

TANDEM NEWS

Publié avec le concours de la Presse des Jeunes www.pressedesjeunes.com

Chers adhérents,

À l'aube de cette nouvelle année, nous souhaitons vous adresser nos vœux les plus chaleureux.



BONNE ANNÉE!

*Toute l'équipe de TANDEM vous souhaite une année 2025
pleine de joie et de moments partagés.*

Des reportages, des infos et bien plus encore! Ouvrez vite!



Atelier d'équithérapie

A l'occasion du concours complet 5 étoiles de Pau, la communauté d'agglomération et la ville de Pau, ont organisé des ateliers d'équithérapie adaptés aux personnes en fauteuil roulant. Lionel y a participé.

Le jeudi 24 octobre j'ai participé à une journée de découverte au Domaine de Sers, organisée par la communauté d'agglomération et par la ville de Pau et appelé "équithérapie".

Cela consiste à visiter une partie du domaine de Sers et de découvrir les chevaux mais aussi les ânes qui font partie du domaine.

J'ai appris à les brosser et à être au contact de ces animaux. Il y a plusieurs brosses différentes en fonction de si on brosse la crinière ou le dos du cheval.

Je suis monté sur un petit sulky appelé "escargoline" car la vitesse n'est pas la même et c'est adapté aux personnes âgées et handicapées pour faciliter le transport.

J'ai passé une bonne matinée et j'espère pouvoir y revenir.

Merci à toutes les personnes qui m'ont reçu et fait visiter ce côté du Domaine de Sers que je ne connaissais pas.

Merci également à Gérard, bénévole de Tandem qui m'a accompagné.





Une page se tourne ...

L'association " Accorderie Pau Béarn " a officiellement voté sa dissolution lors d'une assemblée générale extraordinaire tenue le 2 juillet 2024.

Cette décision marque la fin d'une aventure collective qui a permis de réaliser de nombreux projets dans le domaine de l'échange de services utilisant une monnaie temps.

Malgré l'arrêt de ses activités, l'association a souhaité continuer à avoir un impact positif en redistribuant son actif financier et matériel. Conformément aux statuts et à la réglementation en vigueur, les membres ont voté à l'unanimité en faveur de la répartition de cet actif entre trois associations locales reconnues pour leurs engagements :

1. Le centre Social La pépinière
2. L'association Presse Purée
3. Et notre association Tandem

Une remise des chèques a été organisée jeudi 14 novembre, en présence de ces 3 associations et de quelques membres de l'association dissoute. La présidente de l'Accorderie, Solange Durou a déclaré ce jour-là : "Nous avons vécu des années riches en projets et en échanges. Bien que la dissolution soit une étape difficile, nous sommes fiers de pouvoir transmettre notre actif à des structures qui partagent nos valeurs et nos engagements."

Les trois associations bénéficiaires ont exprimé leur gratitude et se sont engagées à utiliser ces fonds de manière transparente et efficace, en honorant l'héritage laissé par l'Accorderie.



De gauche à droite : Solange Durou présidente de l'Accorderie, Marielle Barbe présidente de Tandem, Maud Guillet présidente de Presse purée et Bernard Egreteau président de la Pépinière





Mon repas au "Tajinier"

Estelle partage avec vous le récit de ce repas.

L'association profite de cet article écrit par Estelle pour remercier :

- Yves, adhérent et administrateur de Tandem, de 93 ans, qui effectue les démarches auprès des commerçants pour trouver des lots pour les petits lotos de Tandem

- Le restaurant "Le tajinier" qui suite au passage d'Yves, a offert 3 bons pour un repas complet.



En venant participer au loto un jeudi après-midi à la PEPINIERE, j'ai eu beaucoup de chance : en effet j'ai remporté un beau cadeau (un repas dans le restaurant "Le Tajinier")...grâce à un carton plein.

Sans perdre de temps (dès le lundi suivant) j'y suis allée avec Anne-Marie.

Il pleuvait des cordes ce jour-là mais l'accueil chaleureux ainsi que la musique et les épices nous ont aidés à vite nous réchauffer.

Nous avons réveillé nos papilles avec un gigantesque apéritif sans alcool puis Anne-Marie m'a emmenée pour choisir mes plats.... Tout est si appétissant : carottes au cumin, pois chiches suivi d'agneau avec semoule et légumes croquants...quelques desserts par pure gourmandise et enfin un thé à la menthe servi avec une parfaite maîtrise de la technique traditionnelle.

Ce qui a particulièrement embelli ce festin est la gentillesse et la présence discrète et efficace d'Anne Marie.

Je suis profondément reconnaissante à Anaïs ainsi qu'à tous les bénévoles de pouvoir bénéficier de chaque instant de loisirs grâce à leur dévouement.

Merci pour tout.



Estelle



Une centenaire à Tandem!

Née le 22 décembre
1924, Odette a fêté ses
100 ans !

Poème

Cent ans de lumière

*Cent années de rires, de
doux souvenirs,*

*Un chemin parsemé de
précieux élans.*

*Chaque regard porte un
éclat d'avenir,*

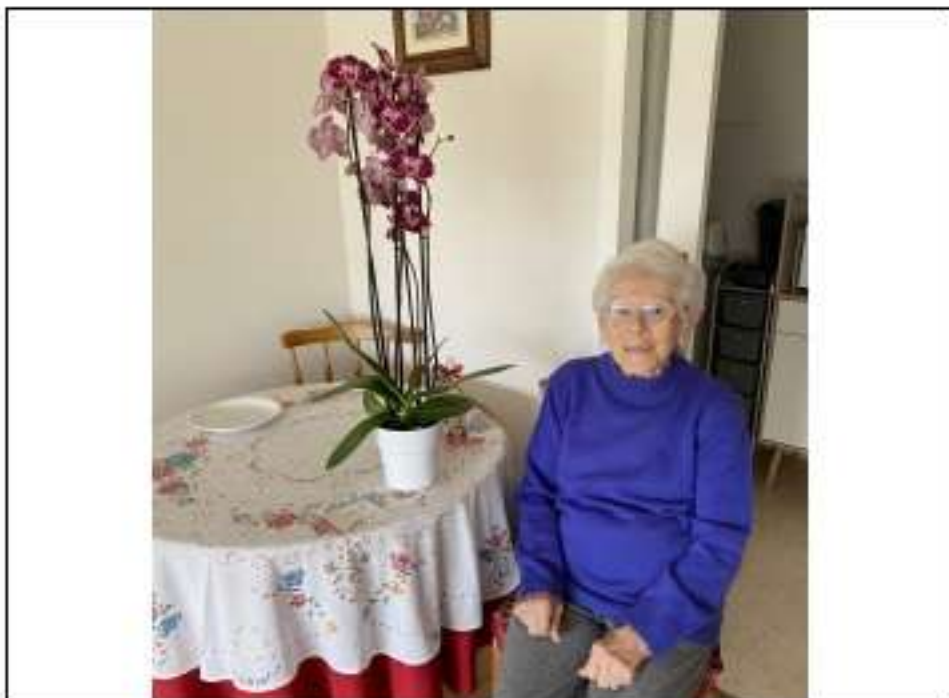
*Chaque instant témoigne
de ton temps brillant.*

*Un siècle d'amour, de
sagesse offerte,*

*Aujourd'hui, ta vie en fête
se dessine.*

*Cent ans de lumière, une
âme en alerte,*

*Un joyau pour les cœurs
qui s'en inspirent.*



C'est avec joie qu'Anaïs, au nom de tous les adhérents de Tandem, a rendu visite à Odette en ce début d'année 2025, pour célébrer avec elle un événement extraordinaire : ses 100 ans .

Odette a rejoint l'association Tandem en 2022. Toujours active et pleine d'enthousiasme, elle participe depuis 2 ans aux temps d'accueils collectifs qu'organise Tandem les jeudis après-midi. Joueuse aguerrie de belote et de scrabble, elle a appris à jouer au " Rummikub ".

Pour marquer cette journée spéciale, Odette, a organisé, le dimanche 22 décembre, un goûter, entourée de ses amies du scrabble et de la belote. Puis, quelques jours plus tard, elle a convié sa famille pour un repas au restaurant.

Encore un très joyeux anniversaire à notre chère Odette ! Que cette nouvelle année lui apporte santé, sérénité et bonheur entourée de ceux qui l'aiment.

Mars attaque : journée festive

20 ème anniversaire de la loi Handicap

Chers adhérents,

Dans le cadre de l'événement Mars Attaque, le mois dédié à la lutte contre les discriminations, la Ville de Pau a le plaisir d'organiser une journée festive et conviviale pour célébrer un anniversaire important : les 20 ans de la loi Handicap.

À cette occasion, une déambulation sera organisée, et l'association Tandem invite chaleureusement ses adhérents à y participer. Nous souhaitons constituer un groupe réunissant des personnes accompagnées et des bénévoles pour vivre ensemble ce moment fort.

Le départ de la déambulation se fera du quartier Saragosse à 10h, pour une arrivée prévue sur la place Clémenceau vers 11h, où de nombreuses animations et festivités vous attendront.

Pour faciliter votre participation, nos bénévoles accompagnateurs pourront venir vous chercher et vous amener au point de départ de la déambulation.

Nous vous encourageons à rejoindre cette initiative qui reflète nos valeurs d'inclusion et de solidarité. Venez nombreux partager ce moment unique, à la fois symbolique et convivial !

Pour toute question ou pour confirmer votre participation, n'hésitez pas à contacter Anaïs.

À très bientôt





Soirée bénévoles

Vendredi 22 novembre, 13 bénévoles de Tandem se sont réunis pour une soirée conviviale. Autour d'un repas sous forme d'auberge espagnole, les bénévoles présents ont pu faire connaissance, échanger avec le bureau de l'asso sur le fonctionnement de tandem, leurs rôles de bénévoles ...

Repas de Noël



Jeudi 19 décembre, 58 adhérents de Tandem (38 personnes accompagnées + 20 bénévoles accompagnateurs) se sont réunis au restaurant l'Amandier à Morlaas, pour partager le repas de Noël de l'association. Encore un beau moment de partage et de convivialité!

Adhésion 2025

Chers adhérents,

L'année commence, et nous comptons sur vous pour penser à renouveler votre adhésion !

Le montant de l'adhésion est de 17€.

N'hésitez pas à contacter Anaïs pour les modalités de paiement.

Merci!

Assemblée Générale

L'assemblée générale de Tandem aura lieu le samedi 22 mars, dans l'après midi.

Tandem vous enverra dans quelques semaines la convocation mais vous pouvez d'ores et déjà vous noter la date!



Repas du mois de Juin

Tandem prévoit d'organiser un repas convivial pour ses adhérents le samedi 14 juin midi.

Pensez à noter cette date dans vos agendas!



A votre tour!

Comme l'ont déjà fait Lionel et Estelle dans ce numéro, nous vous invitons à contribuer au TANDEM NEWS en écrivant de petits articles sur des sujets qui vous passionnent ou que vous souhaitez partager avec les adhérents. Que ce soit pour raconter un événement marquant, partager une astuce, une découverte ou simplement pour exprimer votre point de vue, votre voix a toute sa place ici !



Les ingrédients

Pour 2 personnes :

- 4 clémentines
- 25g de pistaches
- 50 g de chocolat noir pâtissier

Clémentines au chocolat pistaches

Envie de faire le plein de Vitamine C tout en vous régaland ? Voici une recette qui allie gourmandise et bienfaits pour la santé !

Étape n°1



Pelez les clémentines et détachez les quartiers.

Étape n°2



Mixez grossièrement les pistaches et étalez-les dans une assiette.

Étape n°3



Râpez le chocolat et faites-le fondre au bain-marie



Étape 4

Remuez le chocolat jusqu'à obtenir un chocolat fondu bien lisse.

Étape 5

Trempez chaque quartier de clémentine dans le chocolat, puis roulez-les dans les pistaches.

Étape 6

Laissez refroidir sur une plaque recouverte de papier de cuisson.

Suggestions du chef

Astuces:

- vous pouvez faire simple et acheter des pistaches déjà mixées
- vous pouvez remplacer les pistaches par des noisettes, des amandes, ...

