



## GAZETTE DE DECEMBRE 2025



### Permanences accueil



Rejoignez-nous pour passer un moment chaleureux, recevoir de l'aide concernant vos demandes ou vos offres, vous inscrire ou découvrir l'Accorderie autour d'une boisson chaude ou fraîche.

*Ines sera  
absente du  
jeudi 18/12  
au 4/1  
inclus*

**les lundis de 15h à 17h et les jeudis de 17h à 19h**  
**à la maison des Accordeurs - d'octobre à avril**  
1 avenue Paul Painlevé, 01500 Ambérieu-en-Bugey  
**au jardin banal - de mai à septembre**  
9 rue de la Petite Croze, 01500 Ambérieu-en-Bugey

*Il n'y aura pas  
de permanences  
les lundi 22/12,  
jeudi 25/12, lundi  
29/12 et jeudi  
1/01*



Pour tous renseignements, vous pouvez contacter Ines, notre animatrice-coordinatrice du lundi au mercredi au 09 52 82 65 64 ou 07 82 33 76 13 ou par mail : [bugey@accorderie.fr](mailto:bugey@accorderie.fr)



[www.accorderie.fr/accorderie-du-bugey](http://www.accorderie.fr/accorderie-du-bugey)



[Accorderiebugey](https://www.facebook.com/Accorderiebugey)

Les membres fondateurs :



Avec le soutien de :





# La vie de l'Accorderie



## A vos chèques temps !

La fin d'année approche et nous savons que vous avez échangé de nombreux services cette année 2025 ! Nous savons aussi que par générosité vous n'avez pas envie de compter vos heures, mais pourquoi nous vous demandons de les compter malgré tout ?

**1** Vous avez été nombreux à vous entraider pour prendre des nouvelles des uns des autres, faire des courses, proposer des ateliers pour recréer des liens... Nous avons besoin de mettre cela en valeur auprès de nos financeurs, notamment pour montrer que le système Accorderie est utile et précieux et qu'il est important de le soutenir.

C'est donc en comptant vos heures et en remplissant vos chèques temps que vous nous aidez à valoriser nos actions et à permettre que l'Accorderie continue d'exister.

**2** La monnaie temps, c'est une autre forme de richesse : avoir des heures permet de s'offrir des services auxquels tous les membres ne pourraient pas avoir accès dans le système économique classique.

Pour enregistrer vos chèques temps, cliquez [ici](#)

**3** Si les heures ne sont pas comptées, alors l'Accorderie ne se démarque pas de tout autre système de solidarité ou d'aide sociale...

A l'Accorderie, on ne consomme pas, on agit pour contribuer à la vie de l'association, aux projets... L'Accorderie, c'est la possibilité de recevoir un service parce qu'on a gagné des heures en rendant soi-même un service.

Ce système casse ainsi les inégalités entre individus. Celui qui reçoit n'est pas redevable de l'aide, contrairement à ce qui peut être vécu, ressenti, dans d'autres systèmes d'aide sociale.



Dans le cadre de nos projets **Mobilité** et **Aller vers le bien vieillir**, n'oubliez pas de faire vos chèques temps "transport", "visite à domicile", "accompagnement aux courses" etc.



Et pour ceux qui ont besoin d'heures, n'hésitez pas à nous contacter, nous trouverons une solution pour vous permettre de rendre des services à l'Accorderie ou aux accordeurs.



Objectif : 5000 €  
Reçu au 1/12 : 2200 €

+  
d'info  
ICI

## Campagne de dons

Plus que jamais, L'Accorderie du Bugey a besoin de vous !

2 façons de nous aider



- Faire un don à l'Accorderie, c'est simple et rapide, chaque €uro compte !  
Pour soutenir l'accorderie du Bugey, cliquez [ICI](#)
- Faire suivre cet appel, c'est aussi nous aider !

En soutenant l'Accorderie, vous avez le pouvoir d'agir et de transformer la société !



# La vie de l'Accorderie



## Accorderie

Bugey



### Préparons les fêtes ensemble et luttons contre l'isolement !

**Envie de visiter des personnes qui vont se retrouver seules le 24 ou 25 décembre ?**

3h

En partenariat avec les Petits Frères des Pauvres, nous recherchons des accordeurs qui souhaitent rendre visite à des personnes et leur apporter un colis. Si vous êtes intéressés, faites vous connaître auprès d'Ines **avant le mercredi 17 décembre.**

3h

Nous lançons un appel aux accordeurs pour faire des tartes aux pommes pour le 8 décembre et pour le stand

je m'inscris

**Vous allez passer les 24 et 25 décembre seul** et vous avez envie d'une visite ce jour-là, ou vous connaissez quelqu'un dans cette situation ? Faites vous connaître **avant le mercredi 17/12.**

**Repas partagé le mercredi 24 décembre :** un groupe d'accordeurs réfléchit pour organiser un repas partagé ensemble - Dîtes-nous si cela vous intéresse. Nous recherchons un référent pour le local.

Fondation de France

**31 décembre 2025**

**Réveillonnons ensemble**

**Accorderie**  
Les Lônes  
Espace de vie sociale

**Chacun apporte**  
Un plat, une boisson et un mini-cadeau symbolique

**Réservez**  
(places limitées) jusqu'au 30 décembre

**Salle des Fêtes de Ciers aux Avenières**  
Rue du Capitaine Micoud

Problème de transport ? Parlez-en !

Roger 06 60 45 68 21  
rogerserretta@gmail.com  
et Monique 06 65 62 92 10  
lysia.m.menard@hotmail.com



**Samedi 27 décembre**  
**Repas partagé des fêtes de fin d'année à la salle des Pérouses à Ambérieu.**  
Voir détail sur l'agenda page 8



**Réveillon solidaire à l'Accorderie des Lônes**  
salle des fêtes de Ciers  
rue du Capitaine Micoudaux aux Avenières (38)  
**le mercredi 31 décembre**  
Réservation (places limitées) jusqu'au 30 décembre au 06 60 45 68 21.  
Il y a potentiellement la possibilité de faire du covoiturage





# Souvenirs de Novembre



## Les 14, 15 et 16 novembre Escapade à Annonay

Un beau week-end avec un accueil chaleureux de nos collègues ardéchois, des bons moments d'échanges et de rires.

Le temps était organisé autour de plusieurs conférences gesticulées sur des thèmes aussi variés que le monde des crèches, la culture musicale, la danse, l'accueil des migrants mineurs... des tonnes de connaissances, beaucoup de militantisme et la chorale « Sacrées femmes, femmes sacrées » avec leurs chansons du monde, formidable !

Mais pour les deux Accordeuses ambarroises présentes, le point d'orgue de cette fin de semaine aura été les anecdotes gesticulées de six Annonéennes qui ont offert à tous des moments chargés d'émotion avec des témoignages parfois bouleversants.

Merci à Patricia, Marie-Catherine, Alain, Lucie, Dominique, Martine... de l'Accorderie d'Annonay. Merci aussi aux deux Chantal de l'Accorderie des Lônes présentes et ravies elles aussi. Nous les attendons tous, bien sûr, à notre prochaine escapade ambarroise.



## Balade 14 novembre avec Marie

En compagnie de Nathalie, Bénédicte, Marie-Anne et Franck. Quoi de mieux que de démarrer une balade au cœur d'Oncieu dit "le diamant du Bugey"? Sa précieuse particularité ? Les vieilles maisons bugistes ont été bâties en rond autour d'un ancien verger seigneurial. C'est parti ! Descente rapide vers la belle rivière Mandorne que nous traversons sur le petit pont. Puis, nous suivons en amont le chemin sur sa rive droite d'où nous apercevons l'imposante falaise de la Cathédrale et son rocher troué à travers lequel on voit le ciel... gris ! Après les quelques maisons du hameau de Moment, nous montons (sec !) pour rejoindre Résinand, Nathalie et Franck en tête ! Casse-croûte sous l'abri du lavoir du village puis, restaurés, nous reprenons la marche vers le col d'Evosges, d'où nous dominons Oncieu dans son écrin comme "vu du ciel". Enfin, descente vers le point de départ à travers la pente qui était autrefois couverte de vignes.







# Souvenirs de Novembre



## Cartes de vœux

Atelier qui a laissé toute créativité aux participants. Bonne ambiance



## Décoration boules de Noël

*"Super atelier divertissant, nous avons passé un bon moment !"*



## Atelier circle song

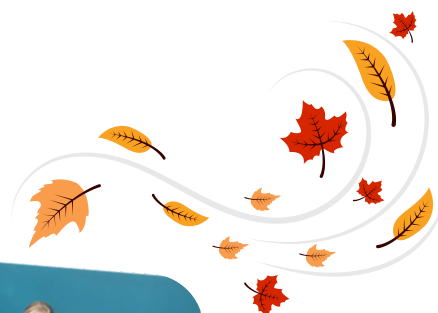
*"Très bon moment collectif, des rires, de la détente. Tout pour plaire, venez nous rejoindre !"*

## Une AG extraordinaire !

Une AG extraordinaire nous a permis de valider nos statuts. Une occasion de s'exprimer sur le thème de l'équilibre des échanges. Jeux en groupes et le super jeu de la ficelle qui consiste à nous demander ce que nous pouvons donner de notre temps

## Apéro partagé campagne de dons et contes

*"Merci aux accordeurs qui sont venus passé un moment convivial ensemble et un grand merci à Colette pour ses contes !"*





# Souvenirs de Novembre



## Atelier cuisine avec les Insatiables

“Repas de fin d’année à petit prix”, en partenariat avec Les Insatiables, Les Petits Frères des Pauvres et le Centre Social. Découverte des produits, cuisine et échange avec une diététicienne suivie par une dégustation. Au menu : jus de pommes chaud, verrine de petits pois, oeuf mimosa aux betteraves, gratin de patates douces et butternut avec jambon cuit aux herbes et, pour le dessert, manger main de tiramisu.



## Réunion sur l'avenir de l'antenne de Tenay

Une belle réussite cette réunion pour discuter de l'avenir de l'antenne de Tenay. Nous avons conclu la suspension de l'antenne mais la création d'un nouveau comité de Tenay, rattaché à l'accordiale : Le comité "Vallée de l'Albarine".

Marianne, la chatte qui a investi les locaux de la mairie de Tenay était avec nous 😊miam



## Réunion retour formation socle

Arnaud et Bénédicte nous ont fait un résumé des 3 jours de la formation socle qu'ils ont suivis cette année à Ambérieu en Bugey en septembre. L'occasion de remettre en question nos difficultés.

## Atelier tricot-thé

Chacune à son rythme mais dans la bonne humeur !



## Atelier déco à vendre

“ambiance sympa, studieux et ludique”







Retrouvez tout l'agenda du mois en ligne [ici](#)

## A vos agendas !

Les ateliers jardinage reprendront  
au printemps

Le café tricot-thé est en vacances en décembre

**Vous avez internet ?  
Inscrivez-vous en ligne**

Si vous n'avez pas internet, vous  
pouvez vous inscrire auprès d'Ines



**Lundi 1er décembre de 15h à 17h au local : Permanence mobilité.** Vous avez besoin de transport/covoiturage ou vous offrez ce service, venez en parler !

**Mardi 2 décembre à 9h30 : Ménage et entretien** du local, dans la joie et la bonne humeur. Inscrivez-vous pour que nous puissions faire un roulement



je m'inscris



**Mardi 2 décembre à 16h au local : Visio pour partager nos réalités d'Accorderie en territoire rural** avec le Réseau des Accorderies de France. Si vous souhaitez participer avec Ines, faites vous connaître.

je m'inscris



**Mardi 2 décembre à 18h au local : Atelier d'écriture.** l'atelier est complet pour cette année.

3h

**Mercredi 3 décembre à 10h au local : Réunion bilan bien vieillir.** Venez partager vos retours d'expériences concernant le projet bien vieillir en 2025 et vos envies pour l'année 2026. Tous les accordeurs et idées sont les bienvenues !

je m'inscris



**Mercredi 3 décembre de 14h à 17h au local : Atelier fabrication de cartes de vœux.** Venez fabriquer des cartes de vœux avec Florence. Les cartes seront distribuées par la suite dans le cadre du projet bien vieillir.

je m'inscris



**Mercredi 3 décembre à 18h au local : Venez avec votre matos** avec Maëlle et Aymeric. Rencontre d'aide au numérique (ordinateur ou portable) pour tous les niveaux, de débutant à expert. Ceux qui connaissent transfèrent leur savoir-faire à ceux qui veulent apprendre : comment entrer des contacts sur un téléphone, installer la nouvelle version de Ubuntu sur un ordinateur... Nous pouvons tous aider et nous pouvons tous en profiter.

je m'inscris



**Jeudi 4 décembre à 18h30 au local : Soirée tarot.** Débutants ou confirmés, venez jouer des parties endiablées. Pour plus de convivialité, apportez quelque chose à boire ou à manger.

je m'inscris



**Samedi 6 décembre à 18h au local : Soirée jeux** avec Maëlle et Nathalie.

je m'inscris

3h

**Lundi 8 décembre à 9h30 au local : Atelier tartes aux pommes.** Venez faire des tartes aux pommes pour la vente lors des illuminations.

je m'inscris

3h

**Lundi 8 décembre de 16h à 22h - Esplanade Robert Marcelpoil à Ambérieu :** Illuminations du 8 décembre. Installation, tenue et démontage du stand. Nous recherchons plusieurs accordeurs pour donner un coup de main.

je m'inscris



**Mardi 9 décembre de 14h30 à 16h30 au local : Après-midi jeux** avec Renée et Marie-Anne

je m'inscris



**Mercredi 10 décembre à 14h : Visio EVS (Espace de Vie Sociale) et Relations CAF** avec le Réseau des Accorderies de France. Si vous souhaitez participer avec Ines, faites vous connaître.

je m'inscris



**Mercredi 10 décembre de 14h30 à 17h au local : Atelier bouquet de Noël.** Venez fabriquer un bouquet de Noël.

je m'inscris



**Vendredi 12 décembre à 9h30 au local : Atelier accompagnement informatique** avec les jeunes d'Unis Cité. Venez avec vos questions informatiques, et vos envies afin de construire la suite des ateliers ensemble.

je m'inscris

3h

Ce pictogramme indique les **activités associatives** qui vous permettent de payer votre cotisation = **3 heures pour l'année** en une ou plusieurs fois





Retrouvez tout l'agenda du mois en ligne [ici](#)

## A vos agendas !



**Vous avez internet ?  
Inscrivez-vous en ligne**

Si vous n'avez pas internet, vous pouvez vous inscrire auprès d'Ines



**Lundi 15 décembre à 10h au local : Atelier cuisine** - fabrication des lasagnes, une végétarienne et une avec de la viande avec Nathalie F. L'atelier se terminera par une dégustation des lasagnes. Participation libre aux frais des ingrédients. Apportez une boisson à partager ou un dessert si vous le souhaitez. Inscription obligatoire avant le **jeudi 11 décembre**.

je m'inscris



**Lundi 15 décembre à 17h30 au local : L'Accordiale.** Tous les accordeurs sont invités à participer à la gouvernance partagée !



**Mardi 16 décembre à 9h30 : Balade avec Marie.** Départ "covoitureur" devant la maison des Accordeurs à 9h30. Petite balade de 9 km sur les traces des maquisards sur le plateau d'Evosges. Sentier balisé, reconnu et confortable (?). Terrain très doux. Pause repas à la ferme Marchat, un peu à l'abri. Retour dans l'après-midi 15h30/16h au plus tard.

je m'inscris



**Mercredi 17 décembre à 14h30 au local : Atelier voix, mouvement et circle song,** avec Jean-Pierre, suivi d'un goûter partagé. Que vous soyez débutant, musicien confirmé, ou simplement curieux, vous êtes les bienvenus. + d'info en cliquant [ICI](#)

je m'inscris



**Mercredi 17 décembre à 18h au local : Soirée polyglotte** avec Ines, Alberto et Karl. Vous pourrez converser en anglais, allemand, espagnol, français... Pour plus de convivialité, apportez un petit quelque chose à partager. Faites-nous signe si vous voulez rejoindre le groupe whatsapp.

je m'inscris



**Jeudi 18 décembre à 19h au local : La cabane à livres.** Venez partager vos coups de coeur de lecture.

je m'inscris



**Vendredi 19 décembre - lieu et horaire à confirmer : goûter du monde** pour la fin de l'année en partenariat avec le Centre Social et d'autres partenaires.

je m'inscris



**Mercredi 24 décembre :** Vous avez prévu de passer le **24 décembre** seul ? Un groupe d'accordeurs réfléchit pour organiser un repas partagé. Dites-nous si cela vous intéresse.

je m'inscris



**Samedi 27 décembre à partir de 11h30 : Repas partagé des fêtes de fin d'année à la salle des Pérouses,** rue des cités des Pérouses à Ambérieu. Vous êtes tous invités à partager un moment convivial et de rencontre en fête. Apportez votre assiette, couverts, verre, votre plat ou votre boisson à partager, éventuellement vos jeux et idées d'animation (jeux de société et autres), un petit cadeau à offrir si vous le souhaitez. Venez chanter, jouer et passer un bon moment ensemble.

je m'inscris



**Mercredi 31 décembre à la salle des fêtes de Ciers aux Avenières,** rue du Capitaine Micoud : Réveillonnons ensemble avec les accordeurs des Lônes. Chacun apporte un plat, une boisson et un mini-cadeau symbolique. Réservation (places limitées) jusqu'au 30 décembre au 06 60 45 68 21. Il y a potentiellement la possibilité de faire du covoiturage pour aller ensemble.

je m'inscris



**Dimanche 4 janvier à 15h30 au local : Karaoké** avec Maëlle.

je m'inscris

3h

Ce pictogramme indique les **activités associatives** qui vous permettent de payer votre cotisation = 3 heures pour l'année en une ou plusieurs fois







## Espace membres



Pour consulter les services offerts, modifier votre profil et vos offres/demandes de services, voir votre état de compte...

→ accédez à votre espace membres en cliquant [ici](#)

### Offres

*Bienvenue à Natacha !*

Natacha propose d'accompagner une personne âgée faire les courses

### Demandes

*Pouvez-vous les aider ?*

Florence a le joint de son WC à changer

Natacha a besoin d'aide en couture

Françoise a une cuisinière à bois à emmener à la déchetterie. (au moins 2 hommes pour la transporter)

Michel a un nouvel ordi et voudrait le mettre à niveau. Ubuntu est installé mais pas les applications

## Ils se sont accordés ces dernières semaines



- Bernard a covoituré Arnaud et Christiane
- Françoise a transporté du matériel pour Ines
- Djibril a fait les courses pour Pierre
- Maëlle a dépanné Jean-Pierre en informatique
- Martine a fait du ménage pour Marie
- Raymonde a fait du bricolage pour Sylvie



## pour nous soutenir, faites un don

- **par chèque libellé** à « Fonds des Accorderies de France » à envoyer à l'Accorderie du Bugey  
1 rue Paul Painlevé - 01500 Ambérieu-en-Bugey
- **en espèces** à remettre en mains propres à Ines contre un reçu. Vous pouvez aussi déposer votre don dans la boîte prévue à cet effet au local
- **par virement** (notez en référence votre nom et « don ») : demandez le RIB à l'Accorderie 0952826564 - 0782337613 - [accorderie@bugey.fr](mailto:accorderie@bugey.fr) et envoyez un courriel avec votre adresse, téléphone, nom complet, montant du don et date.
- **par CB** via la plateforme [jesoutiens.accorderie.fr](https://jesoutiens.accorderie.fr) ou en cliquant [ici](#)

66% déductibles des impôts des particuliers : pour 100€ donnés, 66€ sont déduits de l'impôt, il vous coûte 33€  
60% déductibles pour les entreprises

**Faire un don à l'Accorderie, c'est soutenir une association locale transparente dans sa gestion des fonds !**

À bientôt ! Merci à toutes les personnes qui ont participé à cette gazette