



La **Feuille Info**
du Réseau d'Échanges
de Savoirs

Mangrove

Avril • 4/2019



Bonjour à toutes et tous,

En ce mois d'avril, le collectif invite l'ensemble des participant.e.s au projet du réseau d'échanges de savoirs à une réflexion autour de sa dimension collective. Cette dimension est la moelle de ce projet et chaque échange se doit d'être en lien avec l'ensemble des groupes d'échanges du réseau. Pour échanger, réfléchir et discuter ensemble de ces aspects, un collectif se réunit une fois par mois.

Ce collectif a pour objectif d'être un laboratoire d'idées et de projets créateurs de liens et de réflexions dans et hors du réseau.



En avril, le collectif vous propose trois temps de rencontres :

- **La réunion du collectif**, le mardi 02 avril de 10.30 à 12.30 – moment de réflexion et de partage sur le fonctionnement du réseau et divers projets collectifs.
- **Le café de la Mangrove**, qui aura lieu le vendredi 12 avril de 13.30 à 16.30 - moment de convivialité et d'accueil des nouveaux.
- **L'apéro rencontre du réseau**, qui se tiendra le vendredi 26 avril de 16.30 à 19.30 - moment de repérage de savoirs et de mise en relation collective.



Au plaisir de vous retrouver nombreux.ses !!!
Le collectif Mangrove



Nos heures d'ouverture sont du lundi au vendredi de 9.00 à 17.00. **Le CAL sera fermé le lundi 22 avril.**

Le délai pour envoyer vos textes et infos pour la FI de mai est le vendredi 19 avril



**Prochain collectif: mardi
02 avril de 10.30 à 12.30.**



**Le RERS Mangrove
et le CAL Namur sont sur Facebook.
Retrouvez-y toutes nos activités.**



**Numéro de gsm du réseau
0470.10.24.12**

Réunion Mangrove

Un projet géré et animé par les participant.e.s

En mars, le collectif a évalué le projet du « café de la Mangrove ». Celui-ci continue et les participants du collectif se sont engagés à se relayer afin d'assurer une présence pour accueillir les nouveaux et se rencontrer de manière plus informelle autour d'un jeu et d'une tasse de café. Les dates ont été fixées ainsi que celle d'un nouvel apéro rencontre.

Un tour de tous les échanges et activités du réseau par le groupe afin de se faire une idée plus précise du dynamisme du projet, ainsi que de la communication interne entre participants comme avec le groupe fermé sur le réseau social Facebook.

Le groupe a discuté de l'inter-RES à Arlon le 31 mars afin d'organiser un départ collectif et de définir ce que le RERS Namur allait amener lors de cet événement. L'idée de proposer une visite de la ville de Namur a été avancée par Guy.

>> Présentation des nouveaux et actualité des offres et demandes :

Fouad

vous propose de vous expliquer le fonctionnement des **stations d'épuration**



Feras offre les **mathématiques** et la **chimie**, demande la **conversation française** et la **cuisine belge** et **française**.

Valda

demande de l'aide **en droit du travail** sur les différences de **statut** entre indépendant et salarié



Oscar demande de l'aide pour comprendre les **fonctions du 2e degré** en mathématiques ainsi que la **programmation Java et Python**. Il aimerait aussi comprendre l'application des mathématiques vues à l'école dans la vie quotidienne. En échange, il propose les **jeux de cartes des pays de l'Est** comme le **Durak** mais aussi le **nettoyage intérieur** de son ordinateur fixe.

Jemy offre le **tricot** et le **jardinage** (fleurs) et demande des **techniques** pour **se relaxer**, de la **méditation** et l'utilisation de la tablette.

Corine offre la **cuisine végétarienne**, la cuisine **grecque** et l'**utilisation des légumineuses** en cuisine. Elle peut aussi apporter son aide en français. Passionnée de nature, elle peut vous apprendre à **reconnaître les oiseaux de Namur**. En échange, elle serait intéressée par la **cuisine vénézuélienne**, le **stretching**, l'**histoire** (échanges entre passionnés) et le **grec moderne**.

Rose a rejoint le réseau pour offrir son **savoir en français** dans le cadre des tables de conversation. Elle participera au **prochain apéro-rencontre** afin de préciser ses offres et demandes.



Carlos

vous propose de découvrir le jeu vidéo et smartphone populaire « **league of legends** » ainsi que l'apprentissage de l'**espagnol**. Il demande en échange à améliorer sa **pratique du français** et sa prononciation.

Bernard

offre la **diction française** et demande l'**informatique**



Nouvel Échange-tricot thé-café

mardi 23 avril de 14 à 16h.

Liliane vous propose de venir apprendre à tricoter ou simplement à tricoter ensemble. S'échanger des trucs et des astuces afin que le maniement des fils et aiguilles n'ait plus de secret pour vous. Moment convivial d'échange haut en couleur.



>> Au jour le jour

LE CAFÉ DE LA MANGROVE



Vendredi 12 avril de 13.30 à 16.30

Ce café est un moment de convivialité et d'accueil des nouveaux qui a pour objectif de favoriser la rencontre et les échanges informels mais aussi d'aider à la formulation des offres et des demandes et de répondre aux questions que l'on peut se poser sur le fonctionnement du projet.

DÉFI MANGROVE



Vendredi 12 avril de 13.30 à 16.30

Le collectif lance un défi à tous les groupes d'échanges du réseau de produire ensemble un texte sur leur échange ainsi que de faire une photo de leur groupe. Tous les textes et défis seront publiés sur le groupe Facebook du réseau et dans la feuille info ! Cela permettra à chacun de se représenter la diversité des participants au projet ainsi que de la richesse de vos rencontres. Si vous remplissez le défi, vous pourrez à votre tour lancer un défi au collectif ou à l'ensemble du réseau !
A vos plumes et smartphones !

L'APÉRO-RENCONTRE DU RÉSEAU

Apéro rencontre

Vendredi 26 avril de 16.30 à 19.30

De 16.30 à 17.15, le collectif vous accueillera pour faire connaissance et prendre un verre.

Dès 17.15, les animateurs du réseau vous proposeront un moment pour découvrir ou re-découvrir nos savoirs et éveiller notre curiosité et notre soif d'apprendre. Nous prendrons ensuite le temps de formuler nos offres et nos demandes puis de nous mettre en relation pour préparer nos futurs échanges. N'hésitez pas à venir avec des amis ou connaissances pour augmenter la richesse et le potentiel de nos échanges réciproques de savoirs. Chacun apporte un petit quelque chose à grignoter ou à boire.

LES AMIS DE MANGROVE



Groupe Facebook

Comme vous le savez sûrement déjà, nous mettons à votre disposition sur Facebook un groupe fermé ; «Les Amis de Mangrove» comme outil de communication pour vos échanges. Il fonctionne déjà efficacement avec l'échange guitare. Si ça vous intéresse et si vous osez... rejoignez-nous !

PROGRAMME

RERS CRÉATIF



Chant

les jeudis 18 et 25 avril
de 14.00 à 15.00

Entre apprentissage et plaisir de chanter, venez partager un moment avec Catherine, Eva, Christian et Cathy.



Guitare

Mercredi de 14.00 à 16.00

Christian offre son savoir à François, Marianne et Victor chaque mercredi. Mélange de théorie et d'exercices pratiques. Il propose aussi des accords à travailler à domicile en passant par le groupe facebook « les amis de mangrove ». Rejoignez-les et/ou rejoignez-nous dans le groupe. Peut-être la préparation d'une petite démonstration pour le prochain événement festif du réseau ?!



Danse arabe

Mercredi de 9.00 à 10.45

Fouad vous propose de venir découvrir avec lui des danses syriennes. Le dabkeh mais aussi des danses traditionnelles. Ces danses sont accessibles et ne demandent pas de condition physique particulière ou de vêtements de sport même si des vêtements confortables sont conseillés. Venez nombreux !
Renseignements et inscriptions auprès des animateurs.



RERS SANTÉ

Stretching



Attention, Myriam part à la découverte du monde et ne pourra pas donner son échange durant tout le mois d'avril. Elle reprendra son échange au mois de mai.

Techniques de self-défense

Claude vous propose des techniques inspirées de techniques de MANRIKI GUSARI issues du Japon féodal. L'échange débutera par une courte méditation, échauffement élémentaire, routines, techniques seul puis avec un (une) partenaire ; Intéressé.e ?

L'échange peut commencer à 1 ou 2 personnes !

Relaxation et méditation



Lundis 8 avril de 15.30 à 16.45

Venez découvrir des techniques de relaxation et de méditation. Comment apprivoiser ses pensées grâce à la méditation ? La relaxation permet de se décontracter et de détendre son corps. Je proposerai aussi des exercices de visualisation, techniques pour tenter d'agir sur son corps.

Thérèse

Lundi et mardi de 15.30 à 16.30

Suite à plusieurs demandes, Claude vous propose lui aussi de découvrir la méditation.

RERS LANGUES

Table de conversation française

(uniquement sur inscription)

Lundi et jeudi de 10.00 à 12.00 avec Claude

Lundi de 13.30 à 15.30 : 2 tables de conversations avec Véronique, Béatrice, Yolande, Isabelle et d'autres

Mercredi de 14.00 à 16.00 avec Christine

Arabe classique

Clémentine et Sihan ont décidé de se rencontrer régulièrement pour que Clémentine puisse apprendre la langue arabe de manière orale. Langue fort usitée sur son lieu de travail.



Table de conversation anglaise

Jeudis 4 et 25 avril de 10.00 à 12.00

Françoise est de retour de convalescence et vous propose de relancer la table de conversation anglaise. Etant donné qu'elle vient de loin, elle demande expressément que toutes les personnes intéressées s'inscrivent au moins 3 jours à l'avance afin de pouvoir s'organiser. L'échange portera sur des sujets d'actualité choisis collectivement. L'échange est proposé pour des personnes de niveau moyen à avancé.

Echange culturel – Syrie, de l'antiquité à nos jours

Mardi 23 avril de 14.00 à 15.30

Fouad vous propose un nouvel échange pour découvrir la Syrie.

Suite à la demande de quelques participants du précédent échange, il vous proposera une balade socio-historique ; sites emblématiques, langues et vie quotidienne de l'antiquité à nos jours.



Cuisine vénézuélienne

Mardi 30 Avril de 10.00 à 13.00

Dexy vous invite à venir découvrir la cuisine du Vénézuéla et à préparer avec elle une spécialité du pays : les Arepas. Sorte de petits pains au maïs fourrés selon vos goûts. 10 participants maximum. Renseignements et inscriptions auprès d'Aurélien pour le mardi 23 avril au plus tard. Inscription avec avance de 1€ à payer au secrétariat.



Formation

« VIV(R)E LA RÉCIPROCIÉ

Pédagogie coopérative - les réseaux d'échanges de savoirs

Le samedi 11 mai de 09.00 à 16.30

Nous vous invitons à venir vivre une journée pratique de découverte des Réseaux d'Echanges Réciproques de Savoirs, projet porté par la Régionale de Namur depuis 20 ans.

Les pratiques des réseaux d'échanges de savoirs peuvent être appliquées au sein d'un groupe de citoyens, d'une école, d'une entreprise, entre entreprises ou encore d'un collectif d'artistes.

La méthode favorise la rencontre entre collègues, voisins, citoyens et permet de questionner et d'enrichir le travail que l'on fait et que les autres font, valorise ses pratiques et exploite les richesses et différences de chacun.

3 BONNES RAISONS DE VENIR À LA JOURNÉE :

1. Venir vivre une démarche d'apprentissage et d'enseignement en échange de savoirs que vous pourrez partager et pratiquer ensuite.
2. Les pratiques des réseaux favorisent l'autoformation permanente par des démarches de réciprocité ouverte autorisant l'invention, la création sont porteuses de questionnements féconds.
3. Ces pratiques permettent aussi de mutualiser les savoirs et savoir-faire de tous les acteurs du projet en faisant circuler les savoirs dans des relations de confiance. Cette méthode multiplie les occasions de s'enrichir mutuellement de l'autre, donnent du sens à une identité collective, alimente une dynamique de création collective.

Le contenu de la formation est une mise en pratique d'outils d'animation complétée de temps d'échanges de pratiques.

POUR QUI ?

- Toute personne désireuse de découvrir le projet ou souhaitant démarrer un réseau dans son école, son entreprise ou entre citoyens.
- Tout participant déjà impliqué dans un réseau d'échanges de savoirs désireux de mieux connaître le projet et d'enrichir sa pratique.

Lieu : Rue de Gembloux, 48 à 5002 Namur

Formateur : Aurélien Ghistelinck

Frais de participation : Gratuit – Repas et boissons offerts
(merci de préciser vos préférences de régime ou de goût à l'inscription)

Renseignements et inscription : 081 73 01 31
aurelien.ghistelinck@laicite.com ou contact@laicite.com



>> Mangrove en sortie



Attention, suite à une évaluation des sorties, il semblerait que les participants ne prennent plus la peine de confirmer leur participation. Par respect et souci d'organisation, il est demandé de confirmer sa présence auprès des travailleurs du CAL ou de l'offreur-euse de la sortie.

Balade de Wépion à la Plante

Mercredi 24 avril à 13.15

Guy vous propose, au départ du Novotel de Wépion, une promenade jusqu'à La Plante d'une distance de 4km. Rendez-vous à 13.15 à la rue Rogier pour prendre le bus 4 (Vers Mont CHU) de 13.27. Nous prendrons une pause à la brasserie Dumont. Retour avec le bus 4 de 16.05.



Visite de l'exposition « Génération 80 expérience » à Liège

Dimanche 28 avril de 13.15 à 17.30

Guy vous invite à plonger dans le passé et retourner 30 ans en arrière pour revivre la folle époque des années 80 ! Plus qu'une exposition, ce parcours se veut une véritable expérience qui vous fera revivre cette décennie selon plusieurs grands thèmes : la politique et les grands événements, les humoristes, la musique, le design et la mode, les bandes dessinées, le cinéma, le sport, la télévision pour se terminer sur une thématique spéciale : le mur de Berlin. Rendez-vous à la gare de Namur à 13.15 pour prendre le train de 13.32. Retour prévu aux alentours de 17.30 à Namur. Prix d'entrée : ART 27 3€, Sénior 14€, Adulte 16€.



Concert de chants sacrés et traditionnels à Walhain

Samedi 4 mai à 16.00

Dans le cadre du «Fil de l'Art», parcours d'artistes à Walhain-Saint-Paul, nous donnerons un concert, Monique Jobin, claveciniste, et moi, chant, dans un répertoire de chants sacrés et traditionnels, et de musique baroque. Cela aura lieu le samedi 4 mai 2019 à 16h à la petite église de Saint-Paul (pas la grande église de Walhain). Entrée du concert : 6 euros.

Il y a des concerts tout le week-end. Bienvenue à toutes et tous. Naïra



>> Le CAL vous propose

PHILO-LUMIÈRES

Initiation à la philosophie

SPINOZA ET L'ÉTHIQUE

La pensée de Spinoza constitue-t-elle un viatique philosophique, concurrent de tous les dogmatismes religieux ? Spinoza peut-il aider à vivre, oui ou non ? A qui appartient-il de répondre à cette question ?

Nous tenterons de donner, au cours de cette séance des pistes vers une meilleure compréhension des enjeux liés au projet éthique du philosophe de Voorburg.

Mercredi 17 avril de 17.00 à 19.00



Les Semeurs Curieux

Du 8 au 12 avril de 9.30 à 16.30 (accueil dès 9.00)

Stage découverte pour les curieux de 8 à 11 ans

Les Semeurs Libres

Du 15 au 19 avril de 9.30 à 16.30 (accueil dès 9.00)

Stage découverte pour les semeurs de 12 à 15 ans




>> Agenda Avril 2019

Cet agenda présente uniquement les échanges collectifs. Il donne un aperçu des possibilités qu'offre le Réseau. Il existe aussi des échanges individuels, et de nombreuses offres et demandes attendent encore de se concrétiser à tout moment de la journée, dans et hors des locaux du CAL. Pour tout renseignement complémentaire, contactez-nous au 081 73 01 31 ou sur place.

Collectif	Lundi 02 avril de 10.30 à 12.30
Café de la Mangrove	Vendredi 12 avril de 13.30 à 16.30
Apéro-rencontre du réseau	Vendredi 26 avril de 16.30 à 19.30

Rendez-vous hebdomadaires

Table de conversation française avec Claude	Lundi et jeudi de 10.00 à 12.00	
Table de conversation française (x2)	Lundi de 13.30 à 15.30	
Guitare avec Christian	Mercredi de 14.00 à 16.00	
Table de conversation française avec Christine - avancé	Mercredi de 14.00 à 16.00	
Danse arabe	Mercredi de 9.00 à 10.45	
Do in avec Michèle	Mercredi de 10.45 à 11.45	
Méditation avec Claude	Lundi et Mardi de 15.30 à 16.30	

Rendez-vous mensuels

Relaxation avec Thérèse	Lundis 8 et 22 avril de 15.30 à 16.45
Table de conversation anglaise	Jeudi 4 et 25 avril de 10.00 à 12.00
Chant avec Catherine	Jeudis de 14.00 à 15.00
Echange culturel – Syrie, de l'antiquité à nos jours	Mardi 23 avril de 14.00 à 15.30
Nouvel Échange-tricot thé-café	Mardi 23 avril de 14.00 à 16.00
Cuisine vénézuélienne	Mardi 30 avril de 10.00 à 13.00

Mangrove en sortie

Balade de Wépion à La Plante	Mercredi 24 avril à 13.15
Exposition « génération 80 » à Liège	Dimanche 28 avril à de 13.15 à 17.30
Concert de chants sacrés	Samedi 4 mai à 16.00

Le CAL vous propose

<i>Philo lumières – Spinoza et l'éthique</i>	Mercredi 17 avril de 17.00 à 19.00
<i>Les Semeurs Curieux</i>	Du 8 au 12 avril de 9.30 à 16.30 (accueil dès 9.00)
<i>Les Semeurs Libres</i>	Du 15 au 19 avril de 9.30 à 16.30 (accueil dès 9.00)



Avec le soutien de
la Fédération Wallonie-Bruxelles