



### Edito

Nous avons le plaisir de vous adresser le n° 7 du P'tit Journal d'émanSEL.

Nous avons eu à cœur cette fois-ci, de vous faire partager nos découvertes de la route des SEL, de la route des stages, des livres-voyageurs ainsi que des monnaies alternatives.

Nous n'avons pas non plus résisté au plaisir de revenir sur nos dernières animations : fête de la soupe, ateliers bien-être, ou bien encore chants de Noël.

Notre prochain grand rendez-vous sera dans le cadre de l'exposition « Désordre local, initiatives locales à Rambouillet et dans sa région », émanSEL faisant partie des organisateurs.

Nous vous souhaitons une bonne lecture et vous renouvelons tous nos vœux pour cette nouvelle année qui s'annonce encore riche de partage et d'échanges.

### Le conseil d'animation

Au début, juste une idée lancée par les Colibris : Et si on organisait une expo sur tout ce qui se fait de génial dans le tissu associatif autour de Rambouillet. : EmanSEL, les Jardins Partagés du Perray, Rambouillet en transition, les rencontres citoyennes de Poigny, les Cafés citoyens, les Cycliques, les AMAP, le CERF...

*Lire la suite en page 4 ...*



### Le livre voyageur et les bibliothèques de rue

Si vous trouvez un livre qui semble abandonné dans un lieu public, prenez-le et lisez-le ... et abandonnez-le à votre tour, il s'agit probablement d'un livre voyageur !

Ce phénomène mondial repose sur un concept aussi simple qu'ingénieux : faire circuler des livres en les « libérant » dans la nature pour qu'ils puissent être retrouvés et lus par d'autres personnes ...qui les relâcheront à leur tour !

Autrement appelé Bookcrossing ou bien encore « Libérez un livre », « Passe-livre » ou « Livre voyageur » (expression que l'on préfère), l'idée a fait des petits, notamment un site web qui permet principalement d'enregistrer les livres et de suivre leur parcours ([www.bookcrossing.com](http://www.bookcrossing.com)).

Lorsqu'un internaute « libère » un livre à un endroit particulier, il l'indique sur le site internet. Un autre internaute le récupère, le lit, et le libère dans la nature à un autre endroit et l'on garde ainsi trace du voyage du livre. Certains ont ainsi fait le tour du monde !!!

Toujours dans l'idée du partage de livres, on aime aussi ce phénomène qui consiste à construire des petites et gratuites bibliothèques de rue partout dans le monde.

Le principe est simple : Des livres sont

déposés dans une boîte faisant office de bibliothèque (certaines de ces « boîtes » sont absolument géniales de créativité), le lecteur prend un livre et le remet après lecture à la même place ou dans une autre petite bibliothèque ou éventuellement à une personne de sa connaissance avec pour consigne de le rapporter dans la boîte-bibliothèque. Le lecteur peut également, le temps de l'emprunt, laisser un livre en échange.



Prendre un livre, le remettre, un geste simple qui contribue à promouvoir la culture, une autre culture, sans notion d'argent et ouverte à tous. Mais au-delà du partage d'auteurs et d'échanges littéraires, là encore c'est un lien social qui se crée.

Florence

## La route des SEL

La Route des SEL est une association qui a pour but de "favoriser les rencontres entre adhérents des SEL en utilisant leurs possibilités d'hébergement".

Les adhérents offrent toutes sortes d'hébergement, de courte ou de longue durée, allant du canapé à l'emplacement pour une tente, en passant par le gîte voire la mise à disposition de leur maison, caravane ou bateau.

Les échanges sont notés sur un " Carnet de voyage " annuel remis à l'adhésion et exprimés en "nuitée " correspondant à une heure d'échange, soit 60 unités dans de nombreux SEL comme celui d'émanSEL d'ailleurs. Il appartient à chacun de reporter le montant des échanges sur son compte dans son SEL.



### Comment adhérer ?

Comme émanSEL adhère à la route des SEL, il vous en coûtera :

- 7€ /an (du 1er janvier 2014 au 31 décembre 2014)

au titre de l'adhésion 2014 et vous aurez alors accès au catalogue en ligne sur le site de la Route des SEL et recevrez par courrier votre carnet de voyage (le carnet de voyage fait office de carte d'adhésion)

- Deux nuitées par an (soit 2 heures donc pour nous : 120 grains de SEL) qui seront débitées de votre carnet de voyage pour le fonctionnement de la Route des SEL.

On peut adhérer en ligne sur le site <http://route-des-sel.org/>

*N'hésitez pas à vous renseigner auprès de Florence Clech, correspondant local émanSEL pour la route des SEL (06 76 78 62 77)*

### Témoignage :

Nous avons beaucoup accueilli chez nous et voilà que c'était à notre tour de vivre cette belle aventure d'être accueillis. Nous voici de retour, mes enfants et moi de nos vacances au bord de la mer. Merci à vous pour les tuyaux « échanges de maison » sur Internet, cela nous a permis de faire connaissance avec une famille qui habite le centre ville de Marseille et l'échange a été aussi culturel puisque chacun avait préparé des bons plans, etc. A refaire ! En totale confiance !

Source : <http://route-des-sel.org/>

*Florence*

## La route des stages

La Route des Stages est un réseau permettant à des personnes d'échanger au-delà de leur propre SEL.

Elle est basée sur un catalogue interactif remis à jour en temps réel par les annonces que chacun y inscrit et que tous les routards peuvent consulter.

Ces annonces peuvent être des offres ou des demandes, elles peuvent proposer des stages ou des ateliers, mais aussi des objets, des annonces concernant des choses rares ou extraordinaires, etc ... en fait tout ce que vous ne trouvez pas dans votre propre SEL, peut faire l'objet d'une annonce.

La Route des Stages est autogérée et ne fonctionne que via Internet, l'atelier est ainsi gratuit et ne nécessite aucune structure particulière (elle n'est pas une association).

Le plus souvent l'organisateur du stage précise le type d'unité d'échange souhaité dans son annonce (nuitées, monnaies d'échange de SEL, échanges contre services - Seuls les frais engendrés par l'achat de denrées alimentaires ou du matériel nécessaire au déroulement du stage peuvent donner lieu à un règlement en euros) L'inscription est donc gratuite et ne prend que quelques minutes en ligne.



N'hésitez pas à vous renseigner auprès de Florence Clech, correspondant local émanSEL pour la route des stages (06 76 78 62 77)

En savoir plus sur le site <http://route-stages.selidaire.org/>

Source : <http://route-stages.selidaire.org/>

*Florence*

## Les ateliers Bien-être - Dimanche 15 Décembre 2013

3

C'était le 15 décembre et les mois d'hiver sont bien ceux où il est bon de penser un peu à soi. Ce dimanche après-midi, nombreux sont ceux venus tester les différents ateliers.

Les deux Béatrice ont œuvré l'une en « Reiki » et la deuxième en « soins reconnectifs » et « Reiki » également.

Les ateliers massages étaient animés par Bernadette pour la « réflexologie plantaire », par Pierre et ses amis pour le « shiatsu » et Isabelle pour le « massage amma assis ».

Philippe a animé l'atelier « qi quong » et Françoise le « yoga ». La « kinésiologie » a attiré jeunes et moins jeunes autour de jeux et l'atelier d'« olfactothérapie » était animé par Virginie.

L'après-midi s'est déroulé très sereinement, chacun a du passer une soirée loin du stress habituel. Rendez-vous l'année prochaine pour de nouveaux ateliers bien être.

*Françoise*



## La fête de la soupe - Samedi 9 Novembre 2013

" un pour soupe, soupe pour tous à Emansel"

Vous n'imaginez pas comment, chaque année, le conseil d'organisation d'Emansel réfléchit, cogite, s'agite, se coupe les cheveux en quatre enfin bref s'évertue à trouver de nouvelles idées, pour les animations. Et tout ça pour vous et nous faire plaisir ! Aussi le samedi 9 novembre, nous vous avons proposé « Une fête de la soupe ». Alors cette idée-là, nous devons la vérité à nos lecteurs, elle nous a été directement inspirée par Hélène et Béatrice qui officient tous les deux ans comme meneuses de troupe pour la « Fête de la soupe » à Auffargis.



Le principe simple, est compris dans le titre. Demander aux adhérents cuisiniers amateurs ou pas, qui seraient volontaires pour cuisiner une soupe pour huit personnes, « leur soupe ». Celle qu'ils ont envie de faire découvrir. Pas de consigne particulière si ce n'est se faire plaisir, et si possible que se soit bon.

A la première annonce dix soupies se sont proposés, parfaits avec des propositions très variées et très appétissantes. Tout va pour le mieux, sauf qu'à peu de temps du jour J, quatre-vingt goûteurs de soupes s'étaient inscrits. Branle-bas de combat au conseil d'organisation, petite suée devant l'ampleur du succès. Et si on manquait de soupe...CATASTROPHE ! Haut les cœurs armés de leur batterie de cuisine tout terrain, d'autres soupies se sont proposés.

Enfin le jour J arrive à 19h en cuisine autant dire que ça chauffe de tous côtés, pour qu'arrivent à peu près simultanément, les soupes chaudes, (sacrée cascade). Pendant ce temps-là, le rusé Patrick trompe l'attente des affamés qui font déjà la queue, en leur servant en guise d'apéro sa soupe de champagne. A peine les hostilités entamées voilà qu'arrive un bataillon de soupies (surtout des soupies en vérité) entamant la distribution. On a tant le choix qu'on ne sait plus ou donner de la tête, ici une soupe de consoude (eh oui ça existe), là une soupe de potiron et châtaignes, tandis qu'une soupe aux crevettes et au curry vous fait signe, vous hésitez car cette soupe à l'oignon sent si bon... Et puis les soupes, faut pas croire, ce n'est pas que des entrées, mais que nenni, ça existe même en dessert avec des bananes, noix de coco et... Tout ce qu'on veut y mettre, une soupe à faire soi-même en quelques sortes proposée par Maylis et sa maman Béatrice. Y'a pas à dire ces histoires de soupe, c'est une vraie fête pour les papilles!

Après la dégustation : les félicitations de rigueur... Vraiment on s'est régalé. Pendant que certains traînent à table et discutent d'autres en profitent pour entamer le programme de seconde partie de soirée : les jeux. Tous ceux qui le souhaitent ont amené leur jeu, des groupes se sont créés au gré de la soirée, toutes générations confondues, les amateurs de jeux s'en sont donnés à cœur joie.

Fin de partie. Comme à chaque fois les participants sont repartis heureux, d'avoir passé une bonne soirée, le ventre repu, satisfait d'avoir bien mangé, ou d'avoir bien joué (voire les deux pour les plus nombreux), chacun d'eux est rentré avec un livret regroupant toutes les recettes de soupes qu'on a eu le plaisir de déguster avec la consigne suivante pour être heureux : « Faites de la soupe ».

*Isabelle G.*

## Exposition à la médiathèque Florian de Rambouillet

### Désordre global, Initiatives locales à Rambouillet et dans sa région

#### Suite de la page 1

... bref, toutes les initiatives locales pour manger plus sain, réduire les transports, favoriser les circuits courts, protéger l'environnement et organiser des débats citoyens.

Pas mal l'idée, non ? Mais tout ça, c'est beaucoup de gens, dans des villages différents à réunir, à rencontrer. Ça me semblait un beau projet, mais difficile à concrétiser. Et puis, il faut reconnaître que les personnes qui s'impliquent dans le milieu associatif ont du talent, Qui va trouver tout de suite les bons partenaires pour nous accueillir à la médiathèque Florian à Rambouillet ? Qui va avoir la force de persuasion pour convaincre tout le monde d'adhérer à ce projet fou, mais génial ? Qui va organiser sans relâche des réunions de travail conviviales, des rendez-vous avec les différents partenaires, les courses, les buffets ?

Ces personnes essentielles s'appellent Alain, Marianne, Marie, Isabelle, Solen, Claude, Martine, Jean-Michel, Françoise, Gérard, Florence et bien d'autres. Ce sont des phares qui nous éclairent et nous guident, en nous balisant le chemin. Leurs compétences sont nombreuses. Cela va du sens de l'organisation le plus rationnel au sens créatif le

plus ébouriffant, en passant par de simples qualités d'écoute et d'entraide pour certaines toujours prêtes à filer le coup de main nécessaire au bon moment. C'est surtout le sens de l'amitié et du collectif.



Bon, si je vous écris cet article, c'est parce que j'ai envie de partager avec vous cet enthousiasme et cette joie qui nous anime tous. Parce que derrière tout ce qu'on fait, il y a de l'humain, de la générosité, du partage. Bref, toutes les valeurs qu'on aime et pour lesquelles on s'est inscrit dans ces associations. C'est pour ça que cette aventure a du sens. Alors venez participer à cet événement qui nous concerne tous pour partager avec nous cette joie. Bonne année à tous

*Le programme de l'exposition figure à la dernière page  
Isabelle N.*

## Les compagnons sélistes de la chanson de Noël - Dimanche 22 Décembre 2013



Je me souviens, c'était un 22 décembre 2013, deux jours avant Noël donc, plusieurs d'entre nous s'étaient donné rendez-vous, à la salle des fêtes d'Emancé à 10h30. La consigne était la suivante : venez coiffés, trouvez la coiffure de Noël la plus ridicule possible... Sacrée mission! C'est donc enguirlandés, truffés de boules ou chapeautés en rouge et blanc, voire de bleu (cherchez l'erreur), certains même avec la tête pleine de lumières clignotantes et une feuille de chants dans la main. Ainsi équipés, nous voilà partis, entonnant en chœur (ou presque) des chants de Noël, bravant le froid, nous dirigeant d'un même pas décidé vers notre destinée : la place du marché d'Emancé.

Une chorale de Noël d'une quinzaine de personnes a chanté de bon cœur, et relativement juste (merci les enfants !) un magnifique "Vive le vent" tout à fait de circonstance (il ventait à décorner les boeufs, ce dimanche-là), puis aussitôt suivi d'un « We wish you a merry Christmas », Emansel étant à vocation internationale, je vous le rappelle. Ce chant là en particulier a demandé quelques répétitions préalables non pas que nous chantions naturellement mal en anglais, mais pas forcément tous très bien non plus... Ensuite un moment de douceur avec un « Petit garçon » très tendre et pour finir dans la tradition « Un beau Sapin » tonitruant. La chorale a été très bien accueillie, par une foule en délire. Là, j'exagère peut-être un peu pour la foule, mais pas pour le délire ; preuve en est qu'après avoir bu un bol de chocolat, ou un vin chaud bien mérité, chanteurs et public en transe avons repris le concert avec encore plus d'entrain..., c'est dire. On ne pouvait plus s'arrêter ! Ces chants de Noël ont été une fois de plus l'occasion de partager malgré le mauvais temps, un vrai moment de joie, de bonne humeur et de chaleur .

*Isabelle G.*

## Quelques exemples de monnaies d'autres SEL ...

Abeille - Boulette - Bretzel - Brin de soleil - Buchette - Bulle - Casserole - Fagot - Flocon - Gayette - Goutte de lait - Gratton - Griotte - Lardon - Pilou - Poignée de main - Prunelle - Rainette - Rond de carotte - Sésame - Sourire - ...

## Créer une monnaie ? Quelle drôle d'idée !

Elles s'appellent « roue », « mesure », « épi », « bogue », « sol violette », « abeille », « luciole »... Il y a quelques années, créer une monnaie locale ayant la même valeur que l'euro passait pour une idée farfelue!

Aujourd'hui, de BREST à SAINT DIE des VOSGES, de BAYONNE à CARPENTRAS on compte en France plus de 20 monnaies locales complémentaires.

La plupart du temps, il y a derrière ces monnaies de simples citoyens : des professeurs, des retraités, des chômeurs, des artisans, des étudiants... Ces monnaies sont pour eux un outil pour changer l'économie actuelle, par des échanges au quotidien, en faisant circuler autre chose que de l'argent : des idées !

« Crise économique », « poids de la finance », « spéculation », « évasion fiscale ». La plupart des individus se sentent impuissants face à ces rouages et pensent que la compréhension de l'économie est réservée à une poignée d'initiés. La création d'une monnaie locale permet au contraire de se réapproprier l'outil monétaire et constitue un engagement citoyen.

Cette monnaie est légale, comme n'importe quel bon d'achat ou ticket restaurant. Elle est toutefois valable dans un « bassin de vie », qui peut être une agglomération, un village, un quartier... Pour faciliter les calculs et la comptabilité des prestataires : 1 euro = 1 MLC.

Alors, comment ça marche?



### Un groupe local, une charte des valeurs :

Chaque monnaie locale complémentaire est « gouvernée » par une association qui réunit l'ensemble des acteurs : utilisateurs, prestataires. Selon le projet des collectifs, l'accent est mis sur la relocalisation des échanges, la dynamisation du lien social, la promotion d'un commerce respectueux des hommes et de la nature... Une charte des valeurs est rédigée. Les procédures de prise de décisions qui sont mises en place sont originales et valorisent généralement une gestion démocratique de la monnaie : recherche de consensus, présidences collégiales...

### La conversion des euros en monnaie locale et le « fonds de réserve »

Pour obtenir des coupons de monnaie locale l'adhérent échange auprès de l'association une quantité d'euros contre une quantité équivalente de monnaie locale. Les euros convertis constituent le « fonds de réserve » et sont conservés sur un compte auprès d'une banque choisie, en général une banque éthique. Des groupes locaux utilisent une partie de ces sommes pour aider au financement de projets novateurs sur leur territoire.



### Les prestataires :

Ce sont des commerces de proximité (coiffeurs...), des entreprises, des artisans (plombiers...), des professions libérales, des producteurs, des associations, des collectivités (piscine, cantine scolaire), qui acceptent d'être payés en monnaie locale. En contrepartie, ils s'engagent à améliorer certaines pratiques (tri des déchets, pratiques salariales...). La comptabilité du prestataire ne change pas. Il déclare son activité en euros, puisqu'1 euros = 1 MLC.

Le prestataire qui encaisse la monnaie locale peut l'utiliser et la dépenser ou la reconvertir en euros, mais dans ce cas il paiera une commission. L'objectif étant qu'à long terme, il ne reconvertisse plus la monnaie.

### Monnaie locale et SEL : des échanges fondés sur la réciprocité

Ces deux types de monnaie sont complémentaires : les adhérents d'un sel échangent des biens et services entre eux, l'unité de compte est le temps, encourageant les relations d'entraide, hors du système marchand. Les monnaies locales complémentaires sont adaptées aux échanges avec les professionnels.

Pour aller plus loin :

« Les monnaies locales complémentaires: pourquoi, comment? » Philippe DERUDDER, Ed Yves Michel, 250 pages monnaie-locale-complémentaire.net

Marie

## émanSEL en quelques chiffres ...

Nous sommes **111** foyers adhérents répartis sur **29** communes

L'âge moyen est de **53** ans - Le taux de ré-adhésion à notre association est de **67%**

Nos catalogues comprennent **420** offres et **179** demandes

## Les permanences

6

Depuis sa création EmanSEL a organisé des permanences en direction de ses adhérents.

Elles ont eu lieu d'abord dans ce lieu intemporel qu'est le café-épicerie d'Emancé, une fois par mois, le samedi matin, entre 11H00 et 12H30. Puis ensuite, une autre permanence, a été organisée au Bureau Information Jeunesse de la MJC Usine à Chapeaux, à Rambouillet, chaque mois, le samedi matin également.

Des membres du Comité d'Animation de l'association sont présents. Ces moments conviviaux, sympathiques permettent de se retrouver, papoter, autour d'un café, d'un jus de fruits...Il est aussi possible à cette occasion d'adhérer à EmanSEL, d'obtenir des informations, des conseils (combien de grains de sel pour tel service...), de donner des idées pour les animations, d'avoir accès au site et de mettre à jour ses annonces, car nous avons un ordinateur.



**Épicerie-bar d'Emancé**

Certains réalisent des échanges lors de ces rencontres.

En septembre, Jocelyne a amené des pommes, en octobre des noix. Marie a échangé des livres pour enfants avec un papa, son fils et sa fille, un matin, au BIJ, Isabelle a apporté une collection de DVD. Alexandre a fait le bonheur de certains en amenant ses belles plantes!

Nous avons commencé par exemple à mettre en place l'animation cuisine des Caraïbes avec Marie-Laure, lors d'une permanence à Rambouillet.

L'association a maintenant ses fidèles et pour certains les permanences sont un lieu incontournable de rendez vous !

Une nouveauté, qui fonctionne : il y a quelques temps nous avons décidé de nous retrouver un vendredi soir, car des adhérents travaillent le samedi et ne peuvent donc nous rejoindre.



**MJC L'usine à Chapeaux à Rambouillet**

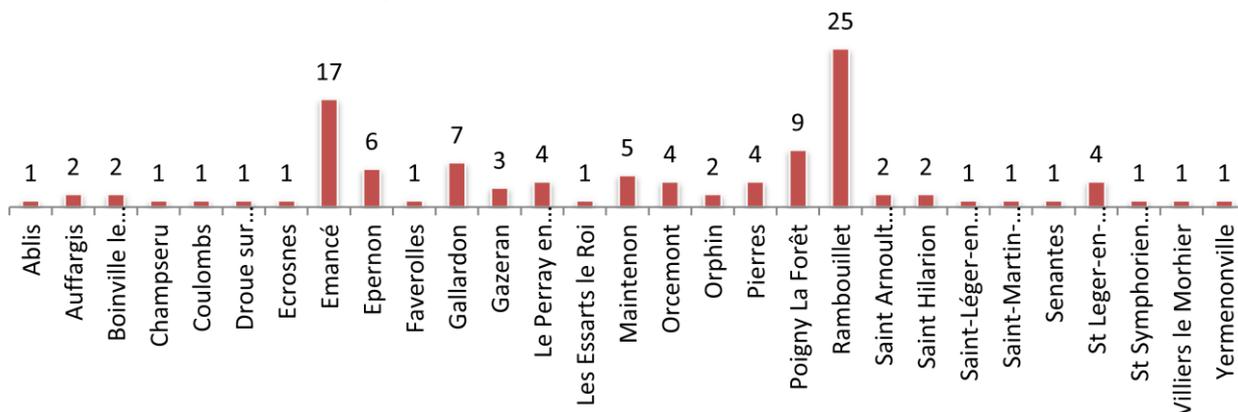
Régulièrement, une permanence a donc lieu le vendredi soir à Rambouillet et à Emancé.

### Prochaines permanences du trimestre

- Le Samedi 25 Janvier de 11h à 12H30 à la **MJC** de Rambouillet
- Le Samedi 15 Février de 11h à 12H30 **exceptionnellement à la médiathèque Florian de Rambouillet dans le cadre de l'exposition « Désordre global, initiatives locales à Rambouillet et dans sa région »**
- Le Samedi 8 Mars de 11h à 12H30 à **l'épicerie-bar** de Madame Chicault à Emancé.

Marie

## Répartition des adhérents par commune



## Programme de l'exposition

« Désordre global, Initiatives locales à Rambouillet et dans sa région »

### Samedi 18 janvier

- **Atelier d'écriture** sur le thème de l'expo avec avec Margarita Van der Borgh, de 10 h 11 h 30 à la **médiathèque** (10 €).
- **VERNISSAGE** de l'exposition à 11 h 30 (buffet de producteurs locaux) à la **médiathèque**.
- **Contes de sagesse** pour tous les âges, par Steve Lefkowitz, de 16 à 17 h à la **médiathèque** (gratuit).

### Mardi 21 janvier

- **Le Jardinier**, pièce de théâtre au **Nickel** à 19 h 45 ; une petite exposition sera présentée, à partir de 19 h, sur le thème du jardin.

### Samedi 25 janvier

- **Café scientifique** Le réchauffement climatique, avec expérience, de 11 à 12 h à la **médiathèque** (gratuit).
- **Slam** sur le thème de l'expo à 14 h 30 à la **médiathèque** (gratuit).

### Jeudi 30 janvier

- **Table ronde** sur la France en transition à 20 h 30 à la **Bergerie Nationale** (gratuit). Présence du maire de Montdidier, Terre de Liens, Thierry Gefray de la Bio Vallée...

### Samedi 1er février

- **Dessine-moi un paysage Bio**, film présenté par la Bergerie Nationale, 15 h à la **médiathèque** (gratuit).
- **Même la pluie** au **Nickel** avec le jumelage espagnol de Rambouillet et le Ciné-club Jean-Vigo (de 5 à 7 €). Rencontre conviviale autour d'un buffet 19 h 30, film à 20 h 30.

### Vendredi 7 février

- Film débat sur **l'obsolescence programmée**, par Les Rencontres de Poigny, à 20 h 30 à **Poigny-la-Forêt**.

### Samedi 8 février

- « **Ces écoles qui rendent nos enfant heureux** » rencontre débat avec l'auteur Antonella Verdiani, à 15 h à la **librairie Labyrinthes**.
- **Café citoyen** « **Que puis-je faire pour le monde de demain ?** » de 16 h 30 à 18 h à **l'usine à chapeaux**.

### Samedi 15 février

- Permanence **émanSEL** : de 11 h à 12 h 30 à la **médiathèque**.
- **Se déplacer autrement** : conférence par Claude Lievens, à 15 h à la **médiathèque**, précédée par l'arrivée de la **Cyclique**.

#### Situation des lieux

**Médiathèque** : 5, rue Gautherin à Rambouillet  
**Le Nickel** : 50, rue du Muguet – **Librairie Labyrinthes** : 6 rue Chasles  
**La Bergerie** : CEZ-Bergerie nationale, Parc du Château  
**L'Usine à Chapeaux** MJC/Centre Social : 32 rue Gambetta  
**Les Rencontres de Poigny** : salle municipale du Marais à Poigny-la-Forêt

## Nouveautés internet ... Une galerie photos !

Nous avons maintenant une galerie photos sur notre site internet [www.emansel.fr](http://www.emansel.fr), accessible pour les adhérents seulement. Pensez à vous connecter avec votre identifiant (qui est votre numéro d'adhérent) et votre mot de passe (si vous l'avez perdu, cliquez sur « mot de passe » perdu pour en recevoir un nouveau par mail). Une fois connecté, l'accès à la galerie se fait par le menu de navigation.