

# Bonjour à toutes et tous,

Ici Chachat pour la Niouz de mai ! Ah quel plaisir de vous retrouver, retrouver l'ELFE, la bonne nourriture, les élans solidaires qui font de nous des créateurs de bonheur, nous rappeler que l'on fait parti du monde, et vice versa ... et puis un peu de fraîcheur et de pluie ça *change*

MAIS chacun-e sait que le temps d'attention d'un-e lecteurice de boîte mail est limité, malgré tout l'estime que je te porte, ô toi qui lis.

Si il devait y en avoir qu'UNE !! Info importante ! c'est celle ci :

**LA CONVOCATION à LA JOURNÉE "SUPER BÉNÉVOLE"**

**LE 23 MAI AU GRAND VALET à MAURON À PARTIR DE 9H30**

*C'est pas qu'tu veux pas mais tu ne sais jamais où vider la poubelle ?*

*Le principe de l'achat aidé c'est super mais comment on remplit la fiche ??*

*Cette maudite marche arrière nous cache t elle des secrets ???*

Tu te crois seul-es avec tes doutes et tes questions alors que nous sommes des milliers dans le même cas !!!

**Envoyons nos questions à l'avance !** Par mail avec pour objet " questions journée super bénévole" / dans le cahier collégiale sous la caisse du caravrac (il y a une page dédiée)

**Bénévoles, Tourneur-es, Habitueés, épisodiques, complètement débutant-es, envieux-se d'en être ...**

Oui Oui OUI : nous sommes **convoqués** ! dans la **joie** et la **bonne humeur**, pour APPRENDRE, ré-APPRENDRE, se souvenir, s'entraider, se former, et ainsi ....**pouvoir en former d'autres** <3

***Comme une plante dans un pot devenu trop petit : la bonne santé de notre association en dépend !***

**RDV 9h30 au café pour commencer à 10h - Au programme / non exhaustif :**

**1 / Technik'Elec'Méca**

**2/ Pratik'Matériel'Epicerie**

**3/ Administratif'Compta'Cahier d'heure Bénévolat et autres**

**4/ Sortie en marche arrière avec un encadrant spécialisé pour accompagnement individuel**

**PROMIS** cette journée se veut **SUPER SYMPA** et de fait : se former, ça l'est !!! On ressortira la tête pleine comme une caisse en fin de semaine, mais tellement *heureux* !

Cette journée permettra à Maeva d'effectuer la mise à jour du cahier du Super Bénévole, si c'est pas génial ?!

Le repas, goûter en mode "**Auberge Espagnole**", tu n'as rien dans les placards ?  
**viens quand même !**

**Important :** Personne ne fera ses courses au Caravrac ce jour là, le car sera un outil pédagogique uniquement !

## Les NIOUZ en VRAC du CAR

→ **Opération "Mondialisons comme des Abeilles"** : arrivage de Miel et de Tisanes du Jura, en quantité limité

→ **Le merveilleux Pesto à L'Ail des Ours** de Delphine est arrivé ! Jetons nous dessus : il y en a du frais au frigo, et du stérilisé dans les étagères ! Merci à la concocteuse c'est tellement délicieux ! Photo en lien kaz

→ **CBD local en tisane : certains sachets sont précommandés et d'autres peuvent être pris sur place dans le car** : merci d'être vigilant pour vos achats et pour la compta, de bien aller dans le menu 2 de la caisse enregistreuse, taper sur la case "art dp 19" et cocher soit sachets 5 grammes, soit sachet 10 grammes

## Prochaines rencontres des Elfe(s)

→ **Le samedi 18 mai à Iffendic** l'association Seb35 et nous-même nous retrouvons pour une **soupe pop'** sur leur porte ouverte, le programme est complet et engagé !

L'affiche est là à faire tourner laaAAagement dans vos réseaux (en PJ lien Kaz en bas)

**Soupe Pop'** : vos dons de légumes, surplus, glanage à déposer au Caravrac avant le marché d'Iffendic du 16 mai

Les bonnes volontés voulant bénévoler sont bienvenues ! Prendre contact

→ **Le 2 juin RDV aux JARDINS DE LA PEIGNIE à Ménéac (56) [Ici leur site web](#)**

Tu souhaites y être bénévole pour le Caravrac ? c'est super ! dis nous

Tu souhaites apprendre à faire des pizzas avec Cécile ? tu sais déjà faire et tu adores ? Tu n'attends qu'une occasion pour pouvoir mieux la connaître ? Génial ! dis lui : [c.fabiendavaud@gmail.com](mailto:c.fabiendavaud@gmail.com) / 06 77 99 53 86

## Notre Passé Proche a été plus que Parfait

→ **Big Up aux Pizzaiolo-La** (écriture inclusive italienne) **du 1 er Mai !!!**

Les Tas de Fêtes et les Vracœurs-cœuses ont réalisé **270** pizzas pour un bénéfice d'environ **1300€ !!!** cette somme sera partagée entre les activités des deux associations (aides aux migrants et caisse solidaire) ; une belle somme qui laisse entrevoir la belle émulsion humaine, Merci et Bravos ! En plus c'était bien bon (ndlr) !!

→ **Non sans lien** : le four de Pâtifôlage a été retapé : nouvelles tôles et améliorations. Il y a encore un peu d'ouvrage et le mois prochain il sera fini ! On nous a même promis une photo pour la niouz de juin ....

→ **La soupe pop' du mercredi 24 avril à Guilliers** a permis de récolter **148,65 e** en dons pour renflouer la caisse solidaire : merci à vous tou-te-s !

## Pratiques d'**autogestion** !?

→ **Prochaine collégiale au bar de Saint Briec de Mauron le Vendredi 7 Juin, après la fermeture du Caravrac.** Tout le monde est bienvenu, c'est aussi l'occasion de venir avec des sujets , des questions et...des infos pour la Niouz ;-)

→ **L'équipe Niouz accueille des nouveaux rédacteurs** en herbe, c'est sympa, pas trop prenant, et toujours mieux quand ça tourne ! ça permet de savoir plein de trucs et d'être utile sans s'abîmer les doigts sur le pommeaux de vitesse. Bienvenue à notre prochaine rencontre "Niouz" : Lundi 20 Mai de 12h à 14h chez Yann, Vaubossard, Concoret (annonces toi par SMS ou message vocal au 06 86 75 43 20)

→ **Quand vous avez une info pour la Niouz** ne tortillez pas : envoyer nous ça directement [niouzelfe@kaz.bzh](mailto:niouzelfe@kaz.bzh)

→ **Venons tousses le 25 Mai à la journée Super Bénévole !**

→ **Quelqu'un-e veille à ce que cette Niouz soit imprimée et mise dans le Caravrac**, mais on ne sait pas qui

→ **Sécurité Sociale Alimentaire (SSA)** : Jerry (Réseau Salarial à Rennes) demande à l'ELFE si nous sommes intéressé-es pour organiser une rencontre "Grand Ouest"? si ça te parle, envois un mail à [c.fabiendavaud@gmail.com](mailto:c.fabiendavaud@gmail.com), ou parles en :-).

## Encore des INFOS (→ l'autre sac du vrac)

→ Proposition d'Atelier Couture avec Sophie fabrication de sac à vrac à la Trinité Porhoët 07 69 86 48 48

→ **Le mot de Marie des Ateliers Damasio** : une jolie collaboration avec l'ELFE

→ **Proposition d'intervenir dans une soirée "SSA" et Démocratie Alimentaire le 21 mai prochain.** Il y aurait d'autres intervenants, l'occasion de rencontres et d'échanges, pas besoin d'être super calé : c'est aussi ça la démocratie après tout :-). Organisé par la Maison de la Consommation et de l'Environnement (MCE) à Rennes [leur site](#) Qui veut y aller ? Contacter l'ELFE !

## **Semainier des tournées** → <https://lelfe.org/les-tournees/>

→ **Pas de tournée le 25 Mai au Bois de la Roche**, pourquoi ? Journée du Super Bénévole pardi ! Repasses par la case départ !

**Tarifs actualisés** : pour éviter d'envoyer les boîtes mails, à demander à [lelfe@riseup.net](mailto:lelfe@riseup.net)

**Caisse solidaire** : montant affiché sur l'ardoise dans le car, environs 230€

**Porteurs de projet** : Chaque 2eme vendredi du mois à 17h45 à St Briec de Mauron, nous prenons un temps pour vous recevoir si vous avez un projet d'épicerie solidaire comparable. Merci de vous annoncer par mail

**[lelfe@riseup.net](mailto:lelfe@riseup.net)**

Pour finir une citation d'un autocollant de "[Chômeuse go on](#)" :

*"Un peuple sans président, c'est comme un poisson sans parapluie"*

Pensez à vous sentir heureux

Solidairement,

L'équipe de la Niouze