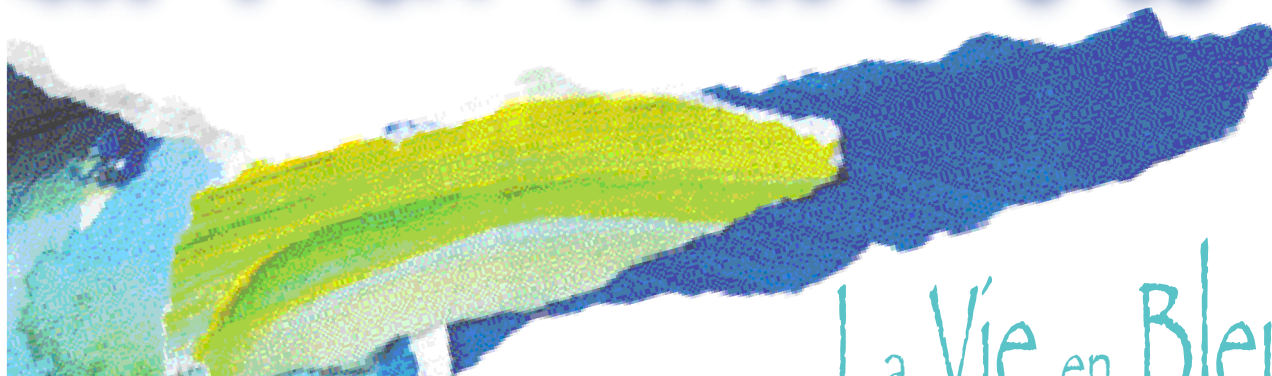


LA GALETTE

NUMERO
78
JANVIER 2009



Sel en Durance



Adresse : Association Sel en Durance
Maison de la Culture et des Associations
167 rue Résini - 84120 Pertuis

Sites : contact@selendurance.org
<http://www.selendurance.org> • <http://www.selidaire.org>

Le collectif : Pascal 317, Marie 122, Cécile 1, Danièle & Patrice 181, Anne-Marie & Jean-Claude 129, Agathe 298, Marie 2, Katerine 40, Dominique 440, Chantal 32, Guillemette 314, Jean-Michel 54, Monique 37, Evelyne 171.

Route des Sels : Monique 37

Route des stages : <http://route.stages-free.fr/catalogue/>

Eco-transport : selidaire-ecotransport@yahoogroupes.fr

Permanences et contacts

Pertuis : Grand Café Thomas, le vendredi de 11h à 12h30
Contact : Anne-marie 129

Venelles : MJC le samedi de 11h à 12h
Contact : Fiona 49

Aix :
• Maison des Associations "Le Ligourès"
le 1^{er} mardi du mois de 17h à 19h
Contact : Véronique 374
• Café "le Festival" le 3^{ème} samedi du mois
de 10h à 12h - Contact : Chantal 32

Collecteurs et rédacteurs

Anne-Marie & Jean-Claude 129, Gilda 125, Marie 122,
Pascal 317, Valérie 46, Danièle & Patrice 181

Comment se procurer la Galette ?

- Par Courriel et aux permanences
- Sur le site <http://www.selendurance.org>
- Par courrier (Marie 2), fournir 5 enveloppes A5 à votre adresse, timbrées à 0,86 €
- A domicile par un voisin Sélien

Offres et Demandes : Evelyne (171)
Guillemette (314) selurge@gmail.com

Secrétariat : Cécile (1) liste adhérents + transfert infos mail

Prochaine Galette en mars 2009

Réception des articles avant le 20 février.

La Vie en Bleu pour 2009...

Agenda

Jeudi 22 janvier

- ▶ Palabres "la désobéissance civique"
à 20 h, à Hakuna Matata,
place de la Diane, à Pertuis

Samedi 24 janvier

- ▶ Galette des Rois et Accueil
des nouveaux au Ligoures
Salle 309 de 14 h à 18 h

Dimanche 8 mars

- ▶ Collectif chez Cécile (1)
et Monique (37) à 12 h

Dimanche 29 mars

- ▶ Bourse Intersel à la Maison de la
culture et des associations à Pertuis

Vendredi 15 mai

- ▶ Collectif chez Guillemette (314)
à 18 h 30

Samedi 13 juin

- ▶ Bourse chez Anne-Marie
et Jean-Claude (129)

Bienvenue aux nouveaux adhérents !

Fatima 6 • Odile 35 • Simone 86 • Georges 235 • Claude 236 • Anne-
Marie 239 • Bernard 241 • Daniel 250 • Ariane 271

Ateliers animés par des séliens

Palabres (café philo) Jean-Claude 129 • **Découverte sensorielle**
Marie-Noël 59 • **Numérogie** Marie 122 / Pascal 317 •
Initiation à l'aromathérapie Lydie 21 • **Tai chi** Maurice 48 •
Coudre ensemble Anne-Marie 300 • **Informatique** Jean-Michel 54 /
Daniel 119 • **Qi Qong** Annie 111 • **Reiki** Marie 122 / Pascal 317 •
Yoga Mireille 18 • **Cuisine** Josiane 68 / Paule 72 • **Réseau jardin**
Paule 72 / Valérie 46 / Josiane 68 • **Yoga Relaxation** Lydie 21 •
Souffle et voix Claude 70 • **Affirmation de soi** Fatima 206

Rencontres nationales des SEL 2008

A lire : les comptes rendus des rencontres nationales des SEL 2008.

Ils sont disponibles et téléchargeables sur le site national www.selidaire.org

Première partie : ateliers SEL

6 ateliers SEL'idaire ont eu lieu

• Un unique compte rendu "SEL'idaire – Le grand DEBAT", condense les réflexions des 3 ateliers suivants :

- Grand Débat sur SELidaire
- SELidaire - logistique, secrétariat
- SELidaire - communication

- Assurance groupe de SEL'idaire
- Plénière de SELidaire
- Comité de SELidaire

Ateliers transversaux de SEL'idaire

- La Route des SEL
- L'Assemblée générale de La Route des SEL
- Route des Stages et des échanges extraordinaires

Ateliers concernant les manières et moyens d'échanges dans le SEL

- Feuille de Richesse InterSEL
- Passeport InterSEL
- La question du don dans les SEL
- La valeur équitable dans les échanges
- Réflexion sur la valeur des échanges

Ateliers proposant des outils de travail pour animer un SEL

- Création d'un SEL
- Conseils aux animateurs de forums/débats/ateliers
- Comment inciter les SéListes à s'investir dans les SEL
- Choisir le bon outil Internet pour la gestion de son SEL
- Outil coopératif sur Internet - forces et menaces
- Comment créer un site internet (pas de compte rendu)
- Logiciels libres

Divers ateliers SEL

- Ecotransport
- SELIBAT
- SEL et décroissance
- Jardins SEL et autres jardins partagés
- Comment concevoir sa retraite SEL ?

- Les Cercles d'abondance et les SEL (pas de compte rendu)
- SEL et AMAP : une synergie possible
- TransverSEL c'est quoi ? (pas de compte rendu)
- Bilan des rencontres annuelles des SEL 2008

Deuxième partie : ateliers s'inscrivant dans une certaine militance

Economie solidaire, décroissance, auto construction, Écologie,...

- Frugalité = Bonheur
- Peut-on vivre sans argent ? Entraide ou utopie ?
- Monnaie SOL
- Les monnaies associatives : le JEU (Jardin d'Echanges Universels)
- Eco-Village (pas de compte rendu)
- Auto-construction d'une yourte (pas de compte rendu)
- Maisons en Paille
- Vélo à assistance électrique
- Voyager autrement
- Commerce équitable (pas de compte rendu)
- Echanges d'infos sur l'agriculture bio
- Jardinage Bio (création, BRF, conseils ...) (pas de compte rendu)
- Plantes sauvages
- Esperanto

Prochaines rencontres annuelles en 2009 à Carpentras

Une foule d'informations et de réflexions où chaque compte-rendu pose sujets à débat et pistes de réflexions... De quoi remplir les "Palabres"... En faire une base de travail pour préparer Carpentras...

A noter, le débat public : "SEL et AMAP : une synergie possible"

Parmi toutes les infos présentée des pratiques associatives : "La Courgette solidaire", Terre d'ADELES, mais aussi Le foncier et les collectifs d'achat de terres en commun avec "Terre de liens". A ce propos, le site de Terre de liens est intéressant pour qui se préoccupe d'investissement financier et de projet solidaire... Il présente, en effet, un montage juridico-financier travaillé qui donne à réfléchir.

Bonne lecture !

A nnonces du Sel

Chauffage solaire individuel (CSI)

Si vous êtes tentés par son installation, n'hésitez pas à nous contacter, nous vous ferons partager notre expérience (installation en mai 2007). *André (4)*

L'atelier jardin devient un réseau jardin

Si vous êtes intéressés par tout ce qui se rapporte au jardin, nous vous proposons de faire parti de notre réseau dont l'objectif est d'échanger (plantes, graines, outils, ...), d'informer sur des événements (bourses aux plantes, stages, conférences, ...) qui ont lieu dans la région, de s'entraider pour des travaux de jardin, parfois fastidieux à faire seul, ... pour plus d'informations, contacter Paule (72), Valérie (46), Josiane (68).

Le covoiturage est bon pour l'environnement et le porte-monnaie !

Pétrôle cher, atteintes massives à l'environnement, un réflexe : ne plus rouler à "vide" !

La voiture, symbole de l'individualisme, est en train de se "collectiviser", comme l'atteste de nombreuses expériences urbaines et rurales de "voiture partagée", ou simplement le covoiturage. Il faut se dire une chose : quel que soit le trajet effectué, il y a toujours quelqu'un qui pourrait être intéressé.

Mais comment le faire savoir ?

En dehors du SEL, on peut mentionner un site très pratique : <http://www.covoiturage.autoclubaix.com> (chercher "Aix covoiturage" sur un moteur de recherche).

En indiquant les lieux de départ et d'arrivée, on peut joindre directement des offres et des demandes. Au sein de Sel en Durance, il suffit d'écrire ses destinations régulières dans les offres et demandes ou contacter éventuellement pour les trajets occasionnels. Dans tout les cas, dans et en dehors du SEL, pour encourager le covoiturage, il paraît essentiel de pouvoir disposer d'une base de calcul simplifiée, afin de faciliter l'évaluation du service. Le coefficient suggéré (0,15) correspond à une petite voiture. Ce coefficient étant lié au prix du carburant, il pourra être revu à la hausse à chaque augmentation significative, et passer à 0,2, etc. On propose la formule suivante :

$$\text{Coût par personne} = \frac{0,15 \times \text{nombre de km}}{\text{nombre total d'occupants du véhicule}}$$

Exemple

Pour un aller-retour Aix-Pertuis, le conducteur prenant 2 passagers :
 $0,15 \times 40 \text{ km} = 6 \text{ €}$

Je divise ces 6 € par le nombre total d'occupants (2 passagers + le conducteur) et j'obtiens :
 $6 / 3 = 2 \text{ €}$

Dans ce cas, chaque passager donnerait au conducteur 2 € pour l'aller-retour. Le conducteur pourrait donc recevoir 4 €. Lui-même "paierait" 2 €.

Remarque importante

Plus il y a de passager, plus grand est le dédommagement pour le conducteur. Si cela a pour effet bénéfique, du point de vue environnemental, d'inciter un conducteur à remplir sa voiture, cela ne veut pas dire pour autant que le coût global du déplacement augmente avec le nombre de passagers, et que le conducteur "s'enrichit" sur le dos de ses hôtes. En fait, le coût global du déplacement reste toujours identique, c'est seulement la part du conducteur qui décroît quand la voiture se remplit.

Bon covoiturage ! Dominique (177)

Du bon usage d'Internet !

Des milliers d'e-mails relatant de fausses informations circulent sur le réseau.

Nous recevons tous, dans notre moisson de mails quotidiens, des messages inquiétants ou nous invitant à faire une bonne action.

A commencer par nos amis bien intentionnés qui nous renvoient un mail qu'ils ont eux-mêmes reçus d'un bon ami et qui nous préviennent qu'un Super Virus contre lequel même Microsoft (ou McAfee, ou Tarterpion) n'a pas réussi à trouver une parade et qui détruira irrémédiablement notre disque dur (sic). Vous pensez vraiment que Microsoft ou McAfee vous préviendraient de cette façon hasardeuse ?

La chaîne de solidarité qui vous vaudra sept ans de malheur si par étourderie il vous arrivait de la rompre en ne renvoyant pas ce message à au moins sept personnes. Ou plus précisément le mail qui vous promet de devenir riche si vous envoyez 10 € et que vous ajoutez votre adresse en fin de liste (?)

Un appel au don du sang ou de moelle osseuse pour sauver une personne désignée peut conduire à paralyser complètement les centres de transfusion. Pour "Noélie", le besoin a effectivement existé mais le donneur a été trouvé via le fichier mondial des donneurs - Internet n'est d'aucun secours dans ce cas - et la greffe a eu lieu le 04 décembre 2003. Malheureusement la petite fille est décédée le 1^{er} juin 2004 mais la famille continue de recevoir des messages ! Vous imaginez la douleur de ces parents à la réception de chaque mail ! Sur le vol d'organe - qui par ailleurs existe, et sur lequel des journalistes ont enquêté - quand l'information vous arrive par mail, il s'agit exclusivement de rumeurs colportées et impossibles à vérifier. On trouve aussi des calomnies ou dénigrement, comme dans le

cas d'Olivier Besancenot où le mail au titre du "bon petit facteur" le dénonçait comme un opportuniste richissime au train de vie indécent, ce qu'il n'est manifestement pas.

Ce qui caractérise ces mails c'est que la plupart du temps on vous invite à les diffuser à toute la liste de vos correspondants, et très souvent ils comportent le désormais célèbre "on ne sait jamais, moi je préfère transférer même si c'est faux, ça permet au moins de sensibiliser les gens". En le diffusant à 10 personnes qui le diffusent à 10 personnes qui... ce sont au bout de quelques jours des centaines de milliers de messages qui saturent les systèmes informatiques et qui peuvent aussi paralyser les serveurs comme nous l'avons vu pour le don du sang.

Ces messages ne sont en fait que des canulars (hoax en anglais) et avant de les renvoyer posez vous la question : "Pourquoi s'adressent-ils à moi parmi les 4 milliards d'internautes ?" et surtout allez vérifier sur <http://hoaxbuster.com> ou <http://www.hoaxkiller.fr/> et vous verrez que dans 99,99% des cas le geste qu'on vous demande de faire est connu, inutile, souvent méchant, et parfois dangereux. Une autre question à vous poser : "Pourquoi ce mail me demande-t-il de diffuser cette information au lieu de m'indiquer un site Internet où je pourrais trouver l'information actualisée ?" Si vous avez le sentiment que l'information passerait mieux à partir d'un site Internet, ne diffusez pas le mail, il s'agit forcément d'un hoax. En ne le diffusant pas, vous éviterez aussi que votre adresse électronique, voire d'autres données personnelles, ne se retrouvent distribuées aux quatre vents et présentent un risque pour votre vie privée.



Le Romarin

Par ces temps de crise, ayez dans votre jardin, sur votre balcon, une plante de traditions et de légendes, le romarin : rosmarinus de nom latin “ros”, rosée et de l’adjectif “marinus”.

Le nom de cet arbrisseau signifie donc “rosée de mer” car il pousse volontiers sur les côtes méditerranéennes.

Les Egyptiens, les Romains et les Arabes l’ont toujours considéré comme une panacée. C’était pour eux un remède qui calmait les convulsions, les spasmes et contractures. Charlemagne, qui adorait en mettre à “toutes les sauces”, en imposa la culture.

Une merveilleuse plante aux véritables vertus, qui se consomme en tisane très typée, ou dans les plats sous forme de bouquet garni.

Propriétés et usages magiques

Le romarin a le pouvoir d’ouvrir votre cœur à la part de vous-même qui reste encore proche de l’enfance et de l’innocence et donc d’apporter le bonheur, le contentement, l’amour et la sérénité. Son nom évoque bien des qualités magiques faites de force en même temps que de pureté et de délicatesse.

Que cette nouvelle année vous soit douce, légère et aromatique bien sûr ! **Georgette (4)**

Lectures à éplucher

De nombreux ouvrages sur les plantes aromatiques fleurissent sur les étals des libraires. Voici une petite sélection, fruit du hasard.

Herbes aromatiques, de la ciboulette au romarin de Lucienne Deschamps photos d’Annick Maroussy, éd. Ouest-France collection carré-nature, 67 p.

Plantes médicinales et sorcellerie de Frédéric Vernet, éditions Lacour-Nîmes, 310 p.

Plantes aromatique et médicinales, 700 espèces de Leslev Bremness, chez Larousse, collection l’œil-nature, 303 p.

Remèdes naturels de tradition populaire de Jean-Marc Darguère, Editions Dangles, 205 p.

Plantes méditerranéennes de Serge Schall, chez Hachette, 64 p.

Les plantes de Méditerranée Wolfgang Lippert-Dieter Podleck, chez Nathan, 254 p.

B on plan hors Sel

Proposition de colocation à Aix Ouest par Lily :

1 chambre individuelle avec cuisine et salle de bain à partager. Pour tout renseignement, la contacter au 06 18 06 67 13 ou 04 42 20 35 89.

Un petit dicton inuit pour bien commencer l’année

Quand le dernier arbre sera coupé,
quand la dernière rivière sera polluée
quand le dernier poisson sera pêché,
alors on comprendra que l’argent ne se mange pas.

Georgette (4)

Lecture

A vous tous mes amis, je souhaite le meilleur en ces temps de renouveau et de bonnes résolutions...

malgré, malgré, malgré... Et si on essayait d’accepter tout simplement de faire confiance à nos anges ?

Ils sont là, toujours plein d’Amour, de Pardon, de Promesses, pour nous aider à retrouver le sens lumineux de la Vie et de la Paix intérieure.

Alors, chaque jour, lisez une pensée transmise par Doreen VIRTUE dans “365 conseils de vos anges” aux éditions Exergue.

Ce livre est un véritable présent pour ceux que vous aimez ... y compris vous-même !

Mille merci à Véronique (374) qui me l’a offert. Si le cœur vous en dit, je vous propose un atelier de lecture et de réflexion.

Lily (367)