



# Aulnay Partages - Ses actions....

N° 2 – juin 2025

Prochainement :

**DIMANCHE 8 JUIN :**

le barbecue du Partage  
des inscrits et 1 invité d'honneur :  
M. Soleil

**MARDI 1er juillet à 18 h**

Dans notre petit bureau à la salle des fêtes  
Nous invitons les jeunes d'Aulnay  
À découvrir la carte Atouts Normandie  
Et les activités proposées  
Pas trop loin de chez eux  
Nous écouterons aussi leurs attentes.

**SAMEDI 14 JUIN Matin**

Ramassage des encombrants  
(adhérents ou PMR non adhérents)  
Vous vous êtes inscrits ?

LES 12 TRAVAUX D'HERCULE, ça vous parle ?

A nous aussi, bien que nous n'ayons rien à expier...

Depuis la mi-mars, l'atelier « besoins et... solutions », comptant six volontaires, travaille sur ce projet, par étapes :

- 1- Recueillir les besoins des habitants d'Aulnay-sur-Iton,
- 2- Recenser les services répondant à ces besoins dans les communes proches,
- 3- Imaginer des solutions facilitant l'accès des Aulnaysiens à ces services, ou proposant une alternative au sein de l'association

Nous basant sur les **besoins exprimés** par les **personnes rencontrées**, nous avons commencé à :

- recenser les services répondant à ces besoins dans un rayon de 10/15 km autour d'Aulnay sur Iton, (une base de données est en cours d'élaboration)
- réfléchir à la mise en place d'ateliers chez l'habitant pour transmettre un savoir-faire, en nous appuyant sur les compétences de nos adhérents

Et nous recherchons activement des financements, des bras et des cerveaux !

## FLASH RECRUTEMENT DE BENEVOLES

Pas de panique ! Pas besoin d'être parfait !

La mobilité est une difficulté largement partagée, sur laquelle chacun d'entre nous (possédant un véhicule) peut intervenir.

Lançons-nous : au lieu d'aller seul.e à un spectacle ou à une visite culturelle, pourquoi ne pas proposer un co-voiturage ? Nous allons travailler tous les jours en ville, peut-être pourrions-nous co-voiturer quelques jours par semaine ?

Nous véhiculons nos enfants à une activité régulière... peut-être pourrions-nous partager ces aller-retours avec d'autres parents ?

Nous avons d'autres pistes à vous proposer... Et vous ?

**PROPOSEZ VOTRE AIDE SUR [aulnay.partages@gmail.com](mailto:aulnay.partages@gmail.com)**  
(OU sur WhatsApp)

Justement... pour apprendre, se distraire, bouger....

Où et quand s'inscrire à la rentrée ?

Les Forums des associations :

La Bonneville : 30 août 2025

Conches : 30 août 2025

Evreux : 6/7 septembre 2025

Mais aussi ....

Les « portes ouvertes » de Mailiso du 30 juin au 5 juillet 2025 (on peut assister à une activité)

AEP le sentier à St Sébastien : dès septembre, inscriptions du lundi au samedi  
Association Pirouette, aux Baux-Ste-Croix, inscriptions les 9 et 10 septembre

[aulnaypartages.blog4ever.com](http://aulnaypartages.blog4ever.com) - c'est notre blog !

Vient d'y être mise à jour la liste des outils et matériels à emprunter.

Nous réfléchissons actuellement à l'améliorer, mais

Vous pouvez tout de même y aller.

S'il est en travaux lorsque vous voudrez y accéder, n'hésitez pas

À poser vos questions sur [aulnay.partages@gmail.com](mailto:aulnay.partages@gmail.com)

Au dos...  
les 1<sup>er</sup> Secours  
Partagez notre  
Experience !

Mais aussi,  
la recette de Lucette  
Miam Miam

Que sont devenus les articles non partagés lors de la Troc Party 2024 ?

Nous en avons fait don au Secours Populaire de Conches.

Nous vous transmettons leurs vifs remerciements.

Et vous invitons à aller à leur rencontre, si besoin.

Plus on partage, plus on possède. Voilà le miracle ! (Léonard Nimoy)



# Aulnay Partages - La suite.....

## Flash sur les Premiers Secours Civiques

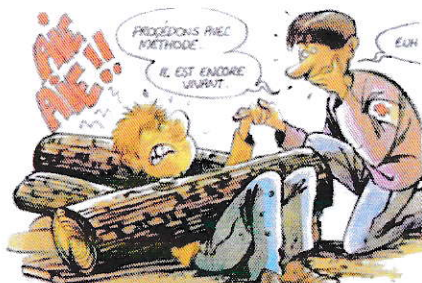
Votre petit ami vient de tomber de votre balcon, votre épouse dévouée vient de se brûler gravement en repassant votre linge ? et vous ne savez que faire ?

Il y a vraiment, dans la vie, des moments où on aurait bien besoin de savoir prodiguer les premiers secours ! C'est ce que se sont dit nos bûcherons bénévoles, qui ne l'ont pas regretté !

Nous avons organisé le 3 mai 2025 une session de formation aux premiers secours civiques.

### Le contenu ?

Conduite à tenir dans les situations suivantes :  
Malaise - Perte de connaissance  
Arrêt cardiaque -Obstruction des voies aériennes  
Traumatisme, brûlure, plaies, hémorragies  
Et, bien sûr, alerter les secours !



### Et en 2026, on recommence ?

Vous seriez prêts à vous inscrire ?  
Dîtes-le nous sur [aulnay.partages@gmail.com](mailto:aulnay.partages@gmail.com)

### La suite à venir :

- un samedi sur deux à partir de septembre, fabrication de décorations de Noël
- 5 octobre : le Grand Loto aux Jouets...car Partager, c'est aussi jouer !
- 29 octobre : Bim Bam Boum, la Boum des jeunes (de 6 à 11 ans, c'est un mercredi!)
- et, bien sûr, à une date encore inconnue, la Fête du Partage.

Prenez dates sur votre agenda, on vous en reparlera !

La recette du mois, proposée par Lucette :

## Le gratin d'asperges Au jambon



4 pers – préparation 20 mn – cuisson 25 mn

- 16 asperges blanches
- 4 tranches de jambon blanc
- 40 gr de beurre
- 50 cl de lait
- 40 gr de farine
- 50 gr de crème fraîche
- 100 gr de fromage râpé
- 1 branche de persil plat
- Sel, poivre

- 1 - couper la partie ligneuse des asperges, les peler
- 2 - plonger les asperges dans l'eau bouillante salée, les laisser cuire 10 mn, les rafraîchir et les égoutter
- 3 - entourer 4 lots de 4 asperges d'une tranche de jambon
- 4 - pour la béchamel, faire fondre le beurre dans une casserole, quand il commence à crépiter, ajouter la farine en une fois et mélanger avec une cuillère en bois pendant 2 mn
- 5 - ajouter petit à petit le lait en mélangeant jusqu'à obtenir une belle béchamel
- 6 - hors du feu, ajouter la crème, le fromage râpé, du sel, du poivre et mélanger l'ensemble
- 7 - déposer les asperges dans un plat à gratin
- 7 - recouvrir le tout avec la béchamel
- 8 - enfourner à 180 ° pendant 25 mn
- 9 - à la sortie du four, décorer le plat de persil effeuillé

Et si c'était votre recette qui figurait ici la prochaine fois ?

N'hésitez pas à nous la proposer pour les parutions de septembre et décembre.....sur [aulnay.partages@gmail.com](mailto:aulnay.partages@gmail.com)

Merci de proposer des recettes de saison, goûteuses mais faciles à préparer, et pleines de vitamines.