

<p>II. Qu'est-ce qu'on y fait ?</p>	<p>II. 1. Services et trocs II.2. Les ateliers II.2.1. Couture II.2.2. Sorties culturelles/ Balades II.2.3. Cuisine II.2.4. Raconte moi II.2.5. Jeux de société II.2.6. Marche II.2.7. Fabrication de produits ménagers et d'hygiène II.2.8. Marmite norvégienne II.2.9. Art floral II.2.10. Conversation anglaise II.2.11. Autour du papier</p> <p>II.3. La participation du SEL aux activités municipales</p>	
-------------------------------------	--	--

II.1.

SERVICES ET TROCS

Les échanges de services et les trocs constituent l'essence même du SEL. Ils consistent à offrir et recevoir un savoir-faire, une aide, à prêter ou donner un bien, sans passer par l'argent. Ils se pratiquent sur accord mutuel direct, dans une circulation libre et responsable au sein du groupe. Ils partent du principe que chacun possède des talents, des dons, des savoir faire, des ressources, des expériences et qu'il peut les partager pour le bien de tous. Ils reposent sur les valeurs que le SEL veut promouvoir : la solidarité, le lien social, la coopération, le respect d'autrui, la sauvegarde de la nature.

EXEMPLES:

S. vient d'acheter un meuble qu'il lui sera difficile de monter seule. M. vient lui apporter sa force physique et ses compétences techniques. Ensemble ils assemblent le meuble en s'encourageant mutuellement. Plus tard – la réciprocité exacte n'est pas requise au sein du groupe- S. réparera les bijoux de P. et D. viendra arroser le jardin de M. pendant son absence.

M. organise un atelier couture. E., C. L., J. et R. participent. Plus tard, M. participe à un atelier cuisine organisé par une autre M..

H. a besoin d'une remorque pour aller à la déchetterie. P. lui en prête une. Plus tard, H. mettra sa débroussailleuse à disposition de F.

Au cours d'un troc organisé, G. apporte des livres qu'il a déjà lus et des vêtements qui ne lui vont plus tandis que V. trouve un sac à main qui lui plaît énormément. Etc.

II.2.1.

Atelier couture du SEL

Environ tous les deux mois, débutantes et confirmées se retrouvent chez l'une des participantes pour :

- des échanges de pratiques
- des conseils
- des apprentissages à partir de projets simples (sacs, objets de décoration, ourlets de pantalon, etc....)

Chacune vient avec son matériel, si elle a .

Le groupe possède une machine à coudre, une surfileuse et un peu de mercerie.

Moments utiles et conviviaux.

Plaisir de faire soi-même.



II.2.6.

ATELIER MARCHE

La randonnée mensuelle a pour mission de partager un moment convivial (environ 1 heure), ausein d'un environnement calme et ressourçant.

Elle peut être adaptée aux possibilités de chacun.e.

II.2.12.

SOULCOLLAGE (R)

Le Soulcollage (R) est un processus créatif et intuitif qui permet de mieux se connaître par la création d'un jeu de cartes. Cette pratique allie art, imagination et introspection, sans nécessiter aucun talent artistique.

Chaque carte, librement composée d'images choisies spontanément et assemblées selon la technique du collage, représente une facette de la personnalité. Son sens profond émerge peu à peu, au cours d'une pratique singulière de lecture.

L'atelier, conduit dans la bienveillance, le respect et la confidentialité, se poursuit sur plusieurs séances. L'initiation complète permet de créer son jeu en toute autonomie.