



# LE CANARD SALÉ

Feuille de contact du Juste Sel de Mettet  
Printemps 2013

**Sel'édito de Marie**, membre du SEL et coordinatrice du PCS

« En tant que membre du SEL, le SEL est pour moi, un groupe de personnes envieuses de se connaître, de proposer une aide, un savoir-faire, de partager des liens d'amitiés. Ma petite expérience est que lorsqu'on a essayé de faire un pas pour demander une fois un conseil, ou autre, cela donne envie de recommencer. Il n'est pas toujours évident de se lancer car on a peu de temps, on n'ose pas, on ne connaît pas les personnes avec qui on va avoir "à faire", le saut en vaut pourtant la chandelle ! »

« En tant que coordinatrice du Plan de Cohésion Sociale, le constat pour ce beau système d'échange local et bien d'autres projets, est la difficulté de pouvoir partager l'information vers les personnes qui pourraient bénéficier et participer au SEL. »

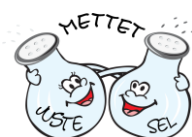
Il est pour moi, un système sur lequel on peut s'appuyer sans pour autant qu'il soit contraignant.

Il s'agit surtout d'y trouver de l'aide, de donner ce qu'on a à donner, d'y rencontrer des personnes qui ont le même état d'esprit, de créer des liens amicaux, tout simplement.

Je reste convaincue que le contact humain est et restera nécessaire. Nous ne sommes pas faits pour être des êtres seuls mais bien pour vivre en société. Le tout est de s'y sentir bien. Le SEL est un système qui plaît ou pas, à chacun ses choix. Pour ceux à qui il plaît, actuellement, je voudrais simplement dire, que nous restons à votre disposition pour écouter vos idées, vos besoins, vos freins à saler vos échanges.

**Le Juste Sel de Mettet - On a tous quelque chose à partager !**

[www.justesel-mettet.be](http://www.justesel-mettet.be)



# Le SEL en actions !

Le 15 avril 2013 : « Auberge espagnole » :

Symbole du partage et de la découverte.



**Fabriquer son pain,**  
une offre très demandée !

« Une belle étagère et un chouette moment partagé grâce au SEL! », c'est la bénéficiaire de l'échange qui le dit.



**Le Juste Sel de Mettet - On a tous quelque chose à partager !**

[www.justesel-mettet.be](http://www.justesel-mettet.be)



## Focus

(Petite Légende : M8= membre 8, M20 = Membre 20, etc.)

### Sur les offres « Découvertes »

- + Réflexologie plantaire (M12)
- + Techniques de libération émotionnelle (EFT) (M50)
- + Art floral (M51)

### Sur une offre et une demande « Ludiques »

- + Après-midi enfantine : raconter des histoires (M64)
- + Cours de magies (M13)

### Sur les offres de « co-voiturage ou de carpooling »

- + Courses à Mettet ou environs (M54 et M22)
- + Courses dans un Magasin Bio (Bois-de-Villers) (M30)
- + Aller-retour vers Loverval/Montignies-sur-Sambre (M12), sur Charleroi (M8), vers Namur (M35)

**Intéressé(e) ? Pas encore inscrit(e) ?**

**Connecté(e) à internet ou pas,**

**il est facile de faire partie du SEL ...**

**CONTACTEZ-NOUS ! VENEZ NOUS RENCONTRER !**

**Nos coordonnées et l'agenda des rencontres se trouvent sur la dernière page de ce document.**



## A votre agenda :

- ⊗ **Samedi 15/06/13 : SEL' petit déjeuner !**
- ⊗ **Dimanche 25/07/13 : Pique-nique au SEL**

Pour les lieux et les détails, vous recevrez une invitation si vous êtes membre du SEL ou en consultant le site internet <http://justesel-mettet.be> ou [www.mettet.be](http://www.mettet.be)

## Coordonnées du COCO

Les trésoriers : A. Pecheur : 0489/99.81.55 et R. Vandenberghe : 0473/25.30.46

Les secrétaires : M. Warnant : 071/71.04.51 (heures de bureau) et A. Bruno : 0478/39.68.94

Webmaster : M. Sletgen : 0497/37.47.14 - Le Canard Salé : S. Depraetere : 0499/41.46.85

## Les relais-village :

