

# D'ACC !

Printemps / Eté  
2024 N°61

La lettre trimestrielle  
d'information de l'Accorderie de  
Canéjan et Pays des Graves

*L'Accorderie fonctionne en collectif et réussit à  
réaliser un bouquet de projets ambitieux en faveur  
de l'entraide et du partage*

## *"Atout'Age" saison 3 !*

Le soleil avait choisi d'être de la partie pour cette grande journée "Atout'âge" saison 3 du mercredi 12 juin 2024. 110 participants, investis dans cette grande aventure intergénérationnelle s'étaient rassemblés à la Bergerie du Courneau pour clôturer une année débordante de rencontres et de partages.

Enfants, jeunes et seniors, heureux de se retrouver étaient au rendez-vous.

Quelle énergie, quel enthousiasme, quelle inventivité, quelle joie déployés depuis plusieurs mois !

"Partons en voyage" était le titre de cette saison 3.

### **QUE DIRE DE PLUS ?**

Nous avons réussi à présenter une comédie musicale malgré toutes les difficultés auxquelles nous devons faire face. Nous avons surmonté l'appréhension que nous avons au départ, de ne pas savoir "comment jouer un rôle" et nous investir dans ce nouveau projet.

### **OUI NOUS L'AVONS FAIT !**

Il nous a fallu nous réunir maintes et maintes fois, réfléchir et écrire des scénarios, choisir des musiques, fabriquer des décors, des costumes, coudre, chiner, répéter, coordonner, danser...etc

### **OUI NOUS AVONS REUSSI !**

Cela démontre nos formidables capacités parfois enfouies au fond de nous, mais qu'un tel projet réussit à réveiller !



Au fil des mois, les talents, les compétences de chacune et chacun se sont activés !

L'ensemble du spectacle fut une réussite, il régnait de la bonne humeur et de la joie, et l'amitié était en première ligne !

Après un délicieux buffet partagé, nous organisons, l'après-midi des jeux olympiques et paralympiques !

**INCROYABLE mais vrai !**

**UN GRAND**, très grand bravo à toutes et à tous, jeunes et moins jeunes pour cette superbe saison 3 qui se termine. Place aux vacances maintenant ...

Dans les coulisses de l'intergénérationnel, la saison 4 "Atout'âge" se prépare avec son cortège de nouveautés et de surprises !

La rentrée du pôle intergénérationnel se fera le mardi 17 septembre à 10 heures, à l'Accorderie.

**Nous vous invitons à rejoindre l'aventure si le coeur vous en dit ! Nous vous accueillerons avec plaisir...**

**A très bientôt...**

**VIVE ATOUT'ÂGE !**

*Dan, accordeuse et référente du Pôle intergénérationnel*

## Zoom sur les Antennes

### L'antenne Bordeaux, à Cénac, chez Claudine !



Comme l'année dernière l' accordînerie proposée par l'antenne de Bordeaux s'est délocalisée à la campagne.

Le 29 juin, malgré un temps très incertain, nous nous sommes retrouvés à Cénac à côté de la Tiny house de Claudine pour une accordînerie champêtre. Par mesure de prudence, les tables avaient été dressées sous un barnum, ce qui nous a évité les désagréments de quelques petites averses. L'ambiance était joyeuse, les plats apportés par les convives plus appétissants les uns que les autres, et les conversations roulaient sur les projets de vacances toutes proches. L'après-midi était bien avancée quand nous nous sommes séparés bien décidés à réitérer l'expérience l'année prochaine et en espérant donner envie à d'autres accordeurs de nous y rejoindre.

*Claudine, accordeuse depuis 2017 à Bordeaux*



### Villenave d'Ornon :

Une petite balade bien agréable au Parc Mussonville de Bègles a été proposée par deux accordeurs de l'antenne de Villenave-d'Ornon. Grâce à Josette et Maïté nous avons passé un excellent après-midi, accompagné de beaux rayons de soleil, du chant des oiseaux et de magnifiques paysages pour prendre la pose !



### Val de l'Eyre : L'atelier gymnastique cérébrale et mentale avec Michel !

*Mémoire, mémoire dis-moi qui relèvera le challenge ?* 💡

**1+1 = 2**  
**mais 2+3 ???**

Ouh c'est compliqué, heureusement on a Michel pour nous aider !  
Chaque mois, il fait des recherches, crée des exercices et nous pose des questions.  
Rassurez-vous il finit toujours par nous donner les réponses à la fin.

On s'amuse, on réfléchit de Canéjan à Salles, on joue !

Venez faire travailler vos méninges sous forme de jeux et/ou d'énigmes dans une ambiance conviviale et ludique avec Michel.





A l'Accorderie, on communique beaucoup, mais comme ça, entre deux portes : **la communication c'est un des Pôles de notre Accorderie !**

Pendant quelques années un groupe se réunissait, on parlait échangeait et construisait notre journal...Aujourd'hui le groupe est dissout ...petits problèmes relationnels, manque d'intérêt, que sais-je encore ?

A tel point que l'existence de ce journal est remise en cause...site des Accorderies, mails du vendredi, facebook, téléphone...?! pourtant certains veulent qu'il continue d'exister.

Actuellement les salariées et stagiaires et une ou deux personnes le construisent...cela représente alors beaucoup de travail à elles toutes seules !

Venez nous rejoindre, s'il vous plait, regardez si certaines rubriques vous plaisent. Il est constitué de :

- Evènement majeur
- Zoom sur les antennes
- Infos sur les pôles
- Partage de savoir
- Autres évènements
- A vous les Accordeurs
- Petit article personnel, ...souvenirs d'enfance, pour vous l'Accorderie c'est quoi ?

Allez venez, si on est plusieurs il nous faudra environ quatre rencontres par trimestre...et ça vous fera des heures...



Face aux multiples vols remarqués à l'Accorderie, nous avons fait appel au meilleur des détectives privés : Sherlock Holmes ! Doté d'une mémoire remarquable pour tout ce qui peut l'aider à résoudre des crimes en général, ainsi que d'une capacité de déduction hors du commun, sa première réaction fut unanime :

A l'annonce de la disparition des portes dosettes de la cafetière Senseo, Sherlock Holmes demeura quelques temps assis sans mot dire, la tête penchée en avant, les yeux fixant cette cafetière sans vie, se rappelant qu'autrefois, elle faisait pourtant très bon usage à tous ceux qui aimaient venir boire un café express. Ensuite, il alluma sa pipe et, se renversant dans le fauteuil, en lançant ses cercles de fumée bleues qui, en se pourchassant, montaient vers le plafond, il interpela son acolyte :

- Je crois, Watson, remarqua-t-il enfin, que de toutes les affaires que nous avons eues, aucune n'a jamais été plus fantastique que celle-ci.

- Sauf, peut-être, le signe des Quatre.

A suiiivre...



## Le Poulailleur en action !

Le poulailleur se construit peu à peu à l'aide palettes, de clous et quelques tours de marteaux pour accueillir les six nouvelles petites cocottes !

Grâce à l'équipe du poulailleur, à son savoir faire et à leur acharnement le tas de palettes est devenu maison !

Elles auront de l'espace, du bon air et des accordeur.e.s pour s'en occuper et les admirer.

Prêt.e.s pour les accueillir, rendez-vous le dimanche 22 septembre.



## Partage de Savoir



### Atelier guitare

Depuis quelques lundis, Jean-Paul notre maître à chanter qui nous fait revivre dans la joie et la bonne humeur, le bonheur de partager des chansons, sans obligation de connaître la musique, a créé un atelier d'initiation à la guitare: on peut se faire plaisir en s'accompagnant d'accords de manière simple et ludique :

quelques instruments sont mis à disposition pour tester c'est convivial, joyeux !

*Jean-Paul L., accordeur*



### Papotage autour du Gascon

Oh, nous n'étions pas nombreux.ses, mais ce fut moment chaleureux et sympathique. D'abord on situa la vaste Gascogne dans l'Occitanie...du Béarn aux Charentes et la région Occitanie, puis « les parlers » différents un peu d'histoire et des souvenirs des anciens qui parlèrent en public cette langue jusque dans les années 40 et en privé certains jusqu'à nos jours. Ce fut passionnant, les histoires locales et/ou familiales fleurirent, on recommencera !

*Françoise, accordeuse*



### Conférence dépassement de soi avec Jean-Jacques

#### Que diriez-vous d'une histoire inspirée de faits réels ?

Jean-Jacques, accordeur de Montpellier, a traversé Agen lors de son tour de France en voiture électrique et a choisi de se rendre à l'Accorderie de Canéjan pour nous raconter son histoire : il a été diagnostiqué Autiste Asperger à l'âge de 50 ans.

Suite à son diagnostic, il a décidé d'agir ! C'est le dépassement de soi qui l'a aidé à faire face. Il a donc organisé sa vie en conséquence. Ce fut une expérience très intéressante.



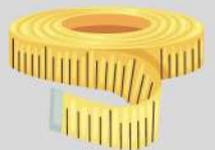
### Atelier soutif : une histoire de confort

"Pourquoi est-il si difficile de trouver un soutien-gorge qui soit bien ajusté ?"

Comme toutes les femmes, je me suis posé cette question, et bien d'autres encore sur ce sujet.

Le jeudi 6 juin a eu lieu la première séance d'information sur le soutien-gorge animée par Catherine.

Quelques personnes y ont assisté et ont pu avoir des réponses.





### *Le Printemps du Bourgailh à Pessac : 19ème édition !*

Deux journées agréables, hélas, sur un grand week-end férié donc peu d'accordeur.e.s pour tenir le stand d'informations de l'Accorderie ! Beaucoup de monde intéressé, des contacts pris et des explications données, on a fait connaître notre Accorderie !

### *Le Vide dressing Printemps-Eté !*

Le temps n'était pas avec nous pourtant pas mal de monde, des achats à petits prix, des dons permettant d'éliminer le surplus, beaucoup d'accordeur.e.s ont participé. Une journée très vivante ! Ça va pousser grâce à tous les trocs de plants qui ont été échangés lors de cette belle journée.



### *La Fête de la Musique !*

Il n'a pas plu ! Les accordeur.e.s furent présent.e.s pour vendre sandwiches et glaces. Bien sûr, certain.e.s toujours dévoué.e.s, ont préparé, installé, rangé, on en vendit quelques uns mais c'était un soir de match...; il en resta ! Derrière les fourneaux et le stand de restauration régnait, comme toujours, une ambiance conviviale et plaisante !  
Merci.

### *Les Rencontres Territoriales du Grand-Ouest : 25, 26 et 27 juin 2024*

Durant trois jours les Accorderies du Grand ouest : Limoges, Nantes, Surgères, St Gilles Croix de Vie, Montpellier, Poitiers, Biarritz, Agen furent présentes à Canéjan accompagnées de certaines salariées de leurs Accorderies et de membres du Réseau des Accorderies de France.  
Durant ces journées, des ateliers, des moments conviviaux et des repas pensés, achetés et préparés par l'équipe extraordinaire de Canéjan qu'on ne remerciera jamais assez !



## Nos événements



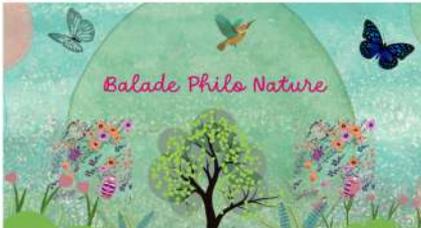
### La p'tite sortie à Arcachon

Pour immortaliser cette belle journée ensoleillée à Arcachon, Elizabeth nous a donné trois mots : solidarité, joie et bonheur ! Ce fût un vrai plaisir, prête à recommencer l'année prochaine.

Au programme de cette journée : pique-nique et balade au parc Mauresque, baignade rafraîchissante dans le bassin. Enfin, nous avons mangé une bonne glace pour terminer la sortie sur une petite note de gourmandise !

### L'Accordinerie en mode pique-nique du mois de juillet !

Le premier **pique-nique** de cette année 2024 a eu lieu mercredi 31 juillet dans le local de l'Accorderie . Pour bien terminer le repas et pour digérer des jeux de société et un molky ont amusé petits et grands ! Ce fût une journée très sympathique.



### Les balades philo

Les **balades philo** sont des invitations à échanger de façon ludique et sensorielle à propos de thèmes donnés : humer, toucher, écouter, ressentir le vivant autour de nous pour la balade nature par exemple.

Autre proposition : la balade philo en chansons où nos tubes préférés vont nous donner matière à réflexion dans la bonne humeur, l'occasion peut-être de se laisser aller aussi à fredonner. Je marche, donc je pense disait Michel Serres. Aligner un pied devant l'autre facilite le déploiement de la pensée et de la parole ; on passe aussi un bon moment ensemble !



### La méditation guidée !

**Biiiiing !!!**

L'atelier reconnexion peut commencer.

Grâce à la méditation guidée animée par Stéphanie le corps et l'esprit sont en symbiose.

Laissez vous guider par ses instruments vibratoires pour un voyage intérieur.



# A vous les Accordeur.e.s *Ah les échanges, c'est le moteur de notre Accorderie !*



Allô, pouvez-vous héberger quelqu'un durant les **Rencontres Territoriales** ?  
30 personnes ont accepté et ce furent des échanges conviviaux qui créèrent un lien amical.



Ah... **le ménage** ! Zut alors, j'en fais assez chez moi pour ne pas avoir envie d'en faire ailleurs.

Nous sommes toutes et tous pareils, les corvées, zut !



Voici 4 raisons qui m'ont donné envie de m'impliquer dans cette tâche ingrate et qui pourraient vous aussi vous donner envie :



lors de mon adhésion, je ne savais pas bien quelle compétence apporter aux échanges d'heures, celle-là, c'était facile et ça l'est toujours... et Aurore avait besoin d'aide,



là aussi nous sommes toutes et tous pareils, nous aimons nous retrouver dans un lieu globalement propre plutôt qu'un local globalement sale. C'est juste une question de mieux-être,



nos salarié(e)s, stagiaires et alternant(e)s ont le droit de travailler dans un environnement correct, nous devons raisonnablement exercer nos responsabilités d'employeur,



notre local (assez exceptionnel si on le compare à d'autres Accorderies !) est l'un des éléments majeurs de l'aide de la commune de Canéjan : il est mis gracieusement à notre disposition. Le moins qu'on puisse faire est de l'entretenir correctement.

Alors évidemment on **cherche quelques complices** pour le "globalement propre" parce que pour le "globalement sale" nous sommes toutes et tous complices !!

*Annie, accordeure*



**Au secours, le Pôle Numérique !!!**

Mon téléphone va être bloqué, plus possible d'échanger avec les ami.e.s et l'Accorderie : pas de soucis amène le on va t'arranger ça.

Aussitôt dit, aussitôt fait.



*Et toi, comment as-tu connu l'Accorderie ?*



Je m'baladais sur l'avenue du Bourgailh  
J'avais envie de dire bonjour à n'importe qui  
N'importe qui et ce fut toi, l'Accorderie  
Il suffisait de te parler, pour t'apprivoiser

A l'Accorderie, je m'y suis inscrite  
Au soleil, sous la pluie, à midi ou à minuit  
Il y a tout ce que vous voulez dans ma causerie.  
Bienvenue dans mon club Ciné !



Je me promenais dans Canéjan quand je  
vis de la lumière dans l'ancienne école du  
Bourg, je m'approchais et découvris un  
monde convivial peuplé d'échanges :  
l'Accorderie.

Cela m'a plut et 10 ans plus  
tard j'y suis encore.



## Et pour terminer le d'ACC !

De Juillet à septembre...longue période c'est le moment propice à la réflexion. Le mois de juin fut dense, peut être un peu trop pour notre association et ceux qui s'impliquent à son organisation...

A l'Accorderie il n'y a pas d'adhésion, des dons, des appels à projet avec de gros dossiers à remplir et plein de bonne volonté et de travail, de personnes dévouées pour que ça fonctionne !

Il y a aussi une notion d'appartenance, d'existence du lien qui nous unit au groupe des Accorderies du Grand Ouest et du Réseau National sur différents plans : ceci donne beaucoup de travail.

Si l'on considère ...pour ne citer que les « grosses rencontres » de cette année le marché de Noël, la journée de l'ESS, la fête de la musique, le printemps du Bourgaillh, les forums, les vide dressing, "Atout'Age", les rencontres territoriales... avec presque à chaque fois des courses à faire, des repas à organiser, préparer, puis nettoyer et ranger...on imagine qu'il faut des personnes impliquées et disons le dévouées !

L'action de se dévouer, selon le Larousse c'est de se mettre à disposition, de servir. Le dévouement par contre c'est faire abnégation de soi, et cela mentionne la notion de sacrifice.

On se rend compte que sur près de 500 personnes une vingtaine maximum d'accordeur.e.s se sentent concerné.e.s et que la moitié se dévoue.

On peut imaginer la lassitude entraînée, la tristesse, l'énervement...car il faut assurer !

Des solutions ? Il y en a certainement il faut que les accordeur.e.s osent s'investir et puis il faut aussi ...ah le vilain mot de la reconnaissance !

Comment manifester cette reconnaissance ? Un mot, un merci, un bisou, et « en quoi puis je t'aider, » il faut oser demander, se proposer « se sentir équipe ».

Ne nous voilons pas la face, il faut un turn-over important sinon l'Accorderie disparaîtra et ce sera bien triste !

Alors en avant l'investissement humain pour les prochains forums associatifs et le LOTO qui s'annonce, osez, vous verrez on est heureux de s'être impliqué et de se coucher fatigué ! À bientôt !

*L'Accordeur masqué*



## Quelques petits souvenirs d'enfance !

Dans les années 50, quel bonheur le dimanche de prendre un bain. On installait une grande bassine dans la cuisine, on mettait les enfants dedans et à l'aide d'un broc on les arrosait.  
Un vrai plaisir !

Oh que ça m'agaçait ce chien couché dans son panier, choyé par sa maîtresse alors que la fête battait son plein, personne ne faisait attention à moi on ne voyait que le chien. Une idée me vint je pris le toutou dans mes bras et allais le cacher dans les toilettes ! Quel bonheur de voir la maîtresse affolée, personne ne sut où il était et je me gardais bien de me dénoncer.

C'était par une belle journée printanière, on fêtait mon anniversaire dans un zoo, tout se passa à merveille jusqu'au moment du dessert. Pour souffler mes bougies, je lâchais mes cheveux (ce serait plus joli sur les photos) et soufflais de toutes mes forces. Quand tout soudain une flamme s'éleva, mes cheveux prenaient feu !!! J'avais 8 ans mais je me souviens encore de ce monsieur qui bondit pour étouffer les flammes.

Lorsque je vois ce vieil ours noir à qui il manque un bras, je pense au bain qu'il a pris dans le puit du village où je le jetais : il fût repêché au seau par un voisin compatissant.  
Il lui fallu un bon mois pour sécher et en garda une peluche un peu défraîchie.  
Et vous, avez-vous toujours votre peluche ?

*Quelques petites photos !*

