Inform ElleS



Région Ardenne-Condroz-Famenne - N° 39 - Septembre-Octobre-Novembre 2016 - Trimestriel

Bonne rentrée!



«Vivre ensemble aujourd'hui, vous y croyez?»



Bureau de dépôt : 5575 Gedinne N° d'agrément : P705064



Editeur responsable : Véronique Delgleize - ACRF - Rue de la croisette, 16 - Gedinne - Tel. : 061/58 88 79

EDITO

« Vivre ensemble aujourd'hui, vous y croyez ?» Voilà l'invitation lancée par notre mouvement pour l'année 2016-2017.

Une petite histoire racontée par G. Dury. «Nous avions, ce jour-là, à la ferme, un tondeur de moutons, un électricien et un maçon. Le temps d'une courte pause, le maçon admirait la dextérité avec laquelle le tondeur séparait la toison soyeuse de la peau des animaux, l'électricien nous interrogeait sur l'élevage du mouton qu'il ne connaissait pas ; nous avons écouté avec attention les explications qu'il donnait en parlant d'électricité ; le tondeur, à son tour, interrogeait le maçon. Chacun s'enrichissait du savoir de l'autre et se sentait, m'a-t-il semblé, comme rehaussé dans le sien.»

Qu'en pensez-vous ? Si nous échangions à partir de ce texte, je suis sûre que chacune d'entre vous partagerait un moment vécu d'échange, de complémentarité et même d'émerveillement.

Nous rentrons du voyage régional en Grèce où nous avons expérimenté d'une façon très concrète cette richesse de la différence; nous vous en reparlerons.

La journée de visibilité de notre région, « Plus riche dans la diversité », nous a ouvert à un réel partage dans la convivialité.

Les journées d'études, outre le plaisir de se retrouver, nous ont mis le pied à l'étrier. Nous aurons l'occasion d'approfondir le contenu des exposés dans Plein Soleil et au cours de nos rencontres. Déjà, les journées de relance, les réunions locales, les activités se profilent à l'horizon et nous invitent à construire un « Vivre ensemble », refusant les abus de pouvoir et les discriminations et promotionnant la reconnaissance du droit pour l'égalité pour tous et toutes. Vous avez envie d'y croire ? Alors le rendez-vous est pris!

Véronique.

COMMUNAUTAIRE

DANS NOTRE REGION

PROJETS DES ANTENNES

COUPS DE CŒUR

CHEMIN DE FEMMES

A FAIRE SOI-MÊME

P.S. Faites bon accueil aux bénévoles pour le (ré)abonnement à Plein Soleil, la revue du mouvement. Prix annuel inchangé : 20 €.

Lors de la mise en page, nous espèrons avoir la possibilité d'insérer un maximum de photos des activités organisées par les différentes antennes. Malheureusement, cela devient de plus en plus difficile. Ces photos sont néanmoins accessibles sur notre site internet ainsi que sur notre page Facebook! Notre adresse: www.acrf-acf.be

L'équipe d'édition

LE COMMUNAUTAIRE

Le prochain colloque désormais annuel que nous organisons avec Nature et Progrès et l'association VSZ, aura lieu le 09 décembre prochain à Namur. Vous vous en rappelez sans doute, le premier colloque organisé dans le cadre de notre Convention avec le ministère de l'agriculture avait porté sur les relations entre producteurs et consommateurs, dans une approche assez globale. Le colloque de 2015 avait pour thème les relations plus courtes, plus directes, de la fourche à la fourchette. Pour nous c'était l'occasion de présenter l'étude « Vous ne ferez plus vos courses comme avant ».

Et c'est assez naturellement qu'est venu pour notre mouvement, l'idée de se pencher sur les labels. Lorsque les circuits courts, la vente directe, les relations de confiance ne suffisent plus, les consommateurs attendent d'autres informations sur les produits, via les labels, sur le tiers qui contrôle la production.

Au cours de notre prochain colloque, nous verrons à partir d'exemples concrets, dans les crises qui affectent certaines filières, des solutions possibles pour tenter de soulager, d'encourager nos producteurs.

Parmi ces solutions, les labels... mais ceux-ci sont entourés de beaucoup de flou, d'où le titre de la nouvelle étude « Labels et le brouillard ». S'ils peuvent être un outil efficace de communication, il faut que les consommateurs en aient une bonne lisibilité, qu'ils ne soient pas trop nombreux, qu'ils donnent confiance... sinon, les consommateurs seront tentés de recourir aux produits les moins chers,

étant au moins assurés de ce critère par défaut de trouver des critères clairs. Nous serons heureux de débattre de tout cela avec vous, pour affiner encore la parole « des consommateurs » que nous voulons porter au Ministre de l'Agriculture.



DANS NOTRE REGION

C'était le titre, parfaitement choisi, de

la journée de visibilité de la Régionale

Ardenne-Condroz-Famenne, à Bièvre. Repas, chants, films, expo ont été autant d'occasions de rencontres et d'échanges. « Pour elle, pour lui, l'autre c'est toi...» avec cette pensée en tête, 120 personnes environ se sont rendues au centre culturel de Bièvre, le 26 juin dernier. Elles ont été accueillies par Véronique, présidente de la Régionale. « Nous croyons que la diversité est une richesse et nous vous invitons à la vivre concrètement aujourd'hui par des rencontres interpersonnelles. » Après une visite commentée par Eric Jurdant de l'exposition photos « Retour de Palestine », les participants ont pu visionner deux films. Le premier « Une girafe sous la pluie », dessin animé de Pascale Hecquet, raconte le parcours d'une girafe, réfugiée politique débarquée dans un pays exclusivement habité par des chiens. Il a particulièrement plu à Marie-Josée. « Cette girafe qu'on «jette» littéralement d'un endroit à un autre, nous fait prendre conscience de la réalité des réfugiés. On aurait besoin d'un vrai contact pour rayer les peurs que les gens ont bêtement» Cette réflexion rejoignait le deuxième film « La boîte à mémoire. Les choses de la vie ». Des enfants du centre Fedasil de Sugny ont interviewé chacun un adulte du village sur ses souvenirs et ont réalisé une boîte qui, pour chaque personne, illustrait cette mémoire.

Mufeed, demandeur d'asile syrien d'une dizaine d'années, du centre de Pondrôme, avec son oncle Anas et un ami Irakien, Mohanad, a passé une nuit blanche pour préparer un taboulé, un riz aux lentilles... « Une journée comme aujourd'hui, ça les change. Ils sont contents de pouvoir partager leur culture », ajoute Atziri, éducatrice spécialisée du Centre. Des plats traditionnels et colorés d'Afrique, d'Asie, d'Europe de l'Est, de la Méditerranée et d'Amérique latine, garnissent le buffet pour le plaisir des yeux et des papilles. La diversité prend aussi la forme du handicap. Une dizaine de résidents de l'institution Le Bâti à Houdremont ont apprécié avec enthousiasme les chants de « Totof, l'homme-l'orchestre », ses amis africains et haïtiens et l'émouvant tango entonné a capella par Fernando, originaire de l'Uruguay. « C'est leur joie de sortir, de rencontrer d'autres personnes. C'est important d'avoir un mélange de personnes, une relation d'échanges et... d' « apprivoisement». Il est temps de s'installer dans la salle pour écouter « Chœur d'Ardenne », la chorale de Rienne interpréter des chants faisant écho au thème de la journée. Place ensuite au théâtre action « D'al Copete à Macapette », une création collective « Les Poules Alliées » de Gedinne (1). On y découvre Louise, l'aristo, qui s'interroge sur la surconsommation en fouillant les poubelles, Mauricette, qui cède aux

sirènes (du porto et) du téléachat et son voisin Marcel qui ramène de ses vacances à Macapette une travailleuse du Sud, qui a produit dans des conditions indécentes les objets achetés par Mauricette et jetés dans les poubelles chères à Louise... Une réflexion sur les liens invisibles que tisse la globalisation entre tous les habitants de la planète: des rapports d'exploitation, de pollution, de domination, mais aussi solidarité locale et internationale.

Maïder Dechamps

Une journée pour découvrir la diversité des cultures présentes localement. Une occasion pour se rencontrer, croiser nos traditions, nos langues, nos attentes, nos souhaits,... nos rêves! Une opportunité pour découvrir une table « aux couleurs du monde » ... mais que choisir dans ce « festival gastronomique »? Une exposition qui nous offre un autre regard sur la Palestine, et les Poules Alliées qui nous invitent à lutter contre le travail indécent et appellent à être solidaire avec les travailleurs d'ailleurs? Autant d'activités que de raisons pour renforcer notre conception de l'inter culturalité, comprendre et s'émouvoir devant la richesse de toute cette diver-

sité!

Joëlle

ANTENNE DE CINEY

L'ACRF Femmes en milieu rural d'Havelange organise un après-midi d'information et de témoignages : LES AIDANTS PROCHES Qui? Quel soutien? Quelles aides? avec la participation de l'asbl Aidants Proches Mercredi 12 octobre 2016 de 14h à 16h30 à la Ferme des Tilleuls, rue de Hiétine, 2 à Havelange Bienvenue à toute personne intéressée par le sujet. Renseignements : Geneviève Warnier-Lens 083/63 44 22, MarieEst aidant proche toute personne (famille, voisin...) accompagnant un proche dont l'autonomie est gravement limitée et ce, de manière non professionnelle, non rémunérée.

ANTENNE DE BEAURAING

José Meessen 083/69 06 99

Journée de Relance Vivre ensemble aujourd'hui, vous y croyez ? Mardi 18 octobre 2016 de 9h00 à 16h00 à La Calestienne Faubourg St Martin, 22 5570 Beauraing Au programme:
9H00 Accueil
9h30 Introduction
9h45 Pour vivre ensemble,
soyons audacieux!
10h30 Pause
11h00 Le Voltî, une monnaie
locale
13h00 Repas

14h30 Pommes de reinettes et fruits d'ici 16h00 Clôture

ANTENNE DE DINANT

Dimanche 13 novembre 2016 L'ACRF-Femmes en milieu rural de Bioul vous invite à la Maison de la Ruralité (20, Place Vaxelaire à 5537 Bioul)

Venez découvrir le nouveau spectacle des Solid'elles. Ces femmes ont décidé de prendre la parole, par le chant afin d'exprimer, de dénoncer des situations difficiles vécues par certaines ... Parce qu'elles voulaient chanter les droits humains, une société plus juste, une terre propre à transmettre aux générations futures, ... 15h....... Accueil

15h30.....Spectacle « Lionnes »

16h30.....Entracte

17h......Projection d'un film ...partage et échange avec le public autour d'un bol de soupe

PAF : 10€ prévente 8€

ANTENNE DE GOUVY - HOUFFALIZE - VIELSAM

Cet automne, les « femmes en milieu rural » ont le plaisir de vous inviter à deux conférences au Centre Culturel et Sportif (Salle du Patro) Cour de l'Abbaye 15 à Houffalize.

DAECH : LE CALIFAT DE SANG : BILAN ET PERSPECTIVES. Mardi 4 octobre 2016 à 20 h par Simon PETERMANN

Professeur émérite des Universités de Liège (ULG) et de Bruxelles (ULB). Spécialiste des relations internationales et de la géopolitique.

Daech ou l'«Etat islamique », inconnu

il y a encore quelques années, a fait une entrée fracassante et sanguinaire dans l'actualité internationale. En un temps record, Daech a pris le contrôle d'un vaste territoire en Irak et en Syrie sur lequel il impose, le plus souvent par la terreur, une version rigoriste de l'Islam. Quelle est l'origine de ce groupe et de ses énormes moyens financiers ? Quels sont ses objectifs ? Pourquoi exerce-t-il une telle fascination sur la mouvance islamiste radicale ? Comment le combattre ?

LES EVANGILES APOCRYPHES Mercredi 9 novembre 2016 à 19h30 par Laurent Lesage Après une formation en philosophie à l'Université de Liège, il se tourne vers l'étude de l'histoire générale des religions et de l'anthropologie culturelle. Depuis 2006, il consacre ses recherches sur les traditions « populaires » des peuples européens.

A côté des 4 Evangiles canoniques (reconnus par l'Eglise), une multitude d'autres écrits, non reconnus, tenus « cachés », ont reçu le nom d'Apocryphes. Quel est leur contenu ? Que pouvaientils contenir de dérangeant ? Pourquoi les Apocryphes constituent-ils une des clés majeures pour comprendre les débuts de

l'iconographie chrétienne ? Et si dans l'un ou l'autre récit, se trouvaient quelques paroles authentiques de Jésus ? (Evangile de Thomas). Et si Judas avait aussi sa propre version des événements ? (Evangile de Judas) Et si

Très longtemps méprisés, négligés par la communauté scientifique, les Evangiles Apocryphes, depuis quelques décennies, sont étudiés, avec le même respect et les mêmes méthodes de critique historique que les historiens appliquent aux 4 Evangiles canoniques. La conférence fera le point sur ce sujet sensible, à mi-chemin entre des attitudes sensationnalistes ou des comportements de rejets.

P.A.F:4€

Renseignements: 0496/800 625

COUPS DE COEUR

ANTENNE DE CINEY

C'est le mercredi 13 avril 2016 que nous étions réunies pour une réunion zen!

ZEN, RESTONS ZEN.... Se détendre en s'exprimant au travers de l'art. Une manière agréable de passer un bon moment ensemble! Mandalas, quillings, zentangle.... Ces mots charmeurs vous disent-ils quelque chose? Voilà ce qui nous a été dévoilé:

Silencieux, le groupe des aînées c'est

Jeudi 18 août, le rendez-vous devant la ferme des Tilleuls à Havelange devient une coutume pour le départ de l'excursion

Cette journée bien agencée, bien préparée, bien minutée ne nous a pas laissés indifférents!

Nous déjeunons, sur la Place de l'Université à Louvain la Neuve : une ville nouvelle en continuelle évolution qui conjugue tradition et modernité et où l'on circule majoritairement à pied. Une ville où tout est à portée de main : des musées, des cinémas, une médiathèque, des commerces, des théâtres, une piscine, des cafés, des restaurants, des salles de concerts et d'expositions, des écoles et des

appliqué très calmement à découvrir les dessins réalisés sur les feuilles imprimées, tirées du site Google. Ces coloriages minutieux ont mis en évidence de très beaux dessins, ressemblant pour la plupart aux rosaces des vitraux de basilique ou cathédrales.

Les femmes ont pu s'exprimer plus aisément en racontant leur dessin. Chaque dessin rivalisait de beauté et de couleur. Chacune très fière de son croquis s'en est

quartiers résidentiels qui s'étendent en pétales depuis le centre.

À deux pas de la campagne, ce site nous interpelle par son architecture, nous étonne par son calme et ses entrelacs de rues et de ruelles, nous séduit par ses espaces verts et la qualité de son environnement, nous stupéfie par son habitat bien pensé qui facilite le lien entre ses habitants

Après un dîner bien apprécié au restaurant «Au cœur des sens» nous partons visiter le musée dédié à Hergé pour rencontrer le créateur de Tintin et son œuvre en même temps que son époque, avec ses tribulations et son extraordinaire créativité... et pour nous, une confronta-

retournée contente de passer cet aprèsmidi.

Pour la petite histoire, le Mandala est né après une prière des moines Tibétains. Le vent soufflait si fort, qu'il a rempli, de sable, les rainures des pavés sur lesquels les moines étaient agenouillés. Ce qui a provoqué un très beau dessin sur le pavement....

tion aux techniques modernes.... l'audioguide n'a plus de secret pour nous!

La journée se termine par la découverte du domaine provincial du «Bois des Rêves» situé à quelques kilomètres de Louvain la Neuve. Un domaine en pleine forêt, un paradis de verdure, avec des kilomètres de sentiers balisés pour se promener, se reposer et organiser des barbecues ... mais pour notre groupe, le choix s'est porté sur la dégustation d'une crêpe, d'un croque-monsieur ou celui d'une bonne bière! ... merci à l'équipe organisatrice pour cette escapade brabançonne!

ANTENNE DE DINANT

Les femmes du groupe ACRF de Maredret partent pour une visite, sous un ciel changeant mais toutefois clément et une chaleur étrange et lourde. Comment fait Nicole pour prévoir des excursions les seuls jours où il fait sec et ensoleillé? Nous éclaircirons ce mystère : œufs à Sainte Claire, dévotion à ...?

Devinez notre destination: tour à bulbe, principauté, collégiale, château, escabèche, fromage, bière,... mais oui c'est bien sûr... Chimay!

Nous voilà sur la route, on dirait les vacances. Arrivés à Chimay, une petite balade dans les ruelles pour accéder au château à l'entrée majestueuse. On nous donne des tablettes audio-guides pour nous aider à admirer l'intérieur du château par ailleurs toujours habité. Et c'est la Princesse douairière qui nous accueille avec charme. Nous déambulons dans les pièces en admirant les mobiliers anciens et les portraits d'ancêtres. Nous voici dans le salon des portraits qui sert d'antichambre au merveilleux théâtre à l'italienne où nous avons le privilège de regarder un film racontant l'Histoire des lieux. Visite de la chapelle extérieure qui inspire la méditation. Petit tour en ville sous un ciel de plomb et visite de la collégiale où sont conservées les reliques de Sainte Monégonde.

De nouveau sur la route à la recherche de « la Bonne Auberge » à Virelles. A gauche, mais non à droite, mais non c'est plus loin. Ah tiens, la voilà, mais où donc est le parking? Nous sommes attendus et pouvons choisir où nous nous installerons : dehors ou dedans? A l'unanimité nous rentrons : en cause, la température élevée et le ciel orageux dans le lointain!!

Nous sélectionnons ce qui nous ferait plaisir, qui un ris de veau, une escabèche, un pintadeau, du canard ... Nous constatons vite qu'il ne s'agit pas de manger mais plutôt de déguster. Les plats sont servis à juste température, les ingrédients

d'une grande fraîcheur et nos papilles sont à la fête... comme l'ambiance d'ailleurs. Nous finissons par un dessert tout aussi succulent.

Sur les conseils de « l'aubergiste » nous allons à la « Grange aux papillons » à deux pas de l'auberge. Émerveillement devant les papillons aux couleurs chatoyantes qui volettent dans une nature luxuriante et une atmosphère tropicale.

Retour à Maredret par le chemin des écoliers le long de jolies routes passant par le barrage de l'Eau d'Heure. Belle journée en somme. Dans un printemps pluvieux et morose nous avons su ce qu'est la chaleur tropicale!!!!

Merci Nicole

CHEMIN DE FEMMES

5 juillet

De Bioul à Emptinne... chemin de femmes

Les deux groupes s'étaient déjà rencontrés à Bioul le 28 mai 2013 pour visiter l'abbaye de Maredret et le musée du sucre à Bioul. Aujourd'hui, en route pour le musée des automates de Barsy. En pénétrant dans ce musée, nous retournons un siècle ou deux en arrière et pour notre plus grand plaisir, nous découvrons une multitude d'objets que l'on pourrait qualifier de vivants tant ils sont attractifs et tous en état de fonctionnement. Le musée Monopoli, du nom de son propriétaire, nous a émerveillées et a plu à toutes! A notre retour à la salle d'Emptinne, et après une photo pour l'Avenir, nous dégustons un apéritif préparé par Rose, de succulents accompagnements concoc-

tés par Brigitte et Françoise, pour enfin passer au superbe buffet de fromages, salades et desserts apportés par les femmes de Bioul. Chacune retournera comblée et ravie, en emportant un petit cadeau en souvenir de ce chemin de caqueteuses ... une petite poule brico récup' (1)...! (1) Plein Soleil n°799 mai 2015

A FAIRE SOI-MÊME

Parfumer sa maison : la magie des odeurs Besoin d'un petit coup de pouce pour passer l'hiver ? La recette est simple : invitez quelques fragrances bien choisies dans votre intérieur douillet et laissez votre odorat faire le reste.

Il semblerait que les odeurs auraient des pouvoirs insoupçonnés, tant au niveau physiologique que psychique, sur le corps humain : ainsi l'odeur de citron, de menthe ou de jasmin a un effet positif sur le cerveau, celle de la lavande réduit le stress et celle de la camomille favorise la détente.

Dès l'Antiquité, des pouvoirs curatifs, apaisants ou stimulants ont été attribués aux senteurs et toutes les civilisations ont utilisé les plantes pour créer des ambiances particulières.

De plus, une même odeur ne produit pas les mêmes effets sur tous les individus. En effet, ancrées au plus profond de notre mémoire, elles ont cette remarquable propriété de posséder une forte dimension affective. Les sentir à nouveau nous fait voyager dans le temps en évoquant de manière plus ou moins floue des évènements passés et chargés d'émotion. Comme la petite madeleine de Proust,

elles sont donc très personnelles et dépendent des circonstances, agréables ou désagréables, auxquelles elles sont reliées et définitivement mémorisées dans notre cerveau.

C'est pourquoi la première fois que vous diffuserez un parfum dans votre maison, interrogez votre entourage. S'il l'indispose, n'insistez pas et choisissez-en un autre.

Une fois ces précautions prises, vous pouvez passer à l'étape suivante : parfumer sa maison avec des parfums maison d'ambiance à faire soi-même.

Voici quelques recettes simples. Des odeurs qui réveilleront vos sens endormis par la grisaille de l'hiver tout en répandant une touche de bien-être et de bonne humeur dans la maison!

Ambiance d'agrumes

Conservez les zestes de citron et d'orange. Le citron et les agrumes d'une manière générale sont très efficaces pour désodoriser: peaux de clémentines brûlées dans la cheminée, posées sur le radiateur ou posées dans le four encore chaud après une cuisson... ils dégageront un agréable parfum dans toute votre cuisine. Ambiance ambrée et fruitée

En mûrissant, un coing posé sur le haut d'une étagère diffusera des notes discrètes

Ambiance rafraîchissante et acidulée Prenez une belle orange et piquez-la de clous de girofle. Décorez le fruit avec un joli ruban et accrochez-le dans la cuisine. Ambiance épicée

Parsemez votre cuisine ou vos toilettes de petits sacs en tissu contenant des clous de girofle.

Ambiance vaporeuse

Faites chauffer de l'eau dans une casserole avec un peu d'extrait de vanille, des écorces d'orange ou de citron, du thym, du laurier... et laissez les vapeurs se répandre dans la maison.

Pour parfumer le linge, fabriquez des petits sachets de tissu remplis de fleurs séchées (lavande, rose, dahlia...) et rangez les dans vos placards. Pour désodoriser la poubelle : Lavez et essuyez la poubelle, versez 1 goutte d'huile essentielle d'arbre à thé et 1 goutte d'huile essentielle de lavande sur un morceau de tissu et posez-le au fond de la poubelle. Ces huiles essentielles ont des propriétés désinfectantes et limiteront donc une éventuelle prolifération bactérienne.

Siège social :

ACRF

Ardenne-Condroz-Famenne, Femmes en milieu rural 16, rue de la Croisette 5575 GEDINNE 061/58 88 79

Trésorerie:

Marie-José Meessen Rue de Busin, 3 5370 Havelange 083/690 699 BE52 0003 2545 5309



Véronique Delgleize veroniquedelgleize@hotmail.com 061 / 58 88 79

Nos animatrices:

Beauraing - Ciney - Dinant - Marche Gouvy Houffalize Vielsalm :

Joëlle Stuerebaut - 0491/15 32 47 joellestuerebaut@acrf.be