



### EDITO

En ce début d'année 2015, nous avons le plaisir de vous adresser nos meilleurs vœux avec le n° 8 du P'tit Journal d'émanSEL.

Que cette nouvelle année vous apporte de la joie et du bonheur dans tous vos projets, de la convivialité et de la bonne humeur, notamment au sein de notre association.

Dans ce numéro, vous aurez l'occasion de revivre un automne très actif avec émanSEL, de découvrir ce que ce sont les ressourceries ou bien encore, LE « répare-café » tout nouveau bébé auquel participe émanSEL.

Vous découvrirez également comment les émanélistes se retrouvent aussi autour des livres (les Amis de Livresse) ou de stylos (atelier d'écriture)

Alors bonne lecture à tous !

Nous souhaitons encore une magnifique année 2015, placée sous le signe des échanges et de l'entraide.

Le conseil d'animation

### La journée de la Lenteur, de la Lente Heure ...

L'origine de cette journée est Québécoise et remonte à 2001. Au Québec, la journée est célébrée le 21 Juin, journée la plus longue de l'année. L'idée centrale étant que parce c'est le jour le plus long de l'année, vous allez pouvoir prendre votre temps pour faire ce que vous avez à faire. Et si vous n'avez rien à faire, c'est encore mieux...

Vous prendrez votre temps pour regarder le temps passer ...

Cette idée a interpellé plusieurs d'entre nous et nous a donné envie d'organiser la Journée de la Lente Heure sur Rambouillet.

[Lire la suite en page 4 ...](#)



### Les Amis de Livresse ...

**Contrairement à ce que son titre pourrait faire croire, ce cercle-là n'appartient pas à la Ligue des bons vivants, encore que...**

En fait c'est un rendez-vous auquel les amoureux de la littérature et de l'amitié sont conviés.

A ceux qui pensent que le bonheur c'est partager, et qu'un livre qu'on a aimé n'existe que pour être offert, alors ce rendez-vous est pour vous.



A l'origine deux amies lasses de se dire entre deux portes tout le bien qu'elles pensaient de certains livres, ont décidé de se poser et de s'offrir le luxe d'un temps suspendu.

Cela se passe un dimanche en soirée à partir de dix-sept heures, chez l'un ou l'autre et l'objet de ce rendez-vous est d'échanger autour de nos lectures, des émotions reçues.

Le principe est simple : chacun amène un petit quelque chose à grignoter et un grand quelque chose à partager. Ainsi tous les sens sont à la fête.

On peut amener plusieurs livres ou un seul, en lire quelques extraits ou pas, les faire lire ou pas. Présenter et /ou écouter tour à tour, au gré des échanges.

Au menu plaisir et délices d'amicales discussions autour des livres que nous avons aimés, que nous aimons ou que nous aimerons très bientôt.

Vivement le prochain rendez-vous de Livresse, où chaque livre se déguste et s'offre comme un grand cru.



Pour connaître la prochaine date, demander au conseil d'animation

Isabelle G.

## L'Atelier Ecriture

**Atelier: on fabrique**

**Ecriture: travail écrit**

C'est très étonnant comme les gens imaginent tout de suite qu'un atelier d'écriture c'est d'abord un travail scolaire qui va être demandé, et que, souvenir scolaire oblige, va suivre une évaluation, ... et bien sûr ils n'ont pas le niveau.



Les gens supposent qu'on va leur apprendre à « bien » écrire.

Alors que, pas du tout ! Ce qu'il faut entendre avant atelier, et même avant écriture c'est le JEU et le JE.

JEU comme jouer avec les mots et JE comme un temps que JE m'accorde pour mon plaisir personnel et tout à fait égoïste. Jouer c'est créer, déformer, redéfinir, inventer ... tout ça au service d'histoires uniques cachées en nous et qui ne demandent qu'à être découvertes et partagées.

C'est sans prétention, il ne s'agit pas de devenir écrivain mais plutôt de partager les surprises qui

se glissent à notre insu au détour de nos plumes.

L'atelier c'est revisiter les mots, surtout ne pas s'arrêter au sens premier, jouer avec les phrases, faire du saute-mouton entre boucles et déliés, transformer une phrase quelconque en un poème à plusieurs voix.

La particularité de l'atelier qui a été proposé par Françoise, c'est qu'il a une dimension artistique plus large. Découpage, graphisme, créativité s'ajoutent joyeusement à l'écriture proprement dite. Si vous êtes curieux et voulez savoir comment un gribouillage vous entraîne au cœur d'un ballet, ou un portrait chinois jusqu'au pamphlet, alors venez pousser la porte d'un atelier d'écriture.



Dernière chose mais qui est de la plus haute importance, Bienveillance est le maître-mot, elle doit régner entre les participants et le meneur de jeu. Ecoute et attention sont de mise ! Alors place aux jeux, à nos « je » et autres rencontres littéraires ou amicales.

Isabelle G.

## C'est quoi une ressourcerie ?

**La Ressourcerie donne une seconde vie aux objets**

Ce sont des lieux conviviaux où l'on peut venir avec des objets dont on n'a plus l'utilité ou qui demandent à être réparés (livres, vêtements, vaisselles, meubles, ...).

Quand les objets déposés peuvent être encore utilisés ou réparés, ils sont, après remise en état, valorisés et revendus à des prix très abordables et si ce n'est pas le cas, la ressourcerie les oriente alors vers une filière de recyclage.



Avec ce type d'activité, les ressourceries permettent

de répondre à plusieurs objectifs comme :

- Réduire les déchets ainsi que le coût lié à leur collecte et à leur traitement et sensibiliser les habitants aux problèmes d'environnement, à la prévention des déchets et aux gestes de tri
- S'engager en faveur de la réinsertion professionnelle des personnes en difficulté et réinvestir les revenus issus des objets récupérés dans des services de proximité et créer de l'emploi
- Redynamiser la vie économique et renforcer le lien social dans le quartier

En savoir plus sur « **La Petite Rockette** », ressourcerie parisienne - 125 rue du Chemin Vert Paris 11ème qui organise aussi des ateliers de réparation - <http://www.lapetiterockette.org/>

Florence

## Un automne très actif pour émanSEL

3

Nous avons participé, en cette rentrée, aux **traditionnels forums associatifs** : Rambouillet, Emancé, Saint Léger, Gallardon et Maintenon. L'occasion d'accueillir les membres de l'association en vue de leur réadhésion et d'informer un nombre toujours croissant de personnes concernant notre fonctionnement et nos activités.

Début septembre, nous avons eu le plaisir d'être sollicités lors de la manifestation : « **l'Art est dans le Pré** ».

Pascale nous a accueillis dans ce lieu magique qu'est son gîte de la Roseraie, dans le hameau de St Hubert (Cernay la Ville). Au milieu d'ingénieux artistes, Enaurah a proposé avec « les polyphonies de la terre » une touche musicale de qualité lors de ce dimanche festif et ensoleillé. Des adhérents d'EmanSEL ont interprété quelques chants du monde en sa compagnie: un vif succès !



La Bergerie Nationale nous a ouvert ses portes, lors des « Rencontres de l'Agro écologie », les 20 et 21 septembre. En partenariat avec les Colibris et Rambouillet en transition, nous avons confectionné une soupe, le samedi après-midi, avec des légumes récupérés. Ce breuvage a été savouré en musique, avec la participation incontournable de Jacques, et de son groupe, lors d'une soirée « **Rock and soup** ».



Le « **troc plantes - Gratifieria - barbecue** » a rassemblé le dimanche 12 octobre une petite équipe de fidèles adhérents, à Emancé. Une « brocante - marché gratuit » d'un nouveau genre : on donne ce dont on n'a pas besoin; on prend ce qui nous plaît ! Première tentative à renouveler ! Bravo à Alexandre, pour ses merveilleuses plantes et un remerciement tout particulier à Julien pour ses compétences jamais démenties en matière de gestion du barbecue...

Notre participation à la « **Fête de la pomme et de la châtaigne** » à Saint Léger, le 19 octobre lors d'une journée familiale ensoleillée, aux couleurs automnales dans un cadre magnifique, aux abords de la Mare Gauthier a été un réel plaisir: 800 kilos de fruits pressés au cours de ce dimanche, pour réaliser un jus de pommes maison !

\* Le 25 octobre, une soirée « **la suite du film** » a été une nouvelle fois l'occasion de rire et jouer en équipe dans la salle des fêtes d'Emancé.

\* La deuxième édition de notre désormais traditionnelle « **Fête de la soupe** » a été un grand moment ! Quarante convives, dix-huit « soupriers » talentueux, des breuvages originaux, délicieux, des remises de diplômes, des retrouvailles, des liens d'amitiés qui se créent. Les jeux de société ont eu un réel succès: petits et grands, jeunes et moins jeunes étaient au rendez-vous avec les dés, les pions, les cartes, les questions, les réponses, les défis à relever, des perdants, des gagnants. Une soirée magique !



\* Le premier « **répare café** » tant attendu dans la région a enfin eu lieu ! En partenariat avec la MJC, les Colibris, Rambouillet en Transition, Cycle et Recycle, EmanSEL, il a été organisé, ce 29 novembre dernier dans l'ancien temple, rue Clémenceau à Rambouillet. Un vif succès... Soudure, couture, assemblage, vissage... Des bricoleurs géniaux généreux, des objets à réparer : et le tour est joué ! Cette opération sera renouvelée chaque mois ! Prochaine date le 10 janvier

\* ... Et pour clôturer l'année 2014 avec convivialité, le **vin chaud de Noël** vous a été offert, lors du petit marché d'Emancé, le 28 décembre. Il fallait être courageux pour affronter les températures négatives et savourer ce breuvage... Comme toujours, de fidèles adhérents étaient au rendez-vous ! Merci à eux!

**De nouvelles aventures Emanselistes vous attendent pour 2015**, le conseil d'animation et des adhérents créatifs et talentueux, vous préparent des surprises. De nouveaux moments conviviaux et amicaux en perspective... A vos agendas !

Marie



## La journée de la Lenteur, de la LENTE HEURE



Suite de la page 1

**Qui sont les organisateurs ?** Ils sont issus de diverses associations : Emansel, La fabric des Colibris, Rambouillet en Transition, Le Clou du Spectacle, mais aussi de nombreux individuels convaincus du bien-fondé de cette journée.

**Quel est le concept ?** Chaque jour, on entend "le temps passe vite", "je n'ai pas le temps"... En Région parisienne en particulier, notre rapport au temps semble nous échapper. Alors, pour une fois, nous avons envie que le temps ralentisse et envie de le célébrer ensemble afin que tous puissent pour une journée prendre le temps.



Il est vrai que la Lenteur ( la Lente Heure) reste un mot qui a des connotations plutôt négatives dans un monde où pour être performant, il faut être rapide, efficace...A cette occasion, nous avons envie de donner une place particulière aux gens dont le rythme est naturellement lent . Là, on pense plus spécifiquement aux personnes âgées , aux femmes enceintes, aux enfants, aux personnes handicapées et également les gens qui se sentent par essence "lents".

**Quelle est la date prévue ?** Dimanche 7 Juin de 10h à la tombée de la nuit.

**Ce sera où ?** L'endroit baptisé « le tapis vert » dans le Parc du Château ou le « Jardin du Roi de Rome » - Le lieu reste à définir et des discussions sont déjà en cours avec la mairie.

**Quels sont les modalités pour y participer ?** L'événement sera gratuit avec libre participation pour les spectacles.

**Quel sera le contenu de la journée ?** Ouverture à 10h du site Animations (spectacles, ateliers...) jusqu'à 12h .

Repas partagé de 12h à 14h (chacun apporte un plat et une boisson à partager avec ses voisins)

14h à 15h : Sieste générale

15h jusqu'à la tombée de la nuit (21h30?) animations, spectacles...

**Comment se déroulera la journée ?**

1. Un espace « **Bien-être** » avec massages, yoga, relaxation, shiatsu...Tous les activités en lien avec le bien-être et la détente
2. Un espace « **Pratiques manuelles** » (tricot, couture, crochet...)
3. Un espace « **saveurs/ détente** » qui sera présent en plusieurs lieux du site, avec une dégustation de thés, de plantes et des endroits pour se détendre et partager
4. Un espace « **Jeux** » à partager en famille... échecs, awalé, pétanque, jeux de société, jeux de cartes...
5. Un espace « **Spectacles** » avec une place importante donnée à la parole (Slam, contes, atelier d'écriture...)
6. Une place donnée **aux moyens de transport** qui sont plus lents (vélo, trottinettes, rollers)

Final : **Chorale des chants du monde** ... avec tout le monde

L'aménagement respectera le thème de la lente heure et nous disposerons des espaces où les gens pourront se détendre, se poser, lire ... **transats, coussins, hamacs, sièges...**



Nous vous tiendrons informé(e)s, mais pour ceux qui ont envie de rejoindre la Micheline en route qui compte déjà une vingtaine de passagers, vous êtes les bienvenu(e)s. N'hésitez pas à vous faire connaître au conseil d'animation d'émanSEL. Toutes les bonnes volontés sont acceptées.

Isabelle G.