



## La Lettre du MAN Normandie

6 septembre 2015

Bonjour à tous

L'été se termine... avec deux évènements locaux importants :

- ce qui se passe à la Ferme de Bouillons : « Résister au cœur de l'été »
- la formation d'animateurs d'ateliers MAN près de Rouen en juillet

Et voilà les perspectives de rentrée :

- Le dimanche 4 octobre 2015, nous vous rappelons la mobilisation citoyenne organisée à Rouen : Alternatiba, un village des alternatives ! Toutes les forces vives de notre mouvement sont bienvenues pour tenir ou animer les stands du MAN !
- une nouvelle série de « cafés de la non-violence »
- l'assemblée générale de notre groupe MAN que nous avons fixée au 22 novembre 2015 ; entre un débat et une la fête, vous en aurez des nouvelles : prenez déjà la date !
- plusieurs projets d'année sont entrain d'émerger (Annabel, Chantal, Catherine et Elisabeth...)

Enfin notez bien nos nouvelles coordonnées en fin de Lettre.

Et bon courage pour ces semaines de rentrées de toutes sortes !

### Les Cafés de la non violence ?

#### On change de lieu...

Malgré l'accueil très chaleureux reçu au « 3 pièces » depuis deux ans, les rencontres étaient devenues difficiles par le voisinage des répétitions de musiciens.

Nous souhaitons à ces musiciens de beaux concerts !, ceux-ci ont souvent lieu à partir de 20h30 « au 3 pièces »... N'hésitez pas à suivre leur programme

**Rendez-vous désormais à la Brasserie Paul, juste à côté de la Cathédrale...** mais c'est toujours le premier mardi du mois, à partir de novembre, de 18h à 20h ! Les sujets sont en cours d'élaboration. Propositions bienvenues !

Mardi 3 novembre 2015, Mardi 1 décembre 2015, Mardi 5 janvier 2016, Mardi 2 février 2016, Mardi 1 mars 2016, Mardi 5 avril 2016, Mardi 3 mai 2016, Mardi 7 juin 2016.

### Quinzaine de la Non-violence et de la Paix 2015

Le MAN a axé la Quinzaine de la Non-violence et de la Paix sur le thème **climat et conflits**, à l'approche de la COP 21 à Paris. N'hésitez pas à aller visiter le site de "Actions Non-Violentes COP21" et à prendre connaissance d'un Appel à mener des actions non-violentes, destiné à être signé par des citoyens en leur nom propre (en ligne ou sur papier). [www.anv-cop21.org](http://www.anv-cop21.org)

Notre groupe local MAN Normandie se mobilise surtout autour d'Alternatiba :

#### Alternatiba-Rouen, village des 3 et 4 octobre 2015

Le dimanche 4 octobre 2015, grande mobilisation citoyenne à Rouen : Alternatiba, un village éphémère des Alternatives concrètes et locales au changement climatique ! Plus d'infos et d'images sur : [www.alternatiba.eu/rouen](http://www.alternatiba.eu/rouen). Le MAN propose ci-dessous son menu spécial et a besoin de la contribution d'un maximum d'adhérents, pour nous proposer vos services téléphoner à **Géraldine Hédouin : 02 35 96 52 64**.

Si vous voulez être aussi bénévole Alternatiba, sur un des créneaux de la journée, n'hésitez pas à vous inscrire : [benevoles@alternatiba-rouen.fr](mailto:benevoles@alternatiba-rouen.fr)

Dimanche 4 octobre de 10h à 12h30  
Chocolat de la non-violence (*espace enfants*)  
**Jeux coopératifs pour bâtir la paix**  
Les enfants 5 à 12 ans sont bienvenus... les adultes aussi !  
Coordination : Annabel Masselin-Maheu

11h10 à 12h20  
Apéritif (*espace démocratie*)  
**Et dans nos associations ? Comment gérons-nous les conflits ?**  
Atelier interactif  
Coordination : Elisabeth Maheu-Vaillant

12h30 - 13h30  
Plat du jour : prendre des forces (*espace démocratie*)  
**La non-violence, une force pour agir**  
présentation-échange entre 12h30 et 13h30 et déambulation toute la journée le long d'un parcours-expo et d'un stand de livres  
Coordination : Elisabeth Maheu-Vaillant

Thé ou café de la non-violence (*espace démocratie*).  
**Écologie, démocratie, non-violence, peut-on les dissocier ?**  
Et moi, quelles priorités dans mes engagements, dans ma vie quotidienne ?  
Atelier-philosophie/éducation populaire où chacun participe au questionnement/ animé par François Housset  
**Deux séances successives à 13h45 - 15h15 puis à 15h45 - 17h15 (même menu ; épices en fonction des participants).** Coordination : Catherine Steine

et à toute heure, le Bol d'air : *Test de rue, une autre façon d'échanger*  
**Pour ou contre une France sans armes nucléaires ?**  
Coordination : Patrick Lesauvage

**Les alternatives existent !**  
**Fêtons-les ! Rejoignez-nous !**

Facebook : [AlternatibaRouen](#)  
Site : [www.alternatiba.eu/rouen](http://www.alternatiba.eu/rouen)  
Courriel : [benevoles@alternatiba-rouen.fr](mailto:benevoles@alternatiba-rouen.fr)  
Twitter : Alternatiba76

Financement participatif :  
<http://www.helloasso.com/associations/alternatiba-rouen/collectes/financement-du-village-3-et-4-octobre-2015>

### **Alternatiba-Paris : arrivée du tour tandem les 26 et 27 septembre**

Nous étions quelques uns parmi les nombreuses personnes venues accueillir le Tour tandem à Rouen, le 10 août. Nous sommes maintenant tous invités à entourer et renforcer le MAN IdF les 26 et 27 septembre. Le MAN Haute-Normandie a proposé l'Atelier-philosophie « Écologie, démocratie, non-violence, peut-on les dissocier ? »  
Rendez-vous à Paris !

Intervention du MAN à l'Agora sur le thème "Climat et Conflits". Les ateliers au stand du MAN le dimanche 27 :

- Café de la non-violence : **écologie, démocratie, non-violence, peut-on les dissocier ? Et moi, quelles priorités dans mes engagements, dans ma vie quotidienne ?** Atelier-philosophie/éducation populaire où chacun participe au questionnement.
- exposé-débat sur la méthode de Saul Alinski d'organisation de l'action par la base.
- mimodrame déambulatoire avec pétition pour abolition des armes nucléaires
- atelier sur la résolution non-violente des conflits (2h)
- atelier d'initiation à l'action directe non-violente pour le climat en vue de la COP21 (à confirmer)

**Alternatiba – Évreux le 12 septembre et Alternatiba Le HAVRE : les 26 et 27 septembre**

Les Eurois dégaineront les premiers à Évreux, place de l'Hôtel de ville et square Georges Brassens. Conférences, ateliers, concerts, spectacles, bières et cidres locaux : <https://alternatiba.eu/evreux>. Pour ceux qui préfèrent le littoral, c'est place Perret au Havre, une université à ciel ouvert, un événement convivial, une fête populaire : <https://alternatiba.eu/lehavre>

## STOP EPR, ni à Penly ni ailleurs

STOP EPR, ni à Penly ni ailleurs : le MAN Normandie en est membre, apporte son soutien financier et Géraldine suit autant qu'elle peut les activités du Collectif:

Un camp s'est déroulé cet été à **Bure** sur le lieu où un site d'enfouissement des déchets est en projet : la loi de 2006 dite de "réversibilité" demande que le parlement se réinterroge sur les déchets nucléaires avant fin 2016. Nous interpellons nos députés. La question de la gestion des déchets fera l'objet de nombreuses réunions dans les commissions du parlement européen. **Une réunion publique aura lieu à Rouen.**

À propos des démantèlements des centrales, la loi de transition énergétique change de façon importante le mode de décision : auparavant c'était l'ASN qui avait le dernier mot, maintenant ce sera le ministre.

A propos de la **COP21**, un travail important est à faire auprès de la population pour faire comprendre que face à la "menace climatique, la solution nucléaire n'est qu'une illusion". De même, l'arrêt de la consommation d'énergie fossile ne suffira pas. C'est notre mode de vie qu'il faut impérativement changer. Brochures intéressantes pour argumenter et propositions pour la France: téléchargement des documents:

<http://www.rac-f.org/Face-a-la-menace-climatique-l>

<http://www.rac-f.org/Kit-pedagogique-sur-les>

<http://www.rac-f.org/COP21-5-mesures-que-la-France-doit>

Le Réseau Sortir du Nucléaire organise une **manifestation à Paris le 12 décembre**, à la suite de la conférence. Cette date a été choisie pour affirmer que c'est aux peuples que reviendra le dernier mot.

**Contact : <http://stopeprpenly.org>**

## L'Association de la Ferme des Bouillons

Cette ferme, sauvée de la démolition par l'Association de Protection de la ferme dont beaucoup de membres du MAN Normandie sont adhérents, avait été reclassée en Zone Naturelle Protégée en janvier 2014.

Occupée depuis 32 mois par des jeunes qui y ont fait vivre l'agriculture maraîchère biologique et de très nombreux événements culturels, la ferme, désormais perdue pour la spéculation foncière, était en attente d'un nouveau statut correspondant au travail fourni par les citoyens de tous âges qui y étaient attachés. Immochan (filiale immobilière de la riche famille Mulliez - 80 enseignes et des milliers d'hectares de terres achetées à Madagascar, en Chine etc.) a décidé de vendre ses 4 ha en début d'été à une SCI familiale de ses amis, sans publicité aucune bien sûr et à moins de la moitié du prix normal estimé !

La SAFER, avec l'appui des services de l'État, a accepté cette vente opaque et précipitée en refusant de préempter la ferme, seule solution pour que notre projet citoyen soutenu par Terre de Liens et la Confédération paysanne et dont la SAFER était au courant, soit mis de façon équitable et transparente en balance avec celui de cette SCI, sortie brutalement d'un chapeau.

C'est peu dire que toutes les personnes impliquées dans ce projet citoyen sont écœurées ! Les occupants ont été expulsés par 10 cars de CRS le matin du 19 août. La résistance, qui avait pu s'organiser dès fin juillet, suite à l'information reçue grâce à une indiscretion militante, s'est poursuivie sur un champ voisin de la ferme. Les occupants et sympathisants ont donc installé un campement sur un terrain communal, mais depuis l'avis d'expulsion sous astreinte de 1000 euros par jour transmis par la municipalité de Mont Saint Aignan aux militant-e-s de la Défense de la Ferme des Bouillons, ils ont été accueillis en partie par l'APSNR (Association de Protection du Site Naturel de Repainville à Darnétal. Cela va permettre la poursuite de nombre de leurs activités : assemblées générales, projection du mercredi, marché du samedi, stand d'information, sont poursuivis sur les espaces du site de Repainville. Vous trouverez la suite de l'histoire dans la Gazette d'info que l'association édite.

Mais bien sûr l'essentiel est perdu et le sentiment d'injustice révolte tous ceux qui pensent que pour faire vivre une société plus humaine et plus respectueuse de la planète, même de petites expériences locales ont un sens.

L'association s'entoure néanmoins de conseils juridiques pour mettre à jour un certain nombre d'anomalies dans le déroulement de la procédure SAFER et vérifier ou infirmer tous les bruits de couloir : quel a été le rôle réel de la Préfecture dans l'élaboration de ce projet de vente ? Quel a été rôle réel de la SAFER dans l'élaboration du compromis vente ? Après moult demandes, une réunion extraordinaire de la SAFER se tiendra le 22 septembre, pour en savoir plus sur les raisons pour lesquelles le dossier des occupants n'a pas été étudié. Indispensable pou

envisager l'avenir. En effet, le collectif citoyen de la ferme des Bouillons est aujourd'hui sans terre mais non sans projets!

Le MAN Normandie soutient le combat de l'association, et en particulier l'enracinement de ses actions dans le choix de la non-violence. Ce choix a permis, d'une part de ne pas tomber dans le piège de provocations grossières, et d'autre part de toujours trouver parmi des très nombreux adhérents des personnes pour calmer le jeu, rectifier le tir ou prendre le relais, quand l'urgence, l'émotion et la fatigue auraient pu amener à l'erreur ou à la bavure. Chapeau !

Infos données par Colette Glück, Elisabeth, Marie et Marie-Jo

## Brèves...

### Jawdat Saïd, le « Gandhi syrien »

Notre adhérent Jean-Marc Caffet souhaite partager avec vous cet article :

<http://www.chretiensdelamediterranee.com/syrie-mdl-islam-et-non-violence-jawdat-said-le-gandhi-syrien/>. Florence Ollivry-Dumairieh, Doctorante en Sciences des Religions. Faculté de Théologie et de Sciences des Religions (Université de Montréal). La sauvagerie et la terreur répandues par l'État Islamique et autres groupuscules prétendant tuer au nom de l'Islam peuvent parfois engendrer dans nos [...]

### Festival du film palestinien

AFPS (Association France Palestine Solidarité) : le MAN Normandie apporte son logo et son soutien financier au 2ème festival du film palestinien qui se déroulera à Rouen du vendredi 9 octobre au dimanche 10 octobre. Le festival sera partiellement centré sur la vie vue par des "enfants".

### Colloque Éducatifs et Territoires les 5 et 6 octobre

Janine Devars, adhérente du MAN de longue date, nous communique cette info. Elle participera au colloque pour l'Unicef. Entre ateliers et conférences, une réflexion sur les enjeux socio-économiques, l'enjeu de l'éducation populaire en termes de culture et dans le développement de la personne. En avant-première,



Programme à [www.associations-et-territoires.net](http://www.associations-et-territoires.net)

Inscription à [www.urlz.fr/26sB](http://www.urlz.fr/26sB)

Contact : Philippe Thillay

[pthillay@associations-et-territoires.net](mailto:pthillay@associations-et-territoires.net)

06 80 11 90 89 et 02 35 70 61 70

### Réseau des amap haute-normandie

Son activité est intense en région rouennaise : présence dans les villages des associations et les villages Alternatiba de la région, avec des "Dégustations de réalisations culinaires salées et sucrées", l'animation d'un jeu " Je ne suis qu'un légume", "Du champ aux assiettes", etc. [Il manque encore des bénévoles !](#)

### Semaine « Bio et locale, c'est l'idéal »

**Dimanche 13 septembre** : porte ouverte dès le matin à la ferme d'Osaïne chez Laurent Levacher, producteur de viande bovine en agriculture biologique. Visite, cueillette de mûres, pique-nique (possible de griller sur place la viande de la ferme). 1869, route des écoles – 76 940 Vatteville-la-Rue. 06 71 36 23 73.

**Samedi 19 septembre** : dès 14 h « fête de la confédération paysanne 76 », vente de patates, repas sur réservation 02 35 95 66 66 – Mesnière en Bray chez Estelle et Sébastien Perrier.

**Mardi 22 septembre** : 18 h – 22 h : atelier cuisine et apéro bio à Quevilly.

**Dimanche 27 septembre** : fête de la voie verte à Bernay – Prairie de la Charentonne – Présence de l'Amap de Bernay qui organisera un jeu sur les légumes pour les enfants.

Réseau des Amap de Haute-Normandie : 09 62 12 21 00

[contact@reseau-amap-hn.com](mailto:contact@reseau-amap-hn.com)

<http://www.reseau-amap-hn.com>

## Bientôt un nouvel ouvrage aux Éditions du MAN

« Pour réguler nos conflits, la non-violence ! », ce sera le thème de la brochure qu'une petite équipe est entrain de rédiger. Nous allons bientôt passer à la phase de relecture : relecteurs bienvenus !

## Retour sur nos vacances d'été !

### Université en Corse sur l'action non-violente

L'AFC-Umani a organisé sa 4<sup>e</sup> *Università di a nò-viulenza*, les 10 et 11 juillet 2015, à Borgo, près de Bastia. Le MAN y était très engagé, avec sept intervenants dont François et Élisabeth de notre groupe. Ils se sont relayés pour faire connaître ces méthodes d'actions de sensibilisation, de protestation ou de pression. **Côté éducation, le parcours-expo** « *La non-violence, une force pour agir* » et **une atelier** : « *comment développer chez les enfants la liberté de conscience, entre le choix d'obéir à une autorité légitime et la possibilité d'objecter* ». L'objectif pour ces participants pas tous militants au sens de l'action directe était de *devenir capable de faire valoir la pertinence de l'action non-violente*. Ce n'est déjà pas si mal ! En effet, tous ces outils, utilisés par Martin Luther King, Gandhi, les paysans du Larzac et tant d'autres frères en non-violence, demeurent riches d'enseignements pour la Corse aujourd'hui. Objectif de l'Université dépassé puisque deux actions concrètes furent réalisées : « *Corse, Terre de justice ? Corsica, Terra di ghjustizia ?* », tel fut le thème de l'heure de silence, dans les rues de Bastia 11 juillet : les nombreux participants réclamaient à visage découvert l'élucidation des crimes. Les choses bougent en Corse. Côté écologie, c'est le collectif Zeru Frazu (zéro déchet), qui entre en action non-violente, avec une manifestation à Ajaccio le 16 juillet visant à promouvoir le tri des déchets. Le chanteur Jean-François Bernardini et le docteur Edmond Siméoni, sont d'accord pour proclamer que la non-violence est la seule solution dans les combats pour la Corse.

### Formation d'animateurs d'ateliers

La dernière semaine de juillet, s'est déroulé une formation fédérale d'animateurs d'ateliers MAN. Les 19 participants sont venus de 10 groupes locaux différents. Elle fut animée par Denys du MAN Nancy, et par Catherine et Élisabeth du MAN Normandie. Voici quelques échos du bilan :

Très contente d'avoir vécu, goûté, vu, échangé... Rythme vécu différemment par les uns et les autres. Alternance appréciée entre *jeux, temps informels, discussions, films et infos, exercices de mise en route, de découverte des autres, théâtre forum* (avec Denys et Brigitte), *construction d'un atelier à partir d'une commande, analyse de situation et entraînement à l'action non-violente* : délégation de l'atelier ANV à Christian Boury-Esnault du MAN Montpellier. Merci Christian ! On aurait pu passer encore plus de temps à recontextualiser certains exercices, et à peaufiner les régulations. Ce qui nous met en sécurité, c'est que les formateurs disent ce qu'ils font, pourquoi et comment, cela nous met en sécurité. En plus ils tiennent compte de ce que nous disons et laissent de la place aux stagiaires ayant des compétences.

C'est ma deuxième formation MAN : petit côté magique, unique qui me porte, ça me permet de lâcher prise.- Je me ressourcée, confirmée dans mon adhésion au MAN. - Sentiment d'appartenance lié au vécu de groupe sur plusieurs jours, comme au forum. - Envie et encore besoin d'approfondir. - J'ai augmenté ma palette d'outils, je me sens confortée, je persiste et signe. - Je me sens plus légitime pour proposer des formations. - Il me manque encore un peu d'expérience pour me sentir légitime pour une formation à l'action non-violente. - J'ai bien cerné la spécificité du MAN, son engagement dans la non-violence politique, le bien-être des autres en général, la résistance au changement climatique, etc. - Bilan très positif.

### Non-violence et régulation des conflits, aux Journées d'été des Verts

Catherine Steine, membre de notre groupe MAN, et par ailleurs enseignante et formatrice en régulation des conflits pour le rectorat de Rouen, est intervenue le jeudi 20 août à Villeneuve d'Asq, au cours d'un atelier des Journées d'été d'Europe-Écologie-Les Verts. Voici, dans le désordre, les grandes lignes de son intervention. Le texte de Catherine, disponible sur demande, pourrait servir à d'autres !

- **Qu'est-ce que le MAN ?**

Son histoire, son but, ses réseaux thématiques : Éducation, Formation, Écologie et Non-violence, Désarmement nucléaire, Tensions sociales, Solidarité internationale et Intervention Civile de Paix, Israël Palestine.

Un exemple d'action : pendant dix ans, le MAN et l'IFMAN ont travaillé à un projet de loi, avec la Coordination pour l'Éducation à la non-violence et à la paix, visant à instaurer une formation à la régulation non-violente des conflits pour les personnels des établissements scolaires. Cela a abouti à l'article 70 de la loi pour la Refondation de l'École de la République. Le MAN poursuit son action en visant l'instauration dans les programmes scolaires du développement des compétences psychosociales pour la résolution non-violente des conflits

Présentation du parcours-expo du MAN

- **Qu'est-ce que la non-violence ?**

→ Le refus de toute violence (violences du fait d'un individu en son nom propre comme les violences verbales, les agressions, les meurtres, ou au nom d'une cause politique, comme les attentats et les guerres ; et les violences structurelles (précarité, exclusion sociale, atteintes à l'environnement).

→ La proposition d'alternatives, en termes d'action non-violente, de régulation des conflits et de prévention...

→ On assiste aujourd'hui à un renouveau de la non-violence politique : La Corse est la première région de France pour le nombre de formations à la non-violence. Le mouvement basque altermondialiste Bizi a pour principe fondateur la non-violence en raison de son efficacité stratégique. De plus en plus, les clubs de foot organisent des formations à la résolution non-violente des conflits. L'initiative des Villages des alternatives au changement climatique Alternatiba s'appuie sur l'histoire de la non-violence pour organiser ses manifestations.

- **Quelles méthodes sont utilisées dans les formations à la régulation des conflits ?**

Le principe de la cohérence entre la fin et les moyens se retrouve à tous les niveaux de l'action non-violente.

Avec les adultes, les confrontations de représentations, les exercices dynamiques, le théâtre-forum et les jeux de rôle, la démarche coopérative d'analyse de situation vécue, les **pratiques actives et coopératives** en général renforcent les aptitudes à la régulation des conflits, en accord avec la visée d'une démocratie plus participative.

A l'école, l'apprentissage de la démocratie doit passer par son expérimentation, lors de la co-construction des règles de vie de classe par exemple.

- **Qu'est-ce qu'un conflit et pourquoi parler de « régulation » des conflits ?**

· Notions d'accord de distance, de conflit latent, de crise émotionnelle, d'intervention d'un tiers, de sanction, du conflit vu comme une opportunité, le mimétisme de la violence et ses parades.

- **à retenir :**

→ Plus les solutions sont apportées tôt dans le déroulement du conflit, plus il est facile à résoudre.

→ La crise émotionnelle n'est pas le moment de traiter l'affaire mais celui d'apaiser les émotions.

→ La paix n'est pas l'absence de conflit mais la maîtrise des inévitables conflits et la construction d'accords justes

→ On parle de régulation des conflits, pour mettre l'accent sur le flot continu des conflits, sur le fait que les problèmes n'ont pas de solutions immédiates, que celles-ci ne sont pas toujours définitives, et qu'il est utile de se donner des temps de régulation réguliers pour faire le point, et passer à une culture de coopération.

- **Règles de base pour les rencontres de régulation :**

→ Ne pas juger les personnes mais considérer leurs actes.

→ Échanger les points de vue entre destinataire de l'acte, son auteur, tenir compte de la loi et des règles du groupe. Chercher ensemble des solutions gagnant-gagnant

→ Préciser le statut de chacun, choisir un animateur, poser les principes de libre implication, de non jugement, d'écoute et de confidentialité ; s'exprimer en son nom.

· Organiser la circulation de la parole et les prises de décision dans un esprit démocratique.

**Développer une culture de non-violence, ça se décide !**

**Pour nous joindre et nous rejoindre**

**Pour adhérer et vous abonner**

**MAN Haute-Normandie**

Vous pouvez adhérer au MAN Haute-Normandie pour une cotisation annuelle de 66 €, ou bien à partir de 24 € pour les petits budgets (n'hésitez pas), et à partir de 100 € pour les cotisations de soutien, n'hésitez pas non plus ! L'adhésion se fait sur la base du *Manifeste pour une Alternative Non-violente*, que nous tenons à votre disposition. Vous pouvez aussi nous soutenir par un don.

### **IFMAN Nord-Ouest**

En tant qu'adhérent du MAN vous avez la possibilité d'adhérer à l'IFMAN Nord-Ouest, sans cotisation supplémentaire, mais en remplissant un bulletin distinct pour bien marquer votre intérêt et votre soutien à notre institut de formation. L'adhésion se fait sur la base de la *Charte des IFMAN*, que nous tenons à votre disposition.

### **La revue *Alternatives non-violentes***

Vous pouvez vous abonner à *Alternatives non-violentes*, revue trimestrielle associée au MAN. Les nouveaux adhérents du MAN (en 2015) reçoivent en cadeau les 4 prochains numéros d'ANV. Tous les autres adhérents du MAN ont la possibilité de s'abonner à ANV au tarif annuel de 16 €. Bien sûr, vous avez aussi la possibilité de vous abonner au plein tarif (27 €) ou au tarif de soutien (100€).  
En ligne : [www.alternatives-non-violences.org](http://www.alternatives-non-violences.org)

### **Pour nous contacter**

- par courriel : [man.normandie@nonviolence.fr](mailto:man.normandie@nonviolence.fr)
- par poste (uniquement) :  
MAN Normandie, 10 impasse Gustave Guéville, 76960 NOTRE DAME DE BONDEVILLE
- par téléphone : **Géraldine Hédouin** : 02 35 96 52 64
- découvrir le Site fédéral, avec une page MAN Haute-Normandie : <http://www.nonviolence.fr>
- aller sur la page *Facebook* du MAN : <http://www.facebook.com/choisirlanonviolence>

### **Pour vous inscrire ou désinscrire de cette liste de diffusion**

Pour que vos amis s'inscrivent sur cette liste, ils peuvent envoyer un mail en cliquant sur [sympa@man.nonviolence.fr?subject=SUBSCRIBE%20normandie.info](mailto:sympa@man.nonviolence.fr?subject=SUBSCRIBE%20normandie.info)  
Pour vous désinscrire de cette liste  
[sympa@man.nonviolence.fr?subject=UNSUBSCRIBE%20normandie.info](mailto:sympa@man.nonviolence.fr?subject=UNSUBSCRIBE%20normandie.info)