

Lettre d'information mensuelle n° 234

Mars 2021

Nos titres en mars

- . Une nouvelle équipe de rédaction
- . Ré-adhésion 2021
- . La disparition de Jean-Marie Nougues
- . La bibliothèque et les ateliers de Beaubourg
- . La terre de Sommières, un don de la nature
- . 2021 un nouvel assureur pour la coordination
- . Compte rendu du Comité d'Animation
- . Le SEL de Paris pratique

Le comité de rédaction est heureux d'accueillir deux nouvelles participantes

L'équipe est donc composée de quatre personnes :

Catherine 1543 mise en page et rédaction.

Dominique 2715 mise en page.

Eléonore 12 relecture et corrections.

Marie France 878 relecture et corrections.

Envoyez vos articles ou annonces à Catherine ou à Dominique au plus tard le 20 du mois.

Jean-Marie Nougues n'est plus...

Nous apprenons avec tristesse le décès de notre ami selyste. Il s'est éteint vendredi 12 février dernier.



Il fut adhérent n° 1467 pendant une dizaine d'années au SEL de Paris, puis il adhéra au Sel de Paname. Jean-Marie grattait sa guitare avec ses amis musiciens Robert et Claire pour notre plus grand plaisir. Nous nous souviendrons de ses talents musicaux qui créaient une joyeuse ambiance et nous faisaient danser lors de nos réunions, fêtes et Intersel

Renouvellement de l'adhésion 2021 Avant le 15 mars 2021 pour faciliter le travail administratif

Le montant annuel des cotisations 2021 a été modifié par l'AG du 03/10/2020 :

8 € Option Internet

Vous consultez le programme <http://lest.seldeparis.org/> et vous téléchargez vous-même les documents mensuels : le catalogue et le bulletin «La Voix des Piaffeurs».

12 € Option retrait

Vous choisissez de retirer le catalogue et le bulletin "La Voix des Piaffeurs" à l'une de nos permanences ou RV mensuel.

27 € Option envoi

Vous préférez l'envoi du catalogue et du bulletin «La Voix des Piaffeurs» par la poste.

**Envoyez vos chèques à la MVAC du 20^e
SEL de Paris 18 rue Ramus 75020 Paris**

La bibliothèque Beaubourg est ouverte

Malgré le couvre-feu, la Bibliothèque publique d'information à Beaubourg est

ouverte de 11H à 17H

sauf le mardi jour de fermeture.

On peut y entrer librement à partir de 15H30 ou sur réservation. L'entrée se fait par la rue Beaubourg.

En plein centre de Paris

Métro Rambuteau, Hôtel de ville ou RER Châtelet-les Halles

Vous pouvez venir y voir un film, une méthode de langue, lire un livre, une revue, écouter de la musique, jouer du piano, participer à un atelier...

A Beaubourg
Conditions d'accès pendant
la crise sanitaire

De 11h à 15H30

Vous pouvez réserver votre
place à la BPI

Il suffit d'aller sur le dossier
conditions d'accès pendant la
crise sanitaire
et de cliquer sur

[https://www.bpi.fr/comment-reserver-
votre-place-a-la-bpi/](https://www.bpi.fr/comment-reserver-votre-place-a-la-bpi/)

Si vous possédez un smartphone un
ordinateur avec imprimante
vous pouvez présenter votre
confirmation de réservation

Si vous n'avez ni l'un ni l'autre venez
après 15H30 pour retirer une
réservation au bureau d'accueil le jour
de votre choix

Les ateliers numériques de
Beaubourg en mars

Apprendre à utiliser votre
ordinateur et internet

Au 3^e étage de la bibliothèque

A 15h les 8, 10, 12, 22, 25 et 29 mars

On peut y participer soit le jour
même en s'inscrivant au
bureau Droit

au 3^e étage de la Bibliothèque
soit en réservant sa place
au minimum 8 jours
avant la date de l'atelier

Les ateliers déclics informatiques
de Beaubourg en mars

Demander de l'aide pour utiliser
votre smartphone ou votre tablette

Au 2^e étage de la bibliothèque

A 15h les 17, 31 mars

Devant le bureau autoformation
Et bien d'autres activités que l'on peut
découvrir en consultant l'agenda de la
bibliothèque

<https://agenda.bpi.fr/>

Ravive l'éclat du linge. La terre de Sommières ravive les couleurs et le blanc du linge. Remplissez une bassine d'eau chaude et mettez une cuillère à soupe de terre de Sommières. Mélangez pour diluer. Faites tremper le linge pendant 1 à 2 heures et lavez-le ensuite à la machine avec un programme normal.

Élimine les taches de bougie. Un petit dîner romantique aux chandelles et bigne... Une belle tâche de bougie sur la nappe! Premier réflexe: enlevez le plus de cire possible avec une spatule en bois. Puis posez une feuille de papier absorbant ou un buvard sur la tache et passez un fer à repasser légèrement chaud dessus. La cire va fondre à nouveau et l'essuie-tout va l'absorber. Puis mettez de la terre de Sommières dessus. Laissez agir toute la nuit. Le lendemain, brossez les restes de la tache et aspirez tous les résidus qui se sont décollés.

Nettoie le matelas. Les matelas sont de véritables nids à acariens et le lieu de taches tenaces, comme des taches de sang. Pas facile à nettoyer ! C'est le moment d'utiliser de la terre de Sommières pour faire un nettoyage à sec. Saupoudrez la terre de

Sommières sur le matelas puis laissez agir pendant 5 min minimum. Ensuite, brossez énergiquement. Utilisez une brosse de ménage pour broser le matelas en profondeur. Il ne reste plus qu'à passer l'aspirateur. C'est la solution idéale pour éliminer une tache tenace. Si ensuite, vous voulez ajouter une action désinfectante, mélangez 5 gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé à 250 g de bicarbonate dans un récipient. Saupoudrez le mélange sur le matelas et laissez-le agir pendant 1 h. Ensuite, passez l'aspirateur et recommencez toute l'opération sur l'autre face du matelas.



Enlève les taches de vin.

Le vin rouge, sur un vêtement, une nappe blanche, ça ne pardonne pas. Il existe une astuce de grand-mère efficace peu connue pour l'enlever même sur du lin! Il suffit de saupoudrer la terre de Sommières sur la tache. Soyez généreux : il faut que toute la tache soit bien recouverte. Puis laissez agir 3 heures et retirez la poudre avec une brosse. La terre de Sommières absorbe la grande majorité de la tache. Il ne reste plus qu'à passer votre linge à la machine.

Nouvelle assurance de la coordination des Sels Ile de France

L'AG de la coordination a validé la résiliation du contrat de la MACIF au profit de la MAÏF.

Désormais, en plus des salles de réunion, les échanges entre adhérents seront assurés.

Privilégiez la comptabilité sur Lest pour vos prochains échanges

Validez votre bon d'échange directement sur Lest

Le mode d'emploi est sur le site
www.seldeparis.org

Vous n'avez besoin que de
votre numéro d'adhérent et de votre
mot de passe

Le SEL de Paris pratique

Attention les rencontres, BLE, ateliers et permanences des MVAC sont suspendus

Les bons usages au SEL de Paris

- **Lorsqu'un(e) seliste n'a pas prévenu d'un contretemps au moins 24 h à l'avance** et qu'il/elle ne se rend pas au rendez-vous convenu avec un/une autre seliste, il/elle dédommagera ce/cette dernier/ère de 100 piafs forfaitaires (C.A. d'octobre 2013). Un membre du C. A. administrateur sur Lest fera les opérations de débit et de crédit.
- **Le SEL de Paris décline toutes responsabilités** liées aux échanges d'alimentation, de cosmétiques et de tous produits pouvant avoir un impact sur la santé.
- **Le C.A. confirme que chaque seliste** souhaitant utiliser l'ordinateur l'imprimante ou la photocopieuse dans une MVAC doit d'abord s'adresser au (à la) correspondant(e) de cette MVAC. Notez que l'utilisation des MVAC est un service que la Ville de Paris offre aux associations, donc à utiliser avec respect et modération.
- **Les selistes qui font un long déplacement** afin de rendre service peuvent demander la rétribution de leur temps de trajet aller-retour et le remboursement de leurs éventuels frais de transport. Ils /elles doivent obtenir l'accord de l'autre seliste avant l'échange.

Participez aussi à «LA VOIX DES PIAFFEURS »

Envoyez avant le 20 du mois vos articles, témoignages, propositions d'ateliers, etc. à Catherine et Dominique.

Pour vous inscrire sur la Liste de diffusion du SEL de Paris

Envoyer un courriel à seldeparis+subscribe@googlegroups.com et préciser vos nom et n° d'adhérent/te.

de la Coordination des SELs d'Île-de-France

et recevoir les messages des SELs environnants, envoyez un courriel en indiquant vos nom, prénom, SEL, n° d'adhérent/te à coordinationselidf+subscribe@googlegroups.com.

Rencontre et Blé le 1^{er} samedi du mois
10 à 13 h : **Bourse Locale d'Échange** (BLE), diffusion du catalogue et de la VDP, remise des bons, secrétariat, le compte-rendu de CA imprimé y sera disponible.

11 h. 30 : Réunion locale pour les nouveaux/elles adhérents/tes.

13 à 14 h : **Repas partagé.**

14 à 17 h : **Réunion du Conseil d'Animation** ouverte à tous les adhérent/tes à jour de leur cotisation.

Merci de ranger la salle avant votre départ

Les ateliers de la salle Jean Aicard

Paris 75011

le 3^e samedi du mois en alternance

- **Atelier découverte à 14 h.**

Thèmes à choisir

- **Atelier RÉPAR'SEL de 10 h 30 à 14 h.**

Repas ensemble à 13 h.

Courriel : reparsel@seldeparis.org

Permanences dans les Maisons de la Vie Associative et Citoyenne

MVAC du 18e

2^e mardi du mois de 15 à 18 h 15
Passage Ramey M° Jules Joffrin

MVAC du 20e

2^e samedi du mois de 10 h 30 à 13 h 30
18 rue Ramus M° Gambetta

MVAC du 14e

Un mardi par mois de 14 à 17 h
22 rue Deparcieux 75014 Paris M° Gaité

Coordonnées du SEL de Paris

Adresse postale :

MVAC 20

18 rue Ramus Paris 75020

www.seldeparis.org

contact@seldeparis.org

Téléphone/répondeur informatif
du calendrier des rencontres :

07 68 92 97 28