Inform'Elles

bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

Région Ardenne-Condroz-Famenne - N°65 - mars - avril - mai 2023 - 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

Pour commencer ce numero, l'équipe de rédaction vous propose un petit exercice.

Quels sont vos dix essentiels ? Avez-vous déjà essayé de griffonner sur un bout de papier la liste des dix « objets » qui vous résument ? … un objet, un vêtement, un livre, une musique, un plat, un film, un parfum, un jeu, … Tout ce qui tisse votre quotidien, votre personnalité.
Essayez ! Pas si facile… mais bien étonnant de voir comme une liste toute simple reflète un caractère, une humeur, une émotion, un sentiment,….

Et, si vous le souhaitez, envoyez-nous votre exercice… nous réserverons une page à ces retours dans la prochaine édition. Parce que ce magazine est le reflet des femmes de nos groupes. Tantôt vigilantes, tantôt combattantes, au travers de photos, comptes-rendus, articles, annonces et même dans les invitations, elles y écrivent une page de leur histoire, y revendiquent leurs droits souvent remis en question, dénoncent des injustices, des inégalités et y déposent de jolis temps vécus.

Notre souhait tout au long de cette année, est de leur permettre de continuer à le faire de manière proche et sincère dans ce magazine …

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
BE52 0003 2545 5309

Trésorerie:
Marie-José Meessen
rue du Buzin, 3 5370 Havelange
083/69 06 99

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

www.acrf-acf.be
ACRF Ardenne - Condroz - Famenne

Expo: " Les combattantes oubliées"

Cette exposition vise la réhabilitation dans l'histoire du rôle et du vécu des femmes dans les deux guerres mondiales.
A partir de quelques récits de vie, le projet interroge et conscientise le public quant à la place des femmes dans la mémoire collective.

L'exposition est accessible librement lors de la foire aux livres des 11 et 12 mars de 9h à 17h.

Du 13 au 17 mars, la visite guidée de l'exposition est possible sur réservation au tarif de 5€ par groupe.

"Femmes en chemin"

Conférence avec Christine Pedotti

12€, frais d'inscription, café, potage

Inscription obligatoire pour le 20 avril
secretariat@acrf.be ou 083/ 65 51 92

Havelange: 8 décembre 2022

Ho ho ho ! Les lutins du Père Noël nous ont amené plein de belles choses pour fêter la fin de l'année comme il se doit.

Jeudi 8 décembre, à la Ferme des Tilleuls, l'ambiance de Noël était au rendez-vous de cette dernière rencontre de l'année. Les femmes des groupes d'Havelange ont organisé une rencontre aux couleurs de Noël et ont mis au programme de cette réunion spéciale :

des retrouvailles chaleureuses, des rires,
des émotions, des chants de circonstance en karaoké, sans oublier la séquence contée avec Sabine,
un moment sous le signe de la fête et de la bienveillance.

Sur les tables, de jolies décorations égayaient ces retrouvailles de façon originale. De quoi aussi insuffler une petite touche de chic, de douceur et de poésie à l'après-midi !

Dans les assiettes, pas forcément une bûche ! Les délicatesses gourmandes, les gâteaux alléchants
et les desserts chocolatés ont décroché la première place dans les yeux et les bouches gourmandes.

La magie de Noël était dans les cœurs, les sons, les images et les saveurs l'ont rendue encore plus envoutante.

L'ange l'avait annoncé ...

Marie berçait l'enfant, Joseph veillait sur la mère et son petit. Les bergers les entouraient, le bœuf et l'âne réchauffaient de leur haleine tiède le nouveau-né.
Cet événement se passait il y a plus de deux mille ans dans le village de Bethléem. Nous l'avons commémoré le 20 décembre 2022 dans le village de Cherain (commune de Gouvy), en participant à une crèche vivante.
C'était un peu notre enfance retrouvée !
Comme chaque mois, l'une d'entre nous nous accueillait chaleureusement dans sa demeure. Pour nous mettre dans l'ambiance de la Nativité, Marie-Thérèse nous a offert une suspension de Noël réalisée par ses propres soins que nous avons personnalisée.
Nous avons également écouté un conte sur la fraternité écrit par Gabrielle et accueilli une invitée surprise, Mimie.
Nous avons chanté, nous avons ri, nous avons partagé les mets délicieux apportés par les unes et les autres.
La joie de Noël emplissait nos cœurs, une joie que nous tâchons de faire rayonner autour de nous.
Cette chaleur fraternelle, cette amitié que nous avons ressentie, nous habitent encore.
Quel bonheur de faire partie de notre petit cercle de femmes en milieu rural dans lequel on peut échanger et partager en toute confiance.

Les Détourn'elles en actions en cette fin d'année 2022…

« Nous nous sommes mobilisées pendant plusieurs mercredis après-midi pour nous opposer au Black Friday et nous avons proposé des éco-emballages pour les cadeaux de Noël à la brocante de La Fourmilière. Nous avons distribué un flyer pour encore mieux sensibiliser le public à cette action de notre projet « La récup est dans le sac ! »

Cette année, Noël sera écologique !

…les Détourn'elles vous invitent à limiter le papier cadeau

Une démarche « éco-citoyenne »
Pour vos cadeaux de fin d'année, les Détourn'elles vous proposent de faire un « geste éco-citoyen ».

Le saviez-vous ?
Omniprésent sous différentes formes dans notre quotidien, le papier contribue en partie à la déforestation. Cependant, s'en passer reste tout de même difficile. Aujourd'hui, il ne se passe pas une journée sans que nous ne soyons en contact avec du papier, quelle que soit sa forme, au travail comme à la maison : livres, enveloppes, papiers d'impression, mouchoirs en papier, cartons, papiers cadeaux…

Chaque année, des millions de tonnes de papier sont consommées. Les papiers dont l'usage est dédié à l'impression et l'emballage, représentent environ 90% de la consommation totale.
En Belgique, les emballages en papier cadeau génèrent annuellement 3400 tonnes de déchets.

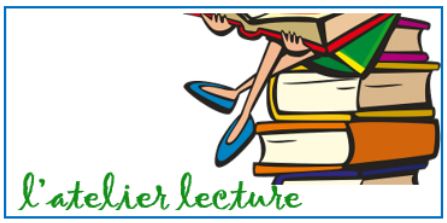
Pendant la période de Noël les chiffres explosent et la plupart des emballages cadeaux vendus dans le commerce (papiers plastifiés, pailletés, métallisés) ne sont pas recyclables.

Les **Détourn'elles** vous donnent quelques **astuces**, quelques judicieux **conseils et alternatives écoresponsables** pour faire de beaux emballages et occasionner moins d'impact sur l'environnement :

- Privilégier les papiers cadeaux non plastifiés car ceux-ci se recyclent, contrairement aux papiers cadeaux plastifiés qui iront directement dans nos poubelles ménagères.
- Choisir un papier 100% recyclable. Il est aussi esthétique qu'un papier cadeau classique.
- Faire de la récupération : gardez vos vieux journaux, les publicités que nous recevons dans nos boîtes aux lettres ou bien encore le papier d'emballage d'un cadeau reçu précédemment.
- Réaliser un emballage original, écoresponsable avec des chutes de tissus :
  - ✓ la technique japonaise du *furoshiki* (pour vous initier à cette forme particulière d'emballage, vous pouvez utiliser vos propres foulards ou d'autres tissus carrés).
  - ✓ Confectionner des sacs en forme de bourse. Il n'est pas nécessaire de savoir coudre pour réaliser ce type de sachet !

Alors à vous de jouer en faisant preuve d'originalité et de citoyenneté pour vos emballages cadeaux !

Ed. responsable : ACRF-Femmes en milieu rural ASBL rue Maurice Jaumain 15 - 5330 ASSESSE
R.P.M. Liège-division Namur n° 0408.004.883



L'atelier lecture passe à l'action et répond à un défi

Samedi 22 avril, « Tout le monde a son mot à lire ! »
Des lectrices de l'atelier lecture liront à voix haute et en musique quelques extraits d'un roman de La Traversée. En musique !
Parce que pendant cette escale littéraire qui se fera de 10h à 22h à Libramont*, la musique sera à l'honneur ! Toutes les formules sont possibles !
Soit parce que le personnage dont il est question dans l'extrait est musicien, évoque une chanson, un chanteur …
Soit parce que les lecteurs décident de slamer un extrait, de proposer un fond sonore, de faire une lecture chantée, musicale …
Si le cœur vous en dit, venez les écouter et les encourager !

Les Tricopines vous parlent de l'un de leur projet…

Dans le précédent Inform'elles, nous vous avions parlé de notre projet de tricoter des tigres. Mais, la créativité ne fait pas toujours bon ménage avec la planification et l'organisation. Il est donc raisonnable de toujours s'accorder le droit de modifier ce que l'on a prévu, de prendre des libertés et d'écouter ses amies pour garder un projet tricot bien vivant.

Cela étant dit, on peut tout de même vous présenter nos oursons qui ont enfilé leur « pull tigre » et que nous mettons en vente au prix de 5€.

Merci de réserver un bon accueil à leurs vendeuses !

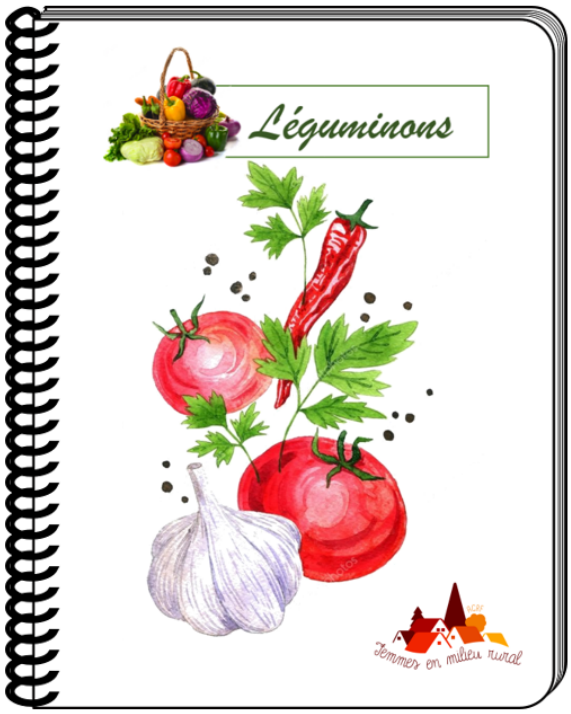
Léguminons …

Si des noms comme « Lasagne aux 7 légumes du jardin », « Folies de crudités aux pommes » ou « Salade aux trois choux crus » suffisent pour vous donner une folle envie de mettre votre tablier et de mitonner,

alors le livre « Léguminons » est fait pour vous. Léguminons est au départ le nom d'un projet préparé par les femmes d'Ohey. Aujourd'hui, c'est aussi le nom de leur recueil de recettes.

120 recettes de cuisine liées à la gastronomie locale qui se caractérisent par leurs simplicités. Des recettes que tout le monde est capable de réaliser.

Chacune y a ajouté sa petite touche personnelle, c'est ce qui en fait des recettes authentiques c'est-à-dire des recettes encore pratiquées et transmises par des femmes qui les réalisent elles-mêmes de manière régulière. Elles partagent avec d'autres leurs trucs et astuces.



Elles agrémentent différemment leurs recettes compte tenu de la saison, de ce qu'elles récoltent dans le jardin ou achètent à l'étal du légumier !

Dès le mois de mars 2023, il vous sera possible de d'acquérir ce livre au prix coûtant soit 5€.

Où ? renseignements auprès de l'animatrice régionale,

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

Groupe local d'Emptinne

En novembre 2022, nous étions parties « à la rencontre du témoignage des seniors de nos villages et leurs proches » en utilisant le support d'animation « Seniors et vous » proposé par le Gal du pays des tiges et chavées. Ce 9 février, pour poursuivre notre réflexion et l'alimenter, nous nous sommes rendues à Marche pour participer à la représentation théâtrale « Vieillesse ennemie » et surtout au débat qui suivit la représentation. Nous avons pu, non seulement poursuivre notre sensibilisation aux questions d'espoirs et désillusions de nos aînés mais aussi nous stimuler à devenir des leviers d'un lien entre les générations de nos communes …avec une attention spéciale aux plus isolés, aux personnes précarisées ou celles qui souffrent de solitude.

Nous avons, après chaque saynète, eu la possibilité de poser des questions aux personnages afin de mieux comprendre les motivations de chacun et les mécanismes de la maltraitance que l'acteur ou l'actrice présentait. Il n'est pas toujours simple de cerner le phénomène de la maltraitance envers les aînés, d'identifier les enjeux d'une situation pour arriver à l'appréhender.

Rose, Brigitte, Anne-Marie, Anne, Françoise, Joëlle

Théâtre action

Pour notre activité de visibilité régionale 2023, nous organisons un après-midi de théâtre-action à Hamois, dans l'antenne de Ciney.
Nous l'avons organisée en collaboration avec le conseil consultatif communal des aînés de Hamois et nous avons pensé à permettre à tout le monde de nous rejoindre en offrant la gratuité de participation aux moins de 12 ans et en proposant le tarif Article 27 de 1,25€.

Au programme, les représentations de deux spectacles qui constituent l'aboutissement du travail d'ateliers théâtre de l'ACRF Femmes en milieu rural.

Les portes seront grandes ouvertes dès 13h30 et un premier rideau se lèvera à 14h pour découvrir "Ainsi sont-elles!"

Connaissez-vous, cette capacité qu'ont beaucoup de femmes, sans doute acquise par un certain conditionnement, à se rendre responsables de tout ? C'est ce que l'on appelle la charge mentale. Madeleine Annet, Marcelle Antoine, Anne Nigot , Anne-Marie Dessaucy, Cécile Maniquet, Anne-Catherine Grosjean, Anne Couvert et Linda Priem ont décidé de s'emparer du sujet et de vous en parler. Accompagnées par Yvon François et Emma Loos, de chez Alvéole Théâtre, elles ont mis en mots et en scène le fruit de leurs réflexions. Venez les découvrir !!!

Théâtre-action

Représentation de deux spectacles
qui constituent l'aboutissement
du travail d'ateliers théâtre
de l'ACRF Femmes en milieu rural.

Ainsi sont-elles !

et

Pas de panique

Rendez-vous
samedi 18 mars 2023
de 13h30 à 18h

À la Maison des Jeunes
rue St Pierre, 38 5360 Hamois

Entrée et goûter : 8€ Article 27 : 1,25€

Gratuit pour les moins de 12 ans

Possibilité de réserver auprès de

Joëlle Stuerebaut 0491/15 32 47 ou

joellestuerebaut@acrf.be

Accueil dès 13h30

Rideau 1 à 14h00 *Ainsi sont-elles !*

Goûter à 15h30

Rideau 2 à 16h00 *Pas de Panique !*

Les 2 spectacles seront suivis d'un débat avec le public et l'après-midi se terminera autour d'un jus de fruits local.

une organisation de

L'ACRF-femmes en milieu rural

En collaboration avec

Le Conseil consultatif communal

des aînés de Hamois

Ed. responsable : ACRF-Femmes en milieu rural ASBL rue Maurice Jaumain 15 - 5330 ASSESSE
R.P.M. Liège-division Namur n° 0408.004.863