



LE TROCSELLOIS

Journal du Troc Sel de Castres

Maison des Associations — Place du 1^{er} Mai — 81100 CASTRES

Courriel : troc-sel.castres@laposte.net

Site : <http://www.trocselecastres.fr>

N°19 / Mai 2016

.....*La chronique du garde-champêtre ...*

.....*Agenda Troc Sel*



Oyez !
Oyez !

Prochain Conseil d'Animation :

27 Mai à 20h 30

Lieu : Les ATELIERS rue Mériqonde à Castres

Ouvert à tous .Amener vos idées

Contact : Mireille N° 234

Il est rappelé que les échanges au sein de TrocSEL font intervenir une « mémoire d'échange » quantifiée par des « grains de sel » .

Ceci est acté pour les échanges de services .

Pour les échanges de biens, la tentation est forte de faire intervenir des Euro. Dans ce cas on n'est plus dans le cadre du SEL

Le CA ..

Dimanche 22 Mai : *Enorme vide fringue*

Marie-Claude et Jean-Jacques (n°2) organisent chez eux, un vide fringue ainsi que quelques meubles en troc.

Lieu: 274 avenue de Lautrec à Castres



Organisation:

11 h à 17 h : vide fringue en continu. Plus de 1000 vêtements et chaussures sont à troquer,

12 h 30 à 14 h: pose pour partager un repas tiré du sac

(Voir programme de la journée en page 3)



...*Bienvenue aux Nouveaux*

Sébastien (N° 393)

Offre : Reiki - Conseils en gestes et postures - Remise en état et réglages vélos - Petits bricolages - Initiation au modélisme radio commandé - Réalisation de caisses à savon et drift trike - Initiation vélo et tricycle couché



demande : cours de cuisine et des conseils en perma-culture

Dimanche 12 juin : *Journée astronomie*

à l'observatoire de Montredon-Labessonnié

Au menu:

- Astronomie et activités diverses ;
- 12 h à 13 h: repas partagé, tiré du sac, à l'abri dans une salle si mauvais temps (n'oubliez pas de prendre vos couverts)
- La journée se clôturera par un lancer de fusée !
(voir article page 2)



Dimanche 26 juin: *Intersel départemental à Castres*

Cet intersel est co-organisé avec le Sel d'Albi

Lieu: Les ATELIERS , rue Mériqonde à Castres

Conférence gesticulée sur le thème du « Revenu de base » avec la participation de Gérard Foucher auteur du livre: « Les secrets de la monnaie »



(Voir programme de la journée en page 4)



Rédaction:

Marie-Christine BADENAS (TS n°3)

Mise en page:

Christian BLAISE
(TS n°143)



Tous les Samedi : 11h à 12h

Rencontre et convivialité entre SEListes au café des arcades



♥ **Tous les jeudis** de 18h00 à 19h00 :

Permanence à la Maison des Associations de Castres.

Si vous souhaitez discuter, faire part de vos idées ou vous informer sur la Route des SEL ou toute activité des SEL, venez nous voir.



LE TROCSELLOIS



Vie de Troc SEL

*Journée du 12 juin à Montredon Labessonnie
Organisée par Marie-Christine (TS N° 3)*

Planning

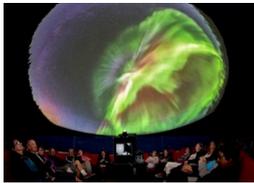
- 9 h 30 à 10 h accueil
- 10 h précise Astronomie
- 12 h à 13 h repas partagé, tiré du sac, à l'abri dans une salle si mauvais temps (**n'oubliez pas de prendre vos couverts**)
- 13 h à 14 h 30 atelier fusées ou cadrans solaires, animation pour ceux qui n'ont pas retenu cette option.
- 14 h 30 Astronomie
- Fin d'après-midi lancer de fusée !

Contenu du programme

*Astronomie « Merveilles et légendes du ciel » Planétarium

Visite de l'observatoire, présentation du cadran solaire et observation du Soleil (si le temps le permet, sinon

conférence/
questions-
réponses
sur le thème
du Système
Solaire),



puis dans la salle de planétarium, placée dans l'obscurité, l'animateur-astronome vous fera découvrir l'étoile Polaire, les constellations circumpolaires ainsi que les constellations de saisons, cette présentation est agrémentée de légendes anciennes associées à ces figures célestes et de nombreuses images et vidéos sur tout le ciel (c'est-à-dire à 360°).

*Atelier : Fusées hydropneumatiques

A partir de deux bouteilles de plastique, vides, ayant contenu des boissons gazeuses (eau, sodas, limonades), vous réalisez chacun votre fusée. Avec l'aide des accompagnateurs pour les plus jeunes.



Au programme, découpage, pliage et collage. Une fois construite, la fusée est peinte selon les goûts de chacun. Enfin, le moment le plus attendu, le lancement. Ces fusées fonctionnent sur le principe d'action/réaction, expliqué simplement. Un peu d'eau, du muscle pour envoyer de l'air sous pression et la fusée est prête à décoller.

La fusée atteint près de 180 km/h dans les premiers mètres et son vol peut culminer à près de 70m. Vous repartez l'engin ainsi qu'un souvenir inoubliable : « faire de la science en s'amusant ».

*Atelier Cadrans Solaires :

Les participants après avoir découvert quelques notions de base et discuté avec le médiateur scientifique, construiront chacun leurs cadrans solaires et apprendront à les utiliser, 2 cadrans différents seront construits un simple et un plus complexe



Tarif

Astronomie : /

- 13 ans et plus : 7€
- moins de 13 ans : 5€

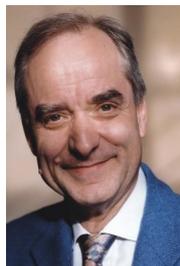
Astronomie et atelier : 12 €

Inscription

Inscription auprès de TrocSEL (05 63 51 15 57) pour réserver la place et l'inscription sera confirmée avec le versement du montant de la participation (TrocSEL maison des associations, place du premier mai 81100 Castres). Possibilité de venir sur place au dernier moment en fonction des places disponibles.

Marie-Christine TS N°3

Mort le 14 mai 2016 d'André BRAHIC, astrophysicien Français découvreur des anneaux de Neptune en 1984 Responsable du programme Cassini-Huygens, (qui a envoyé une sonde pour explorer Jupiter) il affirmait que voir Jupiter c'était une manière d'améliorer sa connaissance de la terre ...Christophe Colomb, dont les voyages ont permis de repousser la ligne de l'horizon au-delà du monde connu et de resituer l'être humain sur sa planète et l'exploration des planètes géantes par Voyager et Cassini sont deux tentatives de



répondre aux questions suivantes : Qui suis-je ? D'où viens-je ? Existe-t-il d'autres êtres vivants? Où allons-nous ? (« *Je suis moi, je viens de chez moi et j'y retourne* », répondait Pierre Dac).

André BRAHIC laisse une bonne nouvelle : « *si les perspectives à court terme de notre planète sont un peu contrariées, en revanche les perspectives à long terme sont exceptionnelles, elles nous enseignent que nous ne sommes qu'au début d'une aventure fabuleuse dont le meilleur est encore à venir....* »

Conteur extraordinaire il est l'auteur de « *De feu et de glace* »
Source CCLJ recherche



LE TROCSELLOIS



. Vie de Troc SEL

Quelles propositions

Témoignage

Nous étions seulement dix (neuf sur la photo + Nicole (n°382) la photographe) à partager le repas le dimanche 10 avril à la MJC Les Salvages.



Nous en avons profité pour discuter avec convivialité autour d'une grande table "familiale".

L'après-midi, la B.L.E. a vu arriver quelques personnes supplémentaires; les échanges ont bien fonctionné. Claudine a défilé pour mettre en avant certains accessoires.



Nous avons passé une très bonne journée émaillée de petits moments complices.

Mireille (n° 264)

Merci pour les encouragements

Merci pour le nouveau journal toujours aussi plein d'infos.



Nous allons sortir nos plumes d'oie et nos encriers pour écrire de nouveaux articles cordialement

ERIC (n° 15)

Le vide fringue

Chez Marie-Claude et Jean-jacques (Ts N°2)

Marie-Claude et Jean-Jacques (n°2) organisent chez eux, un énorme vide fringue ainsi que quelques meubles en troc.

De 11 h à 17 h vous serez accueilli au 274 avenue de Lautrec à Castres.

Le vide fringue sera en continu avec une pose entre 12 h 30 à 14 h pour partager un repas tiré du sac (n'oubliez pas de prendre vos couverts).

Plus de 1000 vêtements et chaussures sont à troquer, aussi il y en aura pour tout le monde, se précipiter pour être le premier n'est donc pas nécessaire. S'il y a trop de monde en même temps, un tirage au sort par numéro sera mis en place pour monter au grenier.

Marie-Claude et Jean-Jacques se sont mis en 4 pour organiser et tout ranger, aussi ils vous demandent de remettre sur les cintres ce que vous ne prenez pas pour que les suivants trouvent l'espace aussi accueillant que vous l'avez trouvé !!!

En même temps vous pourrez voir la présentation des objets réalisables dans les futures activités que Marie-Claude organisera : trapilho, fleurs, bijoux, perles, tricot etc.

Marie-Christine Ts N°3



Le trapilho qu'es aco ?

Pour faire du Trapilho il suffit d'avoir un crochet, ou bien des aiguilles, des vieux t-shirts à recycler et on peut faire de belle chose



N'est-ce pas chic ?



LE TROCSELLOIS



Vie de Troc SEL

Intersel Départemental

Le 26 juin 2016

L'invité

Gérard Foucher est né en 1954 à Boulogne-Billancourt. Il passe son enfance à Paris, puis son adolescence à Reims. Il se passionne pour le théâtre alors qu'il est encore élève au lycée. C'est là qu'il fera ses premières armes d'acteur avec les classiques du répertoire.

Il entre ensuite à la Faculté, où il fait des études d'Anglais et de Droit. Pour son premier job, il décroche un poste de chef de projet à l'Agence Havas de Reims.

Au début des années 80, marié et père de deux enfants, il quitte tout et décide de concrétiser ses rêves de liberté et de voyage : il construit un voilier, et, après deux années de préparation, il part courir les mers, emmenant avec lui sa petite famille. Pendant une dizaine d'années, ils navigueront de la Côte d'Azur aux côtes d'Afrique, puis aux Caraïbes.

En 1990, Gérard Foucher revient en France, s'installe en Bretagne, et crée deux entreprises : une maison d'édition et une société de fabrication de parcours sportifs. Parallèlement, il étudie le fonctionnement des marchés boursiers, puis conçoit et distribue des systèmes automatisés de trading.

En 1996, il écrit un livre précurseur sur le futur d'Internet (Ed. First), puis en 1997, il revend ses activités commerciales et décide de revenir au théâtre.

Après une formation à la mise en scène et au jeu de l'acteur avec entre autres Peter Mollineaux en Irlande, et Bernie Hiller, Valéry Rybakov et Audi Ferran à Paris, il crée en 1999 son propre atelier d'acteurs, puis devient producteur et professionnel du spectacle. Il réalise de nombreuses mises en

L'intersel départemental aura lieu aux ATELIERS rue Mériconde à Castres

Cet intersel est organisé conjointement par le Sel d'Albi et TrocSEL.

Planning :

- 9 h 45 accueil
- 10 h précises Une conférence « gesticulée » animera un débat sur le thème du revenu de base avec Gérard Foucher « Les secrets de la monnaie »
- 12 h 30 repas partagé tiré du sac (pensez à apporter vos couverts)
- 14 h BLE et animations diverses proposées par les sellistes.

scène, ainsi que plusieurs films dont un long métrage.

Parallèlement à sa carrière artistique, il est très actif au niveau humain et politique, sur les réseaux sociaux comme dans la vie réelle. Depuis plusieurs années, il défend ardemment, à travers ses publications et ses différents blogs, les valeurs humaines de la liberté, de la non-violence et des droits universels.

Depuis 2008, il s'intéresse en particulier à l'analyse des causes profondes de la crise économique. Ses recherches l'amènent à devenir un spécialiste de la monnaie et des mécanismes de création et de distribution monétaires.

Il publie (juillet 2013) le livre *« Les Secrets de la Monnaie – Changer la monnaie pour changer le monde »*. Il parcourt actuellement la France et l'Europe pour en diffuser les conclusions à travers un cycle de conférences-débats et de « conférences gesticulées ».

Gérard Foucher réside à Paris, il est membre de la Société des Auteurs Compositeurs Dramatiques

et de l'International Thespian Society.

Son site:

<http://gerardfoucher.com/>

Point de vue d'une internautes:

« Gérard Foucher met le doigt sur la vraie raison de la crise actuelle économique, financière, sociale, environnementale et – last but not least – démocratique est le système monétaire privé de dette. La solution est très simple: Rendre au pouvoir public le droit de « créer », d'émettre de l'argent. Pour plus d'information je propose le petit livre on-line « Penser autrement »



Marie-Christine Ts N°3



Conférence « les secrets de la monnaie » Toulouse 17/09/2013

https://www.youtube.com/watch?v=cNKrlT74o_4



LE TROCSELLOIS



Coin du lecteur

Récolte de sève de bouleau.....par Marie-Agnès (TS N° 369)

Le lundi 21/03

Quatre sellistes étaient présents pour participer à la démonstration concernant la récolte de printemps, de sève de Bouleau. Cette opération peut se faire chaque année au moment où la première sève monte et irrigue l'arbre. Elle est très claire et ressemble à de l'eau, bien que très légèrement sucrée et pleine d'oligo-éléments. Pour plus de détail sur les propriétés consulter internet. La période choisie se situe aux alentours de la lune croissante de mars un peu avant ou un peu après suivant les années.

Difficile de trouver des bouleaux dans la nature sauvage autour de Castres. Impossible de poser nos bouteilles pour récolter la sève au milieu du golf de Gourgeade ou plusieurs bouleaux ont été plantés. Impossible aussi de nous inviter chez des particuliers que nous ne connaissions pas, uniquement parce que trois magnifiques bouleaux trônaient dans leur jardin. Nous sommes donc allés chez une amie à St Amans qui nous a gentiment accueillis pour me permettre de montrer comment procéder.

Le mardi 22/03,

Deux sellistes qui n'avaient pas pu venir nous ont rejoints pour assister à la levée de la bouteille placée la veille. .

Les amis qui nous recevaient ayant prélevé depuis quelques jours de la sève, chaque participant a pu repartir avec une petite bouteille de sève .

Ce furent deux excellentes journées ensoleillées.

Marie-Agnès (TS N° 369)

Un peu de technique

Matériel nécessaire

- 1 bouteille plastique (ou 1 jerrican pour les plus audacieux) fermée par un bouchon percé d'un trou correspondant au diamètre du tuyau utilisé pour recueillir la sève. (Faire un petit trou sur le côté pour permettre à l'air de s'échapper de la bouteille au fur et à mesure du remplissage)
- 1 perceuse sur batterie et 1 mèche de 8 à 10cm de diamètre en rapport avec la grosseur du tuyau.
- 1 ficelle

On perce un petit trou dans le tronc du bouleau à environ 1 m du sol jusqu'à ce que la sève commence à suinter (quelques mm seulement)



On enfonce un bout du tuyau dans le trou, qui doit être bien ajusté pour que la sève ne coule pas en dehors du tuyau. L'autre bout est enfoncé dans le bouchon percé.

On stabilise la bouteille avec une ficelle passée autour du tronc.



La sève va s'écouler goutte à goutte dans la bouteille. Il faut suivant les cas 24h à 48 h pour remplir une bouteille de 1litre1/2.

Lorsqu'on retire le tuyau enfoncé dans l'écorce du bouleau, il faut refermer soigneusement le trou afin que la sève ne continue pas inutilement à couler. Pour cela on va choisir un petit bout de branche qui s'ajuste exactement et on l'enfonce de manière à occluser le trou

Marie-Agnès (TS N° 369)

Recette de la bière de bouleau

Ingrédients:

16 tasses	Rameaux de bouleau à papier ou son écorce intérieure ou mélange des deux	4 litres
4 Gallons	Sève de bouleau	16 litres
16 tasses	Miel	4 litres
1 sachet	Levure à bière	
1	Pot de grès ou casserole de 25 l	

Préparation:

- Dans le pot de grès ou la grande casserole, mélanger la sève, les rameaux et l'écorce interne. Amener à ébullition.
- Ajouter le miel, bien mélanger et retirer du feu.
- Laisser refroidir et filtrer. Si on a utilisé une casserole, on peut, à ce stade-ci, transvaser la préparation dans un seau en plastique.
- Ajouter la levure à bière. Bien mélanger. Couvrir d'un morceau de plastique sans fermer hermétiquement. Laisser la mixture travailler environ une semaine.
- Embouteiller et garder au frais et au sec. Selon les conditions de conservation, cette bière pourra se garder environ un an. Une fois la bouteille entamée, elle se garde un mois au réfrigérateur.

Passeportsanté.net



LE TROCSELLOIS



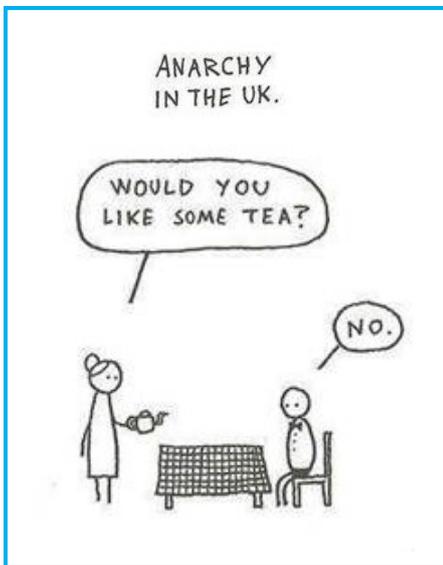
Et Vous comment ça va?

Enfin une explication



Voilà pourquoi se sont toujours les mêmes qui sont plumés

Humour anglais



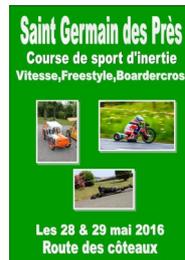
Que diraient les anglais des actions de NUIT DEBOUT ?



Course de Sport d'inertie

Attention ça risque de décoiffer

Sébastien (n°393) vous invite à essayer des engins un peu particuliers. A l'occasion de la course de sport d'inertie le 28 et 29 mai à Saint Germain des prés venez tester une descente ou partie de descente en "drift trike" (tricycle de glisse).



Les sports d'inertie, ce font avec des engins sans moteur, de différentes catégories et de différents styles, de préférence folkloriques, qui sont destinés à être utilisés en descente. Sur certains engins, les roues arrières sont recouvertes d'un morceau de tube PVC leurs confèrents



une adhérence toute relative... Cela oblige les "pilotes" à devoir modérer leur vitesse de passage en virage, et leur donne l'occasion de "démontrer" leur agilité à gérer et contrôler le dérapage de leur engin...



Suivant le nombre d'inscrits à la compétition, un à deux descentes pourront être pratiquées,.... Cela ne pourra se faire, qu'en vêtements longs et résistants, avec chaussures fermées et casque !!

Le cheminement conduisant à la piste sera balisé à partir de l'église du village

Cette manifestation est entièrement gratuite pour les spectateurs !

Sébastien (n°393)

Caisses à savon.....redbull.com



.....La pensée du mois.....

L'expérience est un peigne que vous donne la vie quand vous êtes devenu chauve.

Bernard BLIER

