



L'ÉCHO DU RÉSEAU



Février 2026 n°358

NOS RENDEZ-VOUS

Accueil Café Au Local Jules Verne

21 rue Jules Verne
14100 Lisieux

Tous les Matins
du Lundi au Vendredi
de 9h30 à 12h sauf les jeudis

Réunion d'équipe d'animation

Tous les jeudis à 9 h30
A la Salle Mozart
Sauf le 12 Février

Repas mensuel 12 Février

Poulet Basquaise
Gâteau à l'orange
Off : Fatima

Inscription auprès de Mylène
Au: 06 82 92 58 31 / 8€

14h30 Réunion - CSC

Bla Bla Café

3 Février
De 14h à 15h
à la Médiathèque

Compte Rendu de l'Assemblée Générale du Vendredi 30 janvier 2026

301 adhérents

61 présents et 21 représentés = 82 votes

Rapport Moral 2026 de la Présidente

Rapport d'activité 2025

Rapport Financier 2025

(Compte résultat 2025 - Bilan au 31/12/2025)

Budget prévisionnel 2026 présenté par le

Trésorier.

Perspectives 2026

Élection du bureau :

Présidente : 82 votes Marie-Thérèse Fournier

Vice-présidente : 77 votes Michèle Géhan

Secrétaire : pas d'élu

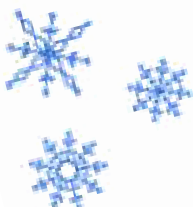
Trésorier : 80 votes Pascal Laigneau

**L'Assemblée Générale a voté le montant
de l'adhésion 2026 à 53€.**

*Si ce n'est pas encore fait, vous pouvez venir au
Réseau*

*tous les matins sauf le jeudi de 9h30 à 12h
pour régler cette adhésion.*

*Sans nouvelle adhésion avant fin février
vous ne recevrez pas le journal du mois de mars.*



Contacts : reseaulexovien@gmail.com 02 31 61 18 94 / 07 64 37 72 25



« Réseau Lexovien d'Échanges Réciproques de Savoirs »



RAPPORT MORAL 2025

Rapport Moral

Nous sommes le 30 janvier 2026 et il est encore temps de vous souhaiter à tous une bonne et heureuse année, année qui je l'espère apportera à chacun un lot de petits bonheurs, dans la sérénité et avec la paix. Je suis présidente de notre association depuis 2014, par conséquent en 2026, je dois vous présenter le 13ème rapport moral...

Alors j'avoue simplement que celui-ci est pour moi le plus difficile à transmettre.

Des multitudes de raisons valables ou pas...mais étant d'une nature à vouloir aller de l'avant, je fais l'effort pour qu'il soit positif, afin de continuer à renforcer les fondations ou de continuer à construire cette belle

association qui existe à Lisieux depuis 1987.

En 2025, notre ami Alain Dussaule, nous a subitement quitté. Il a été pendant des années un adhérent offreur et demandeur de savoir. Chantal Bressin a elle aussi disparue très rapidement, elle aimait particulièrement marcher avec des amis du Réseau. Lors du rapport d'activité 2023, je m'inquiétais déjà de la lourde organisation des échanges pour permettre aux demandeurs et offreurs de trouver toute satisfaction, mais on ne peut que se réjouir que les uns et les autres y trouvent des moments de bien-être et de satisfaction.

Je ne peux citer tous les exemples des échanges et le rapport d'activité vous fera le rappel, mais un échange danses de salon, a pu tout l'été bénéficier de la salle Mozart pour chaque vendredi après-midi faire un sirtaki ou un madison et ++++. Nous pouvons remercier la ville de Lisieux de nous avoir mis à disposition cette salle tant convoitée pendant tout l'été.

Cette année 2025 a été très difficile à vivre et pour moi, le terme bénévolat avait pris un autre sens et ne se faisait plus par plaisir. Le départ après plusieurs arrêts de travail de notre animatrice a laissé un peu à l'abandon l'organisation de notre association, surtout bien sur ce qui relève de l'administratif qui est de plus en plus lourd. L'équipe d'animation a fait le maximum pour pallier à toutes les difficultés et le sentiment était que nous n'avions pas besoin d'aide extérieure...heureusement, les difficultés s'étant accumulées, la nécessité s'est conclue par l'embauche de notre animatrice depuis le 15 décembre. Ouf !!! une animatrice d'expérience qui a déjà travaillé dans le milieu associatif et qui comprend très vite de quoi notre association a besoin pour une efficacité de réciprocité.

Vous allez me dire, "mais tu voulais partir", ce que j'entends souvent, oui, mais pas en abandonnant l'association. Je souhaite que cette année 2026, puisse permettre comme nous l'avons décidé en équipe d'animation de mettre en place une collégialité ou nommer des référents responsable de l'organisation des échanges comme nous l'avons fait en interne pour l'échange de FLE afin que l'an prochain nous puissions modifier les statuts et que cela fonctionne. Mais cette fois-ci plus de délai d'attente... ce sera ma dernière année.

En attendant, nous avons tous à cœur que les 301 adhérents de notre Réseau trouvent de la bienveillance, du bien être, ne plus souffrir de l'isolement, mais aussi que chacun s'engage dans la réciprocité : vous êtes demandeur, soyez offreur, vous êtes offreur, soyez demandeur. Comme vous le savez il n'y a pas de petit ou de grand savoir, chaque savoir est important.

Tout est important, l'organisation, les relations très importantes avec les partenaires : associations ou administration, alors sachons donner du temps de bénévolat, cela n'a pas de prix.

Nous allons vous présenter le rapport d'activité et le rapport financier. Puis comme il est de tradition dans notre association c'est vous qui votez la constitution du bureau et pour votre information le poste de secrétaire est vacant et disponible.

Je ne manque pas de vous proposer un proverbe sur la vie :

"Le meilleur moyen de se trouver est de se perdre au service des autres" Gandhi

Bonne assemblée générale et bonne soirée.

A l'issue de cette assemblée générale, un pot de l'amitié vous attend.

Marie-Thérèse Fournier

présidente

Pour intégrer un échange ou proposer un nouvel échange.

Nous contacter, pour une mise en relation 

Les lieux :

Réseau : 21 rue Jules Verne - 2eme Centre Hauteville Lisieux

Barbey : 6 square Barbey d'Aureville - 1er Centre Hauteville -

14ème - code interphone : 1142 , Lisieux

CSC : Centre Socio-Culturel CAF 1 rue Taunton -

Planning de Février

	Échanges	Horaire	Lieu	Date	Offreurs
LUNDI	Gymnastique	9h30 à 11h	Salle Mozart	Tous	Monique B
	Aquarelle (Complet)	14h à 17h	Réseau	Tous	Jacky C
MARDI	Marche	10h	RDV devant Spar	Tous	Nadine P
	Marche	9h30	RDV Parcours Sportif	Tous	Irène G
	Informatique	9h30 à 11h30	Local Barbey	3,10	Rémy F
	Plantes médicinales	14h à 16h	Local Barbey	Tous	Annick D / M-Thérèse B
	Informatique Base	14h à 17h	Réseau	3 et 10	Dominique L
	Espagnol confirmé / FLE	10h à 12h	Salle Rouge CSC	Voir offreuse	Christine Q
	Piscine	12h à 14h	Nautile	Pause	Michèle G.
	Aquarelle (Complet)	14h à 16h30	Mosaic, 1re salle	3,10	Jacky C.
MERCREDI	Yoga	10h à 11h30	Salle Poly CSC	4,11	Monique Blo
	Informatique Confirmé	9h30 à 11h30	Local Barbey	4 et 11	Dominique L
	Kirigami	14h à 17h	Réseau	4.18	Monique Bi
JEUDI	Réunion Équipe Animation	9h30	Salle Mozart	Sauf le 12	Ouverte à tous
	Marche	9h30	Parcours Sportif	Tous	Irène G
	Belote / Coinchée	14h	Mozart	Tous	Chantal C
	Ateliers créatifs	14h à 17h	Réseau	Tous	Michelle GU- Huguette D
	Scrapbooking	14h à 17h	Salle Mozart	5,19	Josiane C
	Couture	20h à 23h	Salle Rose CSC	5,12	Chantal F Michèle G
VENREDI	Marche	10h	RDV devant le Spar	Tous	Nadine P Mariannick A
	Généalogie	10h à 12h	Local Barbey	13 et 27	Isabelle Q
	Anglais Confirmé	14h à 16h	Local Barbey	6,20,27	Gisèle M.
	Danses de Salon Débutants	14h30 à 17h	Salle Mozart	Tous	Liliane R

Planning Février FLE

Jours	Horaires	Lieux	Offreurs
Tous les jours, en fonction des disponibilités des offreurs et des demandeurs.	Toute la journée, en fonction des différents groupes.	Médiathèque, Local Barbey d'Aureville, CAF, Réseau , À domicile	25 bénévoles offrent le FLE

OFFRES ET DEMANDES

Nouvelles offres:

Bridge

Jean Paul P souhaite faire découvrir le bridge, un jeu de cartes passionnant. Il a déjà échangé avec de nombreuses personnes, qui en gardent un excellent souvenir. Souvent perçu comme réservé à une "élite", le bridge est en réalité facile à apprendre et très agréable à pratiquer. Pour tous ceux qui pourraient être intéressés par cet échange qui nécessite d'être en groupe, n'hésitez pas à prendre contact avec le Réseau.

Smartphones et tablettes

Bonjour à toutes et à tous,



Suite à vos demandes régulières pour un petit coup de main avec vos téléphones et tablettes, je vous propose un moment d'échange pour apprendre à mieux les apprivoiser... Pour cela, il suffit de prendre rendez-vous avec moi, que ce soit lors des permanences, par mail ou par téléphone.



Au plaisir de vous retrouver très bientôt ! Emy G

Nouvelle demande:

Lecture à l'école



L'école Jean-Moulin à Hauteville sollicite notre association pour lire des comptines ou jouer à des jeux de société sur les temps périscolaires, de 16h30 à 18h15, une fois par semaine, à notre convenance. Cet échange pourrait se mettre en place à partir du mois de mars et un bilan concret, sous forme de « book » ou autre, serait fait en juin avec les enfants. Nous cherchons bien sûr des bénévoles. Si cela vous intéresse et que vous êtes motivé, vous pouvez



contacter le réseau.

Marie-Thérèse F



VIE DU RESEAU

Randonnée Mensuelle

La randonnée aura lieu le mercredi 4 Février à Ste Marie aux Anglais -11km

Départ au réseau à 8h45

Prévoir pique-nique - covoiturage- chaussures de marche

tél: 0629861934

Irène G



Joyeux Anniversaire !

Martine T, Josiane B, Françoise L, Marie-Geneviève G, Michelle B, Marie-Thérèse L
Huguette D, Guy R, Annette C, Maryse B, Christine S, Solange J, Dominique D,
Liliane R, Yeimy J, Christine D, Anthony S





Mail envoyé pour le journal de janvier 2026 :



Bonjour à toutes et à tous

Je vous partage l'exemplaire de janvier 2026 du journal du Réseau.

Je et nous vous adressons à cette occasion nos meilleurs vœux pour cette nouvelle année en attendant l'assemblée générale du 30 janvier 2026.

Je et nous vous souhaitons une bonne lecture.

Emy Gaspard

Animatrice et

L'équipe d'animation



Voici le mail reçu au réseau de la part d'une personne non adhérente :

Bonjour .

Pour information....



« Je vous partage » : une formule incorrecte en français

L'expression « je vous partage » est couramment utilisée dans les échanges professionnels, notamment par écrit, mais elle est incorrecte en français. Voici pourquoi :

Construction incorrecte : Le verbe « partager » est transitif direct, ce qui signifie qu'il doit être suivi directement par un complément d'objet direct (ex. : un document, une information).

Erreur courante : Dire « je vous partage un document » est incorrect. La formulation correcte est « je partage ce document avec vous » ou « je vous transmets ce document ».

Alternatives recommandées :

Utilisez des verbes plus appropriés comme « transmettre », « faire part de », « exprimer » ou « raconter ».

Privilégiez des formulations comme « je partage cette information avec vous » ou « je vous fais part de cette nouvelle ».

Pourquoi éviter cette expression :

Elle est perçue comme une faute de langage et peut nuire à la crédibilité de vos écrits professionnels.

Elle est souvent associée à une mauvaise traduction de l'anglais « I share with you ».

En résumé, bannissez « je vous partage » de vos courriels et privilégiez des formulations plus élégantes et grammaticalement correctes.



Droit de réponse de l'équipe d'animation:



Bonjour Monsieur,

Nous avons été surpris par votre courrier concernant notre faute de Français à propos du verbe « partager ».

Nous l'avons lu avec beaucoup d'intérêt !

Le ton manquait un peu de bienveillance pour les bénévoles qui écrivent et relisent les articles lors de la préparation du journal.

Est-ce vraiment une faute grave ?

Toutes ces bonnes volontés n'ont pas toujours fait des études et il reste parfois des fautes que l'on découvre quand le journal est imprimé.

L'équipe d'animation



RECETTES

Gâteau Ideali

La pâte

6 œufs

300 g de sucre

150 g de beurre ramolli

3 cuillères à soupe de miel

Un peu d'essence de vanille

1 cuillère à café de bicarbonate de soude (pour faire lever la pâte)

1 cuillère à café de vinaigre

400 à 450 g de farine



La crème

200 g de beurre ramolli

2 boîtes de lait concentré bouilli (confiture de lait)

150 g de noix décortiquées

Diviser la pâte en trois parties et enfourner pendant 15 à 20 minutes dans un four à 180 °C.
Appliquer la crème entre chaque couche et saupoudrer de noix grillées.

Recette offerte par Méri

Filet Mignon de porc séché

Mettre un filet mignon de porc 24h dans le gros sel de Guérande (de préférence),

Bien enlever le sel,

Laver le filet mignon à grande eau et le sécher en le pressant bien,

Le mettre dans un torchon bien sec après l'avoir enrobé d'herbes de Provence, romarin,
laurier...

Mettre au moins 2 semaines au frigo dans le bac à légumes.

Excellent pour l'apéritif... Bon appétit



Recette offerte par Marie-Thérèse F

AUTOUR DE NOUS

Braderie

Secours

Populaire

Jeudi 12 Février

Marché créatif et bien-être Fervagues

Du 7 février au 8 février
2026

Médiathèque

Femmes du calvados de la
révolution française au 19e
siècle.

Du 28 février au 28 mars