



Édito

L'expansion économique sans précédent que notre pays a connue avec les autres grands pays industriels, du lendemain de la Seconde Guerre mondiale jusqu'au choc pétrolier de 1973 nous a sans doute grisés au point de perdre de vue l'essentiel au profit du superflu venté par force publicitaire multi-supports. Il est temps de prendre du recul sur un fonctionnement qui conduit très probablement notre planète à sa perte. Sans attendre les contraintes venues d'en haut, nous pouvons agir pour peu que nous réussissions à le faire ensemble. C'est ce que tente de faire Trait d'Union pour répondre à un de ses buts : « promouvoir des initiatives sociales et solidaires » en proposant des commandes groupées, des actions solidaires pour aider les producteurs locaux, faire ensemble, partager.

Mais pour faire ensemble il est nécessaire de recréer du lien. Notre association y travaille ainsi que vous pourrez le lire en faisant vivre des fêtes traditionnelles, en provoquant des moments d'échanges sur des sujets divers.

Enfin, pour prendre soin de notre planète il faut s'en rapprocher, mieux connaître notre environnement, nous vous y invitons également dans les prochains jours.

Les commandes d'agrumes

Ce 21 avril était organisée la dernière livraison d'agrumes pour ce printemps. Elles reprendront en novembre.

A l'initiative d'Isabelle D. responsable relais sur le secteur d'Entreprises, l'association JGAAS (Jabron Groupement d'Achat et Activités Solidaires) basée à Noyers sur Jabron nous offre la possibilité de commander des agrumes bio de Sicile (oranges, clémentines, mandarines, citrons, pamplemousses) et ponctuellement des avocats, des patates douces, des kumquats et des artichauts.

A chaque nouvelle livraison, deux ou trois adhérents accompagnent Isabelle et l'aident à décharger le camion ou préparer les différentes commandes. La nôtre est livrée le jour même sur la place de la mairie. Cela a lieu un dimanche en fin de matinée ou l'après-midi. Pour la prochaine saison Isabelle propose de former des personnes à la prise en charge des commandes pour se partager le travail.



Envie de partager ou proposer une idée, une action, raconter une des sorties de l'association ?

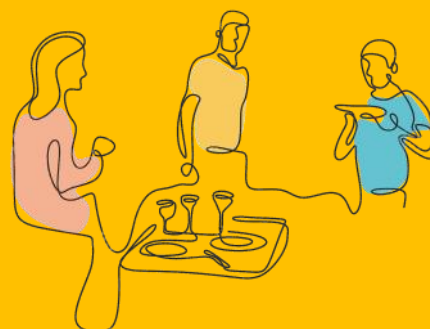
Envoyez par mail vos photos et articles pour une publication dans le prochain numéro.

FÊTE DE LA SAINT-JEAN Lundi 24 juin à partir de 19 h sur la place de Mézien

Notez dès à présent cette soirée attendue par nombre d'entre nous.

Repas et boissons partagés. Tables et chaises à disposition.

Les instruments de musique pour chanter et danser sont les bienvenus !



Fabien Moine

Fabien Moine est praticien en santé naturelle, professeur de naturopathie, conférencier et conducteur de jeûne. Il exerce son activité à travers différentes pratiques au sein desquelles il a reçu plus de 3000 personnes en consultation, encadré des centaines de jeûneurs, animé 130 conférences à travers le monde, enregistré plus de 150 vidéos sur sa chaîne YouTube.



SOIRÉE CINÉ-DÉBAT

Vendredi 31 mai

18 h 30 à l'église de Vilhosc

Nous vous proposons une soirée ciné-débat autour du film de Fabien Moine « Le jeûne à la croisée des chemins ». A l'issue de la projection, nous échangerons avec plusieurs personnes qui ont déjà pratiqué le jeûne.



Soirée ouverte à tous : faites passer l'information.

En savoir plus sur le film « Le jeûne à la croisée des chemins »

C'est pour aider le public à se faire sa propre opinion sur le sujet que Fabien Moine a souhaité réaliser ce film documentaire *né du constat que les pionniers du jeûne en France sont absolument méconnus du grand public alors que paradoxalement le jeûne prend un essor sans précédent. Dans cette effervescence d'informations pullulent aussi des approximations, des erreurs voire des indications dangereuses qui nuisent aux jeûneurs potentiels et plus globalement à la crédibilité d'une pratique qui a besoin de sagesse et d'expertise afin d'être intégrée à une place plus juste en ce qui concerne le bien-être et la santé.*

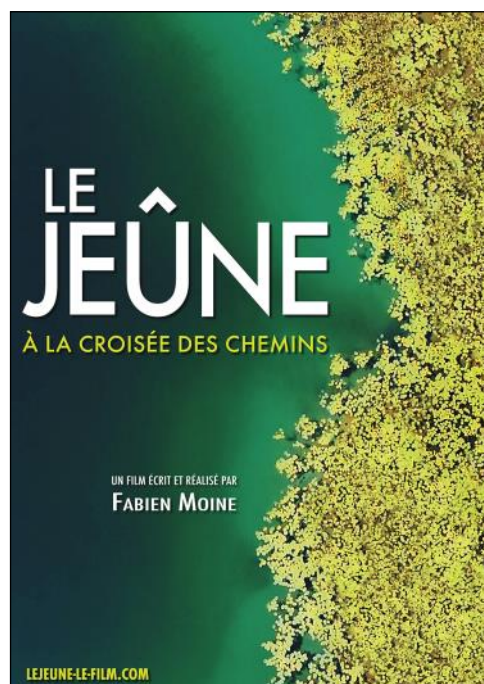
Fabien a opté pour une approche généraliste destinée au plus grand nombre afin de susciter un certain inconfort intellectuel et inviter le public à aller chercher sa propre vérité. Ni didactique, ni dogmatique, son film est un « outil pédagogique » qui donne des éléments de réponses s'appuyant sur l'expérience du réalisateur et sur de nombreux témoignages et interviews de jeûneurs débutants ou confirmés, de « sceptiques convaincus », d'experts (médecins, biologistes et autres scientifiques) prudents et sur la réserve, certes, mais pratiquants !!

Il n'est pas question ici de sensationnalisme ni de donner de faux espoirs mais plutôt d'observer et comprendre les motivations de ceux qui pratiquent régulièrement ou débutent dans le jeûne. En donnant, pour la première fois la parole à des jeûneurs « in situ », témoignant de leurs sensations et de leurs vécus, le film illustre les pouvoirs d'auto-guérison du corps en expliquant de façon inédite et concrète ces processus.

Le parti pris de l'esthétisme pour que la forme serve au mieux le fond fonctionne. Tout en poésie, au rythme d'une très belle musique composée pour l'occasion, de fonds sonores et magnifiques images célébrant une nature omniprésente, ce documentaire est une véritable ode au fonctionnement du corps humain, à cette quête de soi et à son humanité. Car le jeûne, c'est aussi prendre le temps d'observer la nature travailler en nous, réapprendre à écouter son corps, revenir à l'essentiel pour retrouver un juste équilibre.

Ce juste équilibre que Fabien et toute son équipe ont su garder tout au long du film pour être le plus représentatif possible. Équilibre entre le fond et la forme, le propos et son illustration, mais aussi entre les doutes et les certitudes des intervenants et les bienfaits et limites de la pratique... (source wordpress)

production Exuvie - documentaire de 91 mn.



Nouvelle soirée lecture à Mézien

Après la soirée lecture de novembre dernier, Jacques Germain* et Roland Peyron* reviennent parmi nous et nous invitent à assister à la lecture de la pièce de Jean-Claude Grumberg « Moman ». Pour petits et grands.

“Moman j'ai faim”, “J'ai peur”, “Je m'ennuie”... Dans une langue bien à elle, moman répond du tac au tac à son Louistiti chéri, débordant de questions, de malice et d'inquiétude. Elle tente de lui expliquer ce qu'est la guerre, la mort, la sexualité, le passé, le présent, l'avenir. Cinq conversations faites de mots tordus, d'expressions succulentes et de beaucoup d'amour.

Suivi d'un apéro dinatoire partagé.

Participation : 5 euros minimum par personne.

Gratuit pour les moins de 12 ans.

* Jacques Germain, comédien et metteur en scène travaille depuis une quarantaine d'années à la télévision et au théâtre.

* Roland Peyron a joué dans une soixantaine de pièces. Il a mis en scène de nombreuses pièces du Théâtre Ecole de la Lance et des Baronnie entre autre.

Faites passer l'information !

LECTURE DE MOMAN
Une pièce de Jean Claude Grumberg
Pour petits et grands

SAMEDI 08 JUIN 2018 à 18 h 30
Clémentine et Richard
Route des Neufs à Mézien

REPORTÉE À UNE DATE ULTERIEURE

Lecture : Jacques Germain et Roland Peyron

Pour l'organisation, la présence, merci de prévenir l'association de votre présence par mail (isab@traidunionmezien@proton.me) ou par téléphone au 06 62 41 99 67 ou traidunionmezien@proton.me

Participation : 5 euros minimum par personne. Gratuit pour les moins de 12 ans.
Suivi d'un apéro dinatoire partagé.

Association 1901 - 1 place de la mairie 04200 ENTREPIERRES. Tél : 06 62 41 99 67
contact : traidunionmezien@proton.me site : <https://traid-union-entrepierres.fr>

Les gelées de fleurs

Lors du TROC'Plantes, Anne nous avait apporté de nombreuses gelées originales. Chacun était invité à les déguster et devait essayer de deviner l'ingrédient utilisé en plus du sucre. Ce fut une belle surprise de découvrir qu'il s'agissait de confitures de lilas, chèvrefeuille, reine des prés, glycine, violette, sureau. Plusieurs d'entre vous ont demandé la recette.

La voici !

75 à 100 g de fleurs fraîches
1,5 l d'eau
750 g de sucre
3 g d'Agar agar

Mettre les fleurs dans un saladier. Verser dessus l'eau bouillante.
Couvrir le saladier d'un film alimentaire et laisser infuser 24 h.
Dans une grande casserole, verser le liquide filtré et ajouter le sucre.
Faire chauffer jusqu'à ébullition.
Délayer l'agar agar dans de l'eau froide et l'ajouter à la préparation.
Faire cuire 3 à 4 minutes à petits bouillons.
Mettre en pots.

Commande groupée de farine

Suite à la précédente réunion de la collégiale et sur proposition d'adhérents, il a été décidé de passer la prochaine commande de farine auprès du GAEC VARRY tenus par Anna et Simon installés à la Faurie dans les Hautes-Alpes. Artisans meunier et paysans, Anna et Simon élèvent des chèvres pour la confection de fromages bio dans le respect de l'animal et cultivent des céréales pour la transformation en farines de blé et de petit-épeautre.



Les céréales sont moulues à la ferme sur moulin à meule de pierre.

Il nous est proposé de la farine bio T65, T80 et petit épeautre semi-complète.

Le conditionnement disponible est possible en sac de 1 kg, 5 kg et 25 kg.

Il n'y a pas de quota, chacun peut donc commander ce dont il a besoin.

Un fois la commande passée, la farine est moulue à la demande et livrée sous dix jours environ.

Prochaine commande début juin.

LES RANDONNÉES inscription au groupe : traitdunionmezien@proton.me



randonnée pied de Vaumusé 23 avril 2024



Randonnée tour du Mollard 30 avril 2024



randonnée Trou de l'argent 07 mai 2024



Tulipe sauvage randonnée Aigues-champs 13 mai 2024

AUTRES ANIMATIONS ou ACTIONS

Soirée lectures en musique 14 avril 2024



Réunion de la collégiale 27 avril 2024



TROC'Plantes 05 mai 2024



Aide au déménagement de Dann 16 mai 2024