Inform'EllesS

bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

Région Ardenne-Condroz-Famenne - N°56 - Décembre 2020 - janvier -février 2021 - Trimestriel

Femmes en milieu rural ACRF

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

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

Editeur responsable : Delgleize Véronique - ACRF- rue de la Croisette, 16 - Gedinne - TEL: 061/58.88.79

EDITO

« Les Natalophobes », vous connaissez ?

Ce sont les angoissés de Noël ou Nouvel -An pour qui les fêtes de fin d'année riment avec dépression. C'est vrai que cette année nous ne sommes pas submergés par la traditionnelle vague d'amour des fêtes de Noël. Aurons-nous un Noël « à la normale » ? Rien n'est moins sûr. L'envie est là d'effacer au plus vite le vécu de ces derniers mois. Mais Noël s'annonce teinté de mélancolie, de tristesse et de solitude et pas seulement pour les ainés.

N'est-ce pas l'occasion de se réapproprier l'évènement ?

Quel est le sens profond de Noël célébré depuis l'an 325. Ce que l'on voit, c'est la précarité absolue d'un couple à Bethléem, sans hébergement pour donner naissance à leur enfant.
Des bergers très pauvres, à la marge de la société de l'époque, viennent à l'étable.
Dans l'insignifiance de cet évènement marginal se manifeste, par la puissance de l'amour de Dieu, une fraternité nouvelle rendue possible.

Les luttes et les soins vécus dans les hôpitaux et les maisons de repos sont probablement les plus proches du mystère de Noël.

Comment célébrer un Noël « pas normal », même si les liturgies sont différentes.
Oserons-nous fêter avec nos voisins, nos amies, nos groupes ACRF, en famille, … un Noël à cœurs rapprochés.
Nous nous offrirons un coup de fil, un sms, une carte, une bougie, … pour dérouler une chaine d'Espérance au cœur de notre environnement quotidien si tristement confiné cette année.

Dans l'Espérance d'un « vrai Vivre Ensemble », vivons un « vrai Noël Nouveau » et une « vraie Nouvelle année 2021 ».

Avec l'Equipe Régionale.

Véronique.

Siège social :
ACRF
Ardenne-Condroz-Famenne,
Femmes en milieu rural
16, rue de la Croisette
5575 GEDINNE
061/58 88 79 - 0473 / 80 13 65
Trésorerie :
Marie-José Meessen
Rue de Busin, 3 5370 Havelange
083/690 699
BE52 0003 2545 5309

Femmes en milieu rural

Présidente :
Véronique Delgleize
veroniquedelgleize@hotmail.com
061 / 58 88 79 - 0473 / 80 13 65

Nos animatrices :

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

Marche
Gouvy Houffalize Vielsalm :
Céline Grandjean - 0491/90 58 67
celinegrandjean@acrf.be

www.acrf-acf.be

L'assemblée générale prévue le 27 novembre n'a pu avoir lieu
et est reportée au 8 janvier 2021,
en espérant qu'à ce moment-là ce sera possible.

Chères amies,

Nous voici presque au terme d'une année qui aura été pour beaucoup d'entre nous très éprouvante. Nous sommes avant tout des êtres de contact et nous avons besoin de voir nos proches, de nous rencontrer en groupe, d'échanger bonnes et mauvaises nouvelles, une poignée de main, un bisou. Tout cela nous a été confisqué avec la crise sanitaire et toutes et tous nous en avons été affectés.

Mais nous allons vers un mieux… et Noël approche. Ce sera un Noël particulier, sans grande fête, sans grand rassemblement de famille mais ce sera Noël avec l'espérance d'un monde meilleur, avec la lumière qui revient.

Je voudrais avec le Conseil d'Administration, vous encourager à vivre Noël dans cet esprit d'espoir que la vie sera meilleure et plus belle quand cette crise sera atténuée, voire derrière nous. Joyeux Noël ! Illuminez vos maisons, faites-vous plaisir avec les chants de saison, un bon concert à la télé, un bon repas… Faites-vous belles, juste pour le plaisir. Nous serons toutes ensemble en union ACRF, en union avec tous ceux et celles qui ont été affectés par cette crise mais dans l'assurance que tout va aller mieux.

Et passé ce temps de Noël nous entamerons l'année 2021. Nous vous la souhaitons magnifique, merveilleuse, pleine de joies, de petits bonheurs pour chaque jour.

Joyeux Noël et Bonne année 2021.

Pour l'organe d'administration (le CA)
Daisy

Recette du cougnou

- 500 gr de farine
- 125 gr de beurre
- 25 gr de sucre
- 2 oeufs
- 25 gr de levure fraîche
- 1/4l de lait
- 1 pincée de sel
- raisins secs ou sucre perlé

Dans un plat, battez les oeufs entiers. Ajoutez le sucre, le lait, la levure, le beurre ramolli et le sel. Mélangez afin d'obtenir un résultat homogène. Incorporez la farine.
Laissez la pâte reposer une première fois 30 minutes.

Ajoutez les raisins ou le sucre perlé (ou les deux pour les plus gourmands !)

Laissez lever une seconde fois pendant 20 minutes.

Donnez à la pâte une forme de cougnou et faites cuire au four à 180° (th 6) pendant 30 minutes .

Mettre une récipient d'eau dans le bas du four afin d'apporter l'humidité nécessaire pour une pâte moëlleuse.

Lettre au virus (Texte de Eric Gourdon)

J'ai cru comprendre que tu te portes bien.
On parle beaucoup de toi à la télé.
Ta tournée mondiale est un succès sans précédent.
Cette fois, tu as vraiment mis le paquet on en a le souffle coupé.
Ton invisibilité omniprésente sidère le monde entier.
Tu fais la « une » de tous les journaux mais pas l'unanimité.
Tu as quand même réussi à mettre dans ta poche les grands dirigeants, même les plus bornés.
Plus rien n'est pareil depuis que tu es là : pour se voir, aujourd'hui, il faut du wifi, pour te résister il faut se confiner, tu es vraiment à prendre avec des gants !
En frappant à la porte de nos insouciances, elles sont devenues méfiances.
Je ne reconnais plus mon quotidien, les heures sont devenues plus longues, les repères ont déserté, nos chemins sont devenus incertains.
Tu fais tomber le masque de nos sociétés fragiles en nous faisant porter le chapeau mais pourquoi t'en prendre aux plus faibles en leur arrachant leur dernier souffle ? Pourquoi infliger ce dernier voyage sans au-revoir de leurs familles ?
Il a fallu fermer les frontières pour que l'humanité s'ouvre à son destin, un destin qu'elle croyait contrôler.
Nous en étions à croire que notre monde allait bien quand les indices boursiers étaient à la hausse.
Nos sociétés de consommation risquaient l'infarctus, l'encéphalogramme de nos valeurs morales était peu rassurant, l'environnement n'en était pas à son premier AVC, agonie véritablement caractérisé, causée par la quête de l'avoir au détriment de l'être.
Il serait temps de réanimer tous ces cœurs pas des messages de partage, de bienveillance, de soutien ou tout simplement par des messages d'amour.
La solitude gagne du terrain, la violence frappe plus fort, le manque se heurte aux envies et aux besoins, la peur nous tient à l'écart alors que l'empathie l'emporte sur l'égoïsme.
Finalement, il faut reconnaître, cher virus que tu nous offres le temps de réflexion nécessaire pour en tirer des leçons fondamentales et nous réconcilier avec la simplicité et l'essentiel. Tu nous as fait réaliser que notre vraie richesse est celle du cœur, du partage et du temps passé avec ceux qui nous sont chers.
Depuis trop longtemps nous nous étions perdus dans les méandres de l'inutile et du superflu.
Je me souviendrai de ce printemps où la terre aura vu fleurir et se faner tant de vies en même temps, quel paradoxe !
Ce printemps laissera dans les mémoires des chiffres qui glacent. Nous voilà figés comme hors du temps attendant la liberté de se rassembler, de se retrouver sans crainte, la liberté de se rapprocher les uns des autres.
Tu as beaucoup voyagé, maintenant tu nous invites à faire escale, le temps de refaire nos valises avant d'emprunter les chemins de la tolérance.
C'est en quittant la route de l'indifférence que l'humanité, un aller simple en poche, partira vers sa plus belle destination : la modération.
Bien que tu n'aies épargné aucun pays, nous sommes unis dans le confinement et l'isolement, protégés par nos anges gardiens : tous les hôpitaux. Ils sont des milliers dans le monde à soigner nos malades pendant que les scientifiques s'unissent pour te comprendre et trouver à nous immuniser.
Nous méprisions la nature et nous nous sommes crus supérieurs, nous sommes forcés de reconnaître l'importance de respecter nos milieux de vie.
Il aura fallu que tu nous mettes au pied du mur pour que nous reconnaissions enfin nos erreurs. Cette pause marquera-t-elle nos mémoires au point de laisser toutes les nouvelles idées émerger et se réaliser ?
Hier, aveuglés par l'argent, aujourd'hui forcés au confinement et demain invités au changement.
En épargnant les enfants, tu épargnes l'avenir. Tu nous donnes l'opportunité de faire les choses autrement, à nous de la saisir pour redéfinir nos priorités.
De toute cette histoire, je m'en lave les mains en espérant ne pas te croiser de sitôt.

Signé : un citoyen du monde

Atelier écriture à Durbuy

Le 14 août, le groupe de Durbuy a organisé un atelier d´écriture créative avec Yvette Gérard, qui nous a proposé le défi : écrire pour faire « chasser, rappeler, se remémorer » de bons moments pour les bien préserver et bien sûr les apprivoiser.
À partir d´un mot : on écrit le mot qui nous vient à l'esprit, et puis il faut juste se laisser aller dans le voyage des mots. Pour un exemple, voici le mot Enfance choisi par Allison qui nous partage ici son écriture créative :
Egalité des chances
Naissances des désirs profonds
Fertilité de l´esprit
Apprentissages de la vie
Neutralité
Cœur ouvert
Etre soi
Yvette souligne l´importance, d´écrire chaque jour un petit peu sur soi, sur sa journée. Que ça fait du bien de se désencombrer… et développe ainsi plus d´empathie envers nous-mêmes et envers les autres, car on prend du recul sur ses émotions en les livrant sur le papier.
Un tout grand merci Yvette, pour cette aventure d´écriture créative.

Quand les pauses se superposent, … les femmes se positionnent

Entre les annulations d'évènements, les modifications ou les reports de manifestations, l'épidémie de coronavirus bouscule toute l'organisation du programme dans la région Ardenne Condroz Famenne. La journée annuelle qui rassemble d'ordinaire nos 5 antennes et programmée dans un premier temps le 21 juin à Emptinne a enfin pu s'organiser ce 11 octobre à Gedinne. Il a cependant fallu prévoir et mettre en place les mesures de sécurité, puis supprimer les petits ateliers préparés autour de la pause-exposition «Sam'Crock aux fils de laine ». Loin des grands magasins et des synthétiques : la laine. Le collectif d'artistes Sam'Crock a voulu caresser du crayon, de l'aquarelle et du fusain, cette noble et belle matière, ses métiers, ses odeurs et ses couleurs … Approcher les moutons, les éleveurs, les tondeurs, les fileuses, les cardeuses, les bains de trempage, des aiguilles qui tricotent,…. en Gaume et en Ardenne, dans des granges, des prés, des salles douillettes ou brutes, pour notre plus grand ravissement. Il a aussi fallu repenser la pause-repas de midi, … mais ce que nous n'avions pas pu prévoir c'était la contamination des acteurs du théâtre-action « L'Effet Paillasson » … A sa place, nous avons fait la connaissance du « Spétin ». Pendant cette pause-spectacles et à travers la rencontre entre une petite fille et son grand-père, ce théâtre-conte-danse, écrit par Emile Hesbois et interprété avec beaucoup d'émotions par Bruno Hesbois et Laureline De Wespin, tente de redonner à l'expérience de la disparition d'un aîné, la force consciente et émouvante de la vie. « Dans ce pays qui va de Remouchamps à Givet, à certains moments, un épais brouillard s'étend du sol jusqu'à un bon mètre de hauteur. C'est alors que les parents disaient aux enfants par peur d'un accident : « Ne sortez pas ou le Spetin va vous emporter ! » On disait aussi lorsqu'il y avait un mort, que le Spetin l'avait emporté dans son linceul». Aujourd'hui, cette histoire étrange entre en résonnance avec la difficile période que nous traversons. Abattu.e.s devant la litanie des chiffres, cantonnant nos morts à l'hôpital et pire encore, dans les maisons de repos, n'avons-nous pas dénaturé la vie et perdu de vue ce qui fait le sens de l'existence, de l'humain ? Ensuite avec Emile, nous avons découvert avec plaisir, les histoires de Tante Fifine : émouvantes et fraîches, étonnantes et fantastiques, tendres et plaisantes les histoires s'enchaînent et Tante Fifine triomphe de toutes les embûches… Au cours des échanges qui suivirent plusieurs d'entre nous ont avoué revivre une tranche de leur propre vie.
Une pause-café, mettra fin à la journée … « la pomme » y était à l'honneur et a bien évidemment contribué à la bonne santé des cœurs !

La chèvrerie-fromagerie de Borlon, un rêve de petite fille !

Géraldine est passionnée par les chèvres depuis son enfance. Cette passion a orienté ses choix de vie, ce qui a permis de donner naissance à la chèvrerie de Borlon, dans l'entité de Durbuy, entourée et aidée par sa famille !
« Bienvenue dans notre petite ferme familiale »
Géraldine nous accueille avec plaisir et nous partage son quotidien et sa passion. Elle nous fait découvrir les produits et le mode de vie respectueux de la nature qu'elle a adopté. Elle nous explique aussi comment elle s'est progressivement spécialisée dans l'élevage de chèvres et dans la fabrication de fromage de chèvre au lait cru à Borlon.

« Notre élevage compte une trentaine de chèvres nourries en pâturant et par nos fourrages. Le lait qu'elles nous offrent chaque jour est directement transformé pour fabriquer différents types de fromages artisanaux. »

« Nous choisissons chaque matière première utile tout au long de l'élevage et de la transformation avec grand soin, chacune issue de cultures biologiques. Notre magasin à la ferme vous permettra de vous procurer ces délicieux fromages ! »
Les femmes d'Havelange y ont donc découvert le chèvre frais nature ou enrobé d'épices, le chèvre semi-affiné nature ou cendré, les pyramides cendrées, les tommes, la feta nature ou dans de l'huile d'olive épicée et d'autres encore.
« Afin de partager le plaisir de notre métier, nous organisons régulièrement des visites de notre élevage de chèvres. Selon les saisons, vous pourrez de bon matin, assister à la traite des chèvres, cajoler des petits, partir en balade avec les animaux ou participer à des ateliers fromages ! Le tout en plusieurs langues. »

La chèvrerie accueille aussi des volontaires venus du monde entier en étant hôte WWOOF Belgique (whost89) et partage ainsi son expérience et des tranches de vie avec les wwoofers.

Femmes et passion du terroir ou Quand le travail est porteur de sens

Mardi 13 octobre après-midi visite de la Préale qui propose une diversité de fruits et légumes bio de saison. Sur une ferme à taille humaine et en collaboration avec la vie du sol. Ils produisent pour les mangeurs/euses locaux/ales.
Près d'une quinzaine de personnes ont visité une ferme différente des autres fermes.
Depuis Juin 2018, un groupe de personnes propriétaire: parents, amis, travailleurs et bénévoles se retrouvent sur le terrain (5 hectares de pâturages pour un projet de jardins maraîchers à la ferme agro écologique "La Préale à Achet.
Le chantier, la reconstruction de la maison, le verger, la production des semences et la culture de légumes sont en plein essor.
Tout se passe dans une cohésion entre les collaborateurs : la terre, le travail, change d'une manière surprenante.
La culture et l'arboriculture sont à l'honneur dans un espace clôturé, bien protégé. Ce chantier sera bientôt entouré de parterres fleuris qui protégeront la culture et l'arboriculture (fruits et légumes).

La distribution des récoltes se fait par abonnements = un panier par semaine.
Une vingtaine de fruits : myrtilliers, mûriers, framboisiers, cassissier, groseilliers...font bon ménage.
Le verger a vu le jour au début de l'année 2018. 120 arbres ont été plantés et s'élèvent vers le ciel : pommes, poires, prunes, noix, châtaignes, néfliers .... Les légumes : courgettes, tomates, sont cultivés en serre. Les choux, carottes, céleris, salades, respirent l'air pur dans une terre admirablement travaillée. Onze personnes sont employées dans ce domaine. La pépinière est remplie d'herbes pour le thé et les tisanes. Elles sèchent doucement à la Préale. Il n'y a pas de mise en sachets. Cet ouvrage étant réservé aux "semailles" et "graines en terre". La commercialisation est active auprès d'une soixantaine d'abonnés (paniers abonnements) et le bouche à oreilles. Deux manières sont retenues jusqu'à présent.
Le propriétaire et les travailleurs accordent beaucoup d'importance à l'aspect esthétique, pédagogique et productif.
Pour la vente de graines, nous nous tournerons plutôt vers les petits vendeurs comme "Semailles » et « Cycle en terre".
Légumes variés, Respect de la terre, Economie locale ont agréablement surpris notre groupe très sensible à ce travail. Fraîcheur, qualité nutritive, circuit court, toutes les qualités sont réunies pour vendre un bon produit.
Notre message : Se nourrir sainement tout en améliorant notre environnement, c'est possible. On peut donc arrêter de subir la malbouffe et ses conséquences sur la santé, ainsi qu'une destruction massive de la biodiversité. Grâce à l'agroécologie et la permaculture, on peut vivre mieux, retrouver du sens et de l'harmonie entre les hommes et avec la nature. Allons-y. Voulez-vous déguster nos produits ?

Régine.

PART DE VIE DE FEMME

Chère Josée,
Après ce long silence imposé par le Covid-19, nous voici réunies aujourd'hui…
Nous ne pouvons nous empêcher d'avoir une pensée particulière pour toi.
C'est dans cette période si difficile pour chacune d'entre nous que tu nous as quitté, nous empêchant de te rendre hommage.
Aujourd'hui, l'occasion nous est donnée pour que, ensemble, nous évoquions nos nombreux souvenirs partagés.

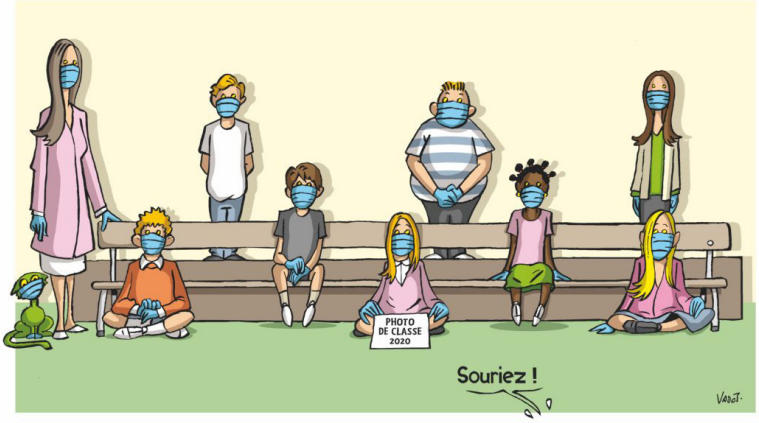
- Merci de nous avoir communiqué très souvent ta force de vivre au travers de la joie que tu déployais en toutes circonstances !
- Ta générosité était débordante…
- L'attention et l'écoute à toutes et tous étaient tes points forts… sans distinction.
- L'attachement à ton cher Amand nous a touché : après son départ tu cherchais ton chemin.
- Ta foi en Dieu en toutes épreuves était remarquable et souvent nous interpellait.

Chère Josée, aujourd'hui nous sommes rassemblées et nous avons une pensée particulière pour toi.
Nous te disons merci pour les nombreux cadeaux que tu nous as offerts par ton témoignage de vie remplie d'Amour.

Vos filtres à café « maison »

Vivre sans supermarché… c'est devenu plus qu'une évidence, un besoin pour moi.
L'avènement des supermarchés nous a transformé en armée de consommateurs pressés qui se laissent séduire, attirés par des promos, des rayons bien achalandés et d'immenses parkings.
Mais il y a un revers à cette modernité : des millions de kilomètres carrés de terres défrichées et asphaltées, ou s'installe un ballet incessant de véhicules polluants ; la fermeture des commerces de proximité et l'agonie des petits producteurs ; le suremballage et le gaspillage alimentaire à tous les échelons du circuit ainsi que la standardisation des produits (tomates toute l'année, meilleurs morceaux…) ; la destruction des écosystèmes par l'augmentation des surfaces, la généralisation des monocultures, l'utilisation d'engrais, pesticides et d'engins lourds… Et la perte d'emploi. Hé oui ! Contrairement aux idées reçues, pour chaque emploi créé dans la grande distribution, ce sont trois à cinq emplois qui disparaissent dans le tissus local (agriculteurs, commerçants…).
La démarche de se passer des supermarchés est donc une nécessité. Cependant elle n'est pas si évidente à réaliser : mieux vaut se fixer des objectifs et les réaliser progressivement.
La plupart d'entre vous font déjà probablement leurs achats chez les producteurs locaux et les commerces de proximité. D'autres ont fait de la récup' un bon réflexe. Il y a aussi la réutilisation…

Dans ma démarche, les filtres à café m'ont posé question. J'en ai alors réalisé en tissus… et ça fonctionne !
Choisissez du coton épais ou du lin, de préférence non colorés. De vieux draps de lit font l'affaire.
Prenez un filtre à café adapté à votre percolateur.
Dessinez deux fois son profil côte à côte (photo) et ajoutez 1/2cm sur l'arrondi du haut du filtre pour qu'un ourlet maintienne le tissu lors de la préparation de votre café.
Une fois le tissu découpé, commencez par surfiler le bord du haut : pliez-le sur 1/2cm et faites la couture au point droit.
Ensuite, pliez l'ouvrage en deux, intérieur contre intérieur et cousez les deux derniers côtés à 1/2cm du bord. Pour terminer, surfilez le long de cette couture. Les couture restent sur l'extérieur du filtre, comme les soudures de celui en papier.
Votre filtre est prêt pour de nombreuses semaines de service. Il n'est pas nécessaire de le laver après chaque utilisation. Je le rince à l'eau claire pour éliminer le marc de café avant de le laisser sécher. Il est lessivé environ une fois par semaine. Le café étant un colorant naturel, votre filtre prendra une douce couleur moka !
Pour vos achats de fin d'année, pensez aux producteurs et artisans locaux, ils ont vraiment besoin de nous toute cette année ! Et puis, si nous en faisions une habitude ?

Céline Grandjean

UN PEU D'HUMOUR