous n'êtes toujours pas convaincu de nous rejoindre pour la conception de ce journal ?

Une adresse à enregistrer : breve-go@accorderie.fr



La photo d'une belle coopération entre Accorderies du Grand Ouest et avec le soutien du Réseau National des Accorderies de France

Nos recettes

Verrine de betterave au sésame

de Frédéric

Ingrédients (avant ajustement) :

Une grosse betterave crue (ou deux moyennes) / Ail (deux gousses en hiver ou une gousse au printemps) / 1 c à s de sésame en grains / 1 c à s de vinaigre de vin / 2 c à s d'huile olive / 1 c à s de fromage blanc / sel et poivre

Couper la betterave en dés, la saler et la faire suer dans un fond d'huile d'olive : à feu doux et à couvert, la betterave va libérer de l'eau. Ne rajouter un fond d'eau que lorsque le liquide vient à manquer au fond de la casserole. C'est de cette manière que l'on récupère le meilleur goût de la betterave : son goût terreux s'estompe. À mi-cuisson, rajouter le vinaigre de vin. L'idée est de contrebalancer le goût sucré de la betterave, donc pas de vinaigre balsamique ! Utiliser une betterave jaune au lieu d'une betterave rouge est possible (la betterave jaune a, précisément, un goût un peu moins terreux).

Réduire le sésame en poudre avec un moulin à café (à défaut mettre deux cuillères à café de crème de sésame : le téhiné).

Lorsque l'on passe, sans effort, une fourchette au travers des dés de betterave, ajouter l'ail (grossièrement coupé), le sésame et le poivre et réduire la betterave en purée (par exemple avec un mixer-plongeur).

Le reste est un exercice intéressant pour se familiariser avec des basiques de la cuisine. Il faut équilibrer les quatre goûts : salé / sucré / amer / acide, et parvenir à une texture crémeuse. La betterave est sucrée. Le sésame (et encore plus le téhiné, attention !) et l'huile d'olive sont amers. Le vinaigre est acide. Donc, ajuster progressivement les quantités pour parvenir à un goût qui équilibre les quatre fondamentaux. La quantité de fromage blanc joue surtout sur la texture. Si l'ensemble est trop pâteux, il ne faut pas non plus ajouter trop de fromage blanc : une petite pointe d'eau fera l'affaire. Un dernier ajustement : le côté poivré. L'ail d'hiver

est très fade, comparé à l'ail nouveau et même à l'ail d'été. Il peut arriver que l'on soit obligé d'ajouter une pointe de piment d'Espelette. Y aller progressivement : on peut toujours rajouter quelque chose, mais il est impossible de retirer quelque chose que l'on a mis en trop !

L'ajustement final est un peu compliqué, mais si vous réussissez votre coup, c'est à tomber par terre ! J'ai vu des personnes qui n'aimaient pas la betterave engloutir des verrines entières !

Pour remplir les verrines rien de compliqué : faites cela à la petite cuillère et nettoyez les bavures au sopalin. Un petit décor sur le dessus de la terrine est sympa : une feuille de persil ou des grains de fruit de la passion (qui ont l'avantage d'être acides).

SMOOTHIE KIWI BANANES



ou comment faire le plein de vitamine C !

Il vous faut 1 banane et 2 kiwis mûrs, les peler et couper en morceaux. Les mettre dans un Blender .

En les mixant ajoutez 10 cl de lait avec un peu de sucre vanillé si vous trouvez que ce n'est pas assez sucré.

A déguster en lisant

le P'TIT COLPORTEUR !

Ça se passera chez nous !

Mars attaque à l'Accorderie de Pau

Béarn !

Du 8 mars au 8 avril, un mois de lutte contre les discriminations.

« Mars attaque », le mois de lutte contre les discriminations est organisé par la Ville de Pau et prend appui sur la Journée internationale des droits des femmes. Au fil des ans, cette action a été menée par plusieurs partenaires dont l'Accorderie.

Cette année en partenariat avec le centre social de la Pépinière nous allons créer plusieurs ateliers comme :

L'atelier silhouette : sur une image est représenté un dessin moitié femme moitié homme sur lequel nous écrivons sur une ou sur les deux parties des adjectifs, des couleurs, des choses, des métiers... Puis nous débattons de nos choix.

Atelier stéréotype : Sur un tableau des sports seront écrits il faudra coller une photo d'un sportif qui sera habillé en « civil » A nous de deviner le sport de chacun.

Atelier cuisine : Préparer des mets succulents mais qui ne sont pas beaux à voir !

Atelier avec les boîtes Préjugix de OS l'association organisé par l'Accorderie.

Ciné-débat d'un film sur un micro trottoir sur l'égalité hommes-femmes, réalisé par le centre social de la Pépinière et l'Accorderie en partenariat avec la Coopérative d'utilisation de matériel de montage vidéo.

L'Accorderie prône les valeurs de l'égalité et de la solidarité donc il nous paraît important de faire partie de cette grande équipe et ce projet.



Dans le cadre de son partenariat avec



Les seniors de l'Accorderie de Biarritz sont heureux de vous inviter à leur exposition « **Biarritz par les aînés** » du 5/04/2022 au 30/05/2022 à la Médiathèque de Biarritz.

La mémoire collective des seniors nous entraîne dans un voyage à travers les âges et les rues de Biarritz. Les habitants parlent aux habitants !

Préparer cette exposition est une expérience humaine enrichissante. Ce projet permet la rencontre entre jeunes habitants et seniors. C'est l'ouverture à l'Histoire de la ville vécue et non écrite.

Les seniors ont transmis à des jeunes l'épopée en noir et blanc de leur jeunesse dans les rues de Biarritz. C'est en couleur que les jeunes nous la font vivre.

Belle visite audiovisuelle grâce à celles et ceux qui œuvrent pour le « Biarritz par les aînés » !

Cette exposition sera suivie cet été par des promenades-rallyes intergénérationnelles dans des quartiers de Biarritz avec nos aînés !