

NICEs N°24

Février 2018

Actualité des
volontaires

Recettes
faciles et
délicieuses

Des problèmes ?
Trucs et astuces



Entre terre et mer



Annelise Wendling
présidente

Edito : Les 3 P

Cent ans ! Voilà cent ans, Albert Schweitzer, le parrain de la promotion 2017/18 était prisonnier dans le sud de la France. Interné avec sa jeune épouse dans des camps jusqu'en juillet 1918. Pour une raison qui nous paraît absurde aujourd'hui : de nationalité allemande tous les 2, ils se trouvaient en territoire français à Lambaréné pour soigner les malades. Ils étaient donc suspects !

Durant cette période difficile, le docteur Schweitzer apprendra plus que jamais à **patienter, persévérer, positiver**. Contre vents et marées, il poursuivra après la guerre son projet de retourner en Afrique tout en œuvrant à l'entente franco-allemande.

A travers ses pages, ce NICES N° 24 nous raconte comment les jeunes en service volontaire vivent un apprentissage analogue dans leurs structures respectives (Actualité des volontaires - page 14 et suite). Il en faut de la patience auprès des personnes handicapées, de la persévérance pour apprendre à bien servir une bière pression ou à devenir un bon guide dans un parc archéologique, de l'optimisme quand "*le travail n'est pas du tout intéressant*" ! Les 3 P sont toujours d'actualité !

Franka l'a bien compris qui propose quelques trucs et astuces (page 10 et suite) quand le moral est en berne. Un autre moment fort qui a requinqué les troupes fut assurément la rencontre en Bretagne à Saint-Pol-de-Léon. "Entre terre et mer" en retrace le journal quotidien (page 4 et suite). Et cerise sur le gâteau, quelques bonnes recettes sélectionnées par notre rédactrice et cordon bleu vous mettront en appétit.

Bonnes expérimentations culinaires et bonne lecture à tous !

Sommaire



4

Entre terre et mer
Séminaire en Bretagne

10

Des problèmes ?
Trucs et astuces

14

**Actualité des
volontaires**

23

Bon appétit !
4 recettes pour
vous

27

Sources

Entre terre ● et mer

La mer, presque tous les volontaires d'ICE-RF faisant leur service civique en France l'ont vue, ainsi que le joli paysage de la Bretagne - c'est la recette pour une bonne rencontre !



Samedi, 18/11/17

03h15 : Devant notre appartement, Lukas, Finn, Céline, Mélissa et moi attendons Claude qui vient nous chercher avec le minibus pour partir en Bretagne. Il fait froid et je suis heureuse que Sefiya, qui est assise à côté de moi, ait une couverture. Les garçons dorment pendant que nous les filles regardons se lever le soleil sur les paysages de France. Je n'ai jamais été en Bretagne et je ne sais pas ce qui m'attend.

Vers 15h30 on arrive à Kersaliou, notre hébergement à Saint-Pol-de-Léon. On est surpris de découvrir que c'est un château ! Au fur et à mesure, les autres volontaires arrivent et le soir tombe. On fait une balade à la plage. Ce n'est pas loin.



Dimanche, 19/11/17

Après le petit-déjeuner, nous prenons un bus qui nous amène au cimetière militaire allemand de Lesneven où nous participons au "Deutscher Volkstrauertag". Un homme qui a vécu la 2^{ème} guerre mondiale nous parle de son expérience et Finn lit la lettre d'un groupe de soldats de la 1^{ère} guerre mondiale, qui appelle à une Europe unie. Ensuite nous participons à la cérémonie et quatre d'entre nous déposent des roses au monument du cimetière.

Restaurés avec des sandwiches, nous continuons notre journée par une balade au "bout de l'Europe", au Conquet au bord de l'Atlantique. Elle se termine avec des boissons chaudes (thé, café ou chocolat) et des crêpes : délicieux !

Et pour finir, nous admirons le coucher du soleil sur la mer à la pointe St-Mathieu, c'est magnifique !

Lundi, 20/11/17

Aujourd'hui commencent les entretiens. Chacun de nous discute avec Anne, Claude ou Annelise pour parler de notre vécu dans nos sites d'accueil. Nous pouvons évoquer les problèmes, etc.

L'après-midi nous allons à Roscoff, une petite ville pas loin de notre hébergement où nous visitons Algoplus, une entreprise qui récolte et transforme des algues alimentaires. Est-ce que vous savez qu'on peut manger des algues ?

Elles sont pas mal ! Ensuite, nous apprenons quelques danses traditionnelles de la Bretagne avec des Bretons. Nous nous amusons bien ! Pour nous accompagner, deux Bretons jouent du violon et de l'accordéon. Après deux heures de dur entraînement, nous arrivons à danser quelques danses très faciles.





Mardi, 21/11/17

C'est déjà le dernier jour pour le 1^{er} groupe ! Le temps a passé très vite !

A Roscoff, nous prenons le bateau pour l'île de Batz que nous découvrons grâce à un jeu de piste.

De retour au château, nous faisons des ateliers au choix : danses bretonnes, musique, planning pour le mois de l'Europe, Land Art et bricolage pour Noël.

Le soir nous présentons nos ateliers et après il y a une surprise du bureau d'ICE : une présentation de toutes les photos et vidéos de cette rencontre ! On termine avec du cidre et des gâteaux bretons. Une bonne fin pour cette rencontre !



Mercredi, 22/11/17

Il faut se lever très tôt parce que les premiers volontaires partent à 7h. Je dis "au revoir" à mes nouveaux amis. Je suis très heureuse que les gens du 1^{er} groupe m'aient aussi bien accueillie!

J'ai le droit de rester pour le 2^{ème} groupe parce que je fais partie du bureau d'ICE et qu'il faut préparer son arrivée.

Le soir, je suis contente de retrouver les gens que je connais déjà du séminaire d'août. Comme avec le 1^{er} groupe, nous faisons une balade nocturne à la plage.



Jeudi, 23/11/17

Ce jour est réservé pour les entretiens, ensuite, viennent la visite d'Algoplus et les danses bretonnes.

Malheureusement sans les musiciens, uniquement avec des CD, mais on s'amuse bien quand même. Le professeur nous dit qu'on est le meilleur groupe qu'il ait jamais eu !



Vendredi, 24/11/17

Le programme du matin est nouveau pour moi aussi. On va à la vallée des Saints où se trouvent des statues de saints bretons. Est-ce que vous savez que la Bretagne est très catholique ?

Les statues sont impressionnantes quand elles surgissent du brouillard. Nous faisons un jeu de piste et la connaissance avec la météo bretonne : soleil, vent, pluie, brouillard ... – tu ne sais jamais ce qui vient ! –

L'après-midi, nous allons au "bout de l'Europe", mangeons des crêpes et regardons le coucher du soleil.



Samedi, 25/11/17

Au programme de la journée, la visite de l'île de Batz et les ateliers. Comme pour le 1^{er} groupe, nous présentons nos ateliers le soir et goûtons aux spécialités bretonnes.

Dimanche 26/11/17

Retour à la maison.



Des problèmes ?

Trucs et astuces

Un problème ? C'est normal. D'autant plus dans un pays étranger dont tu ne maîtrises pas encore bien la langue. Tu ne sais pas comment réagir face à une personne handicapée, lors d'un différend avec tes colocataires, lorsque tu as le mal du pays, etc. Souvent les difficultés s'accumulent.

Tu te sens mal, tu as peur, tu es en colère, énervé ou triste... Peut-être même dors-tu mal, tu n'as pas faim, pas de motivation. Le souci prend toute ton énergie. Et avec le temps, tu tombes malade.

Beaucoup de problèmes ont une solution.

D'abord ne pas désespérer ! Ce n'est pas la fin du monde ! Il y a presque toujours une solution.





"Si le problème a une solution il ne sert à rien de s'inquiéter, mais s'il n'y a pas de solution, s'inquiéter ne changera rien."

(Proverbe tibétain)

Réfléchis : Pourquoi as-tu ce problème et que peux-tu faire pour aplanir les difficultés ? Parle avec tes amis, ta famille, etc. Peut-être que quelqu'un a déjà eu le même problème.

Souvent c'est bon d'avoir un autre point de vue.

Mets ton problème par écrit. C'est important de noter tes soucis.

N'hésite pas à prendre le problème en main tout de suite. Le plus tôt, c'est le mieux !

Et n'oublie jamais que c'est durant les moments difficiles que tu en apprends le plus ! Après tu jetteras un regard en arrière et tu seras fier d'avoir réussi à maîtriser cette situation.

Exercices de relaxation



**De temps en temps
c'est le stress qui est le
plus grand souci :
beaucoup de travail,
moins de temps, ou le
sentiment de devoir
faire trop des choses...**

**Ci-dessous, tu
trouveras des
exercices qui aident à
se relâcher.**

Cherche un lieu où tu as un peu d'espace. Laisse tomber le buste en avant, les bras et la tête pendillent. Imagine que tu laisses tomber tous les soucis. Après, redresse le buste progressivement. Les bras et la tête restent décontractés jusqu'à la fin.

Debout, étire-toi, en allant sur la pointe des pieds, tends tes bras vers le ciel. Imagine que tu cherches les étoiles.

Fais une balade, de préférence dans la nature. Se bouger est très bien pour la circulation et l'air frais soutient le système immunitaire.



Ecoute une chanson que tu aimes beaucoup ou qui te fait penser à un bon moment.

Faire du sport est bon aussi bien pour le corps que pour l'esprit.




Lis un bon livre qui t'aide à oublier les soucis.

"Lorsque nous remplissons notre tête de bonnes choses, les mauvaises n'ont pas la place d'y entrer."

Joyce Meyer

Ferme les yeux et concentre-toi sur la respiration ! Inspire en gonflant le ventre. Expire en rentrant le ventre. Fais ça au minimum 30 secondes.

Bois un thé ou un café, regarde éventuellement un film et relâche-toi. 

Actualité des volontaires

Que faites-vous durant vos journées ? Comment est votre vie en France ? Voici quelques expériences de votre quotidien...



Madame chocolat

Ma journée commence normalement vers 7h30. Je réveille Alex, une personne de mon foyer. C'est toujours très mignon, je m'assieds sur son lit, il prend ma main et il la caresse. Puis il dit son "Capitan" et après je le rase pendant qu'il est encore dans son lit. C'est très important pour Alex qu'il puisse choisir ses vêtements tout seul. Donc il choisit toujours entre deux pantalons, deux pulls, etc.

Après je réveille Louis et je fais sa douche. Et je sais quand il a faim, c'est lorsqu'il est très motivé pour prendre très vite sa douche.

Quand Alex prend sa douche, c'est obligatoire qu'on écoute la musique des Beatles. Sa chanson préférée est "Hey Jude". Puis il danse et chante sous la douche. Après il s'habille, s'assied encore quelque minutes dans la salle de bain pour écouter la musique.

Lors du coucher de Louis, je lis une petite histoire. Il s'assied à côté de moi et il regarde le livre avec moi. Après on fait un "High-Five" ou un petit bisou pour dire bonne nuit !

Le coucher d'Alex est aussi très drôle. Quand il enlève ses chaussettes, j'en prends une et il prend l'autre et on joue à Zorro.

Un après-midi, j'ai fait un gâteau chocolaté pour le goûter avec Maurice et maintenant il m'appelle "Madame Chocolat". Il m'embête toujours pour que je mange tout le temps du chocolat et bientôt je ne pourrai plus passer par la porte !

Si j'ai mon congé pendant la semaine, je ne peux pas dormir trop longtemps, parce que vers 8h30 Alex va en bas et il fait tout le jour "Hühühühüüü". C'est mon réveil automatique.

Elisa Bludau

Super Mario et la bière pression

Un soir, à l'ICAM, l'école supérieure où je travaille, j'ai eu la chance de servir au bar organisé par les étudiants. Mais pour cette soirée du jeudi 9 novembre de 18h à 20h, six étudiants internationaux, un Indien, un Congolais, deux Brésiliens, Hannah Hüppe et moi – les deux volontaires allemandes – ont pris exceptionnellement en charge le travail des serveurs. Avant, on avait eu une courte formation pour apprendre comment on sert une bière pression, parce que ça n'est pas particulièrement facile quand il y a beaucoup de monde au bar. On était divisé en 3 groupes : mon groupe était composé des deux Brésiliens et moi et on

s'est déguisé en Mario, Yoshi et Peach (des personnages de Nintendo). En travaillant on a beaucoup ri, parce que tout n'a pas fonctionné comme on avait espéré.

Cette soirée était très spéciale pour moi parce que normalement le travail au bar n'est réservé qu'aux étudiants français qui ont fait une formation plus longue qu'une demi-heure et qui travaillent au bar régulièrement. En plus, le travail au bar est très demandé par les étudiants. Sans cela, je n'aurais pas eu la chance d'y travailler et de faire cette expérience extraordinaire.

Helen Weiss

Même sans internet!



Je travaille cinq jours par semaine, toujours de 9h00 à 17h00, avec une heure de pause, c'est un travail très varié.

Je fais du jogging trois fois par semaine avant le travail et je vais deux fois au volleyball après le travail. Nous devons cuisiner pour nous tous les soirs, donc nous faisons aussi des courses hebdomadaires.



Nous avons presque toujours le week-end de libre, il n'y a que quelques exceptions. Le week-end, nous sommes toujours très occupés, nous voyageons souvent ou visitons d'autres volontaires.

Le temps passe très vite ici et je peux dire que c'est bien de faire un service volontaire après ma scolarité. Tout s'est très bien passé jusqu'à présent. Malheureusement, nous n'avons pas encore internet chez nous, c'est un peu difficile pour nous.

Sinon, merci beaucoup pour cette belle expérience en France.

Anonyme

Vinaigrette où navette ?

Ça s'est passé au début de l'année. A l'époque, j'avais encore du mal avec le français. Pour le dîner, on m'a dit que je devais préparer une vinaigrette et j'ai confondu avec le mot "navette". Navette ça veut dire qu'on cherche les personnes handicapées à l'arrêt de bus. Donc, je suis sortie et je me suis

mise en route avec assurance. Quand je suis arrivée il y avait déjà un autre volontaire qui m'a demandé ce que je faisais là. J'ai répondu: "Moi, je fais juste la vinaigrette". Il n'a pas arrêté de rire et moi aussi une fois qu'il m'avait expliqué ma méprise !

Clara

Snoezelen



Je travaille dans un établissement pour enfants polyhandicapés.

Quand je commence mon travail à dix heures, l'équipe a tout juste fini avec le petit-déjeuner. Il faut beaucoup de temps pour le lever, le change, l'habillage, la mise au fauteuil, pour donner le petit-déjeuner et les médicaments. À dix heures, on commence avec le

temps d'accueil. On dit bonjour à tous et on décide ce que l'on va faire ce jour. Après, chaque éducatrice s'occupe d'un ou deux résidents et les emmène dans la salle de bains pour broser les dents et les changer si nécessaire.

Entre dix heures trente et midi, nous avons du temps pour proposer des activités. Nous



faisons des promenades, nous pouvons nager dans notre petite piscine, nous jouons, ou bien nous pouvons proposer un temps de relaxation ou de musique. À cause du handicap, les possibilités sont limitées et un étranger pourrait penser qu'on fait toujours la même chose.

Mais on ne peut pas comparer notre travail avec le travail en crèche ou à l'école. Le plus important pour nous, mis à part les choses quotidiennes, c'est que les résidents soient à l'aise. Cela signifie qu'on fait des choses simples mais toujours sans stress – notre rythme est lent et donc calme et détendu. Ma préférence est de passer du temps dans la salle

„Snoezelen“, c'est une pièce avec de la lumière colorée, parfois tamisée et un pilier avec des bulles d'eau. J'aime bien faire des massages quand on écoute la musique Zen et regarder les changements de lumière. L'après-midi après la sieste nous avons un peu plus de temps pour les activités et nous aimons sortir !

Parfois nous faisons juste un tour en véhicule mais nous avons déjà été à Europa-Park, au Parc de Sainte-Croix, aux marchés de Noël ou au cinéma. Parfois lorsque je passe du temps au travail, ce n'est pas seulement de la relaxation pour les résidents mais pour moi aussi.

Schirin

Fouilles



Les jours au parc archéologique sont très diversifiés. On a beaucoup d'occupations différentes. On travaille dehors pour faire le jardin, on construit un tas de compost, ou on fait des recherches sur une fouille. Beaucoup des visites qu'on a suivies ont eu lieu dehors aussi !

Simon et moi, avons organisé et guidé tout seuls une visite pour des enfants, et nous allons faire ça beaucoup de fois à l'avenir.

Mais on travaille aussi à l'intérieur! Un peu dans la bibliothèque du parc avec des objets romains que nous lavons et étiquetons. On prépare déjà des visites pour les prochains mois : on fabrique des petites pierres en argile pour l'atelier mosaïque et on prépare un jeu de piste dans le parc. En plus, on travaille sur l'ordinateur avec des images des fouilles, on fait des traductions entre l'allemand et le français.

Alors on a beaucoup de travail différent et ça me plaît beaucoup !

Jona



Les Chinois de l'Europe



Je m'étais déjà bien remis de la fête du Nouvel An quand j'ai commencé mon 1^{er} jour de travail de l'année 2018.

En gros, rien de particulier ne s'est passé au travail : Je suis allé au magasin de bricolage pour acheter de la peinture en vue de retaper un peu l'une des chambres au travail. Après, j'ai préparé un autre studio en changeant les draps et en donnant un coup de balai pour des nouveaux résidents. Comme d'habitude, j'étais à l'accueil pendant le reste de la journée pour répondre aux appels à l'aide des gens qui se présentaient. Ce jour-là, le travail n'était pas du tout intéressant comparé à la suite. Pendant qu'une collègue et moi étions sur la route de Toulon pour rentrer à la maison, ladite collègue m'a posé une question vraiment étonnante : "*Alors, est-ce que c'est vrai qu'en Allemagne, les hommes ne parlent pas avec les femmes ?* " Elle m'a expliqué qu'elle avait vu une vidéo dans laquelle une Française partageait ses expériences en Allemagne. Cette Française observait quotidiennement que les Allemands draguent beaucoup moins offensivement les femmes que les Français.



Je ne pouvais pas vraiment le croire, mais ma collègue a ajouté : *"Peut-être que c'est seulement dans le Sud de la France, mais ici, les femmes et les filles se font beaucoup draguer, soit dans la rue ou au supermarché. Les mecs viennent leur faire des compliments, leur demander le numéro de téléphone ou les inviter spontanément au cinéma. Et ils sifflent, les mecs, ils sifflent chaque fois qu'ils voient une jolie fille !"*

De plus en plus, je me suis rendu compte qu'elle avait apparemment raison. Bien sûr, c'est exagéré de dire que les

Allemands ne draguent pas les femmes, mais c'est différent Outre-Rhin : si on s'intéresse à quelqu'un, on s'approche plus doucement et discrètement, on commence par échanger des regards et des sourires. Et il y a une chose qui est sûre : tu ne siffles pas ! Jamais !!!

J'ai expliqué tout ça à ma collègue, ajoutant aussi que j'ai déjà vu comment un garçon s'est fait gronder parce qu'il avait sifflé une fille et il ne s'est pas fait gronder par la fille elle-même, mais par ses copains – siffler est considéré comme un manque de respect.

"Dis-donc," a-t-elle dit, "les Allemands sont vraiment plus sérieux que nous. Et plus distants... Et comme je ne t'ai jamais vu rire, les Allemands n'ont apparemment pas d'humour non plus. Franchement, c'est qui ça les Allemands ? Les Chinois de l'Europe, quoi ?!"

Hannes Kurz

Bon appétit !

4 recettes
pour vous

Voici pour vous une
recette facile, à base
de pommes de terre,
un produit régional
disponible toute
l'année, bon marché et
très délicieux- on
l'aime !

Et pour le dessert : la
France rencontre les
mers du sud...





Poêlée aux pommes de terre et saucisse fumée

Temps de préparation :
60 min
Pour 4 personnes

Ingrédients

8 pommes de terre
2 oignons
2 gousses d'ail
2 cuillères à soupe
d'huile d'olive
Herbes de Provence
400 g de saucisse fumée
8 cl d' eau

Préparation

- 1) Éplucher et laver les pommes de terre. Couper en cubes et les faire cuire dans l'eau salé pendant 20 minutes.
- 2) Émincer les oignons. Hacher finement les deux gousses d'ail. Couper la saucisse en petites tranches.
- 3) Faire revenir les oignons et l'ail dans une sauteuse avec deux cuillères à soupe d'huile d'olive. Saler (pas trop, la saucisse est fumée), poivrer et saupoudrer d'herbes de Provence.
- 4) Mélanger avec les pommes de terre et faire mijoter 15 min avec un demi verre d'eau.



Fajitas aux avocats

Temps de préparation :

40 min

Pour 4 personnes

Ingrédients

16 tortillas de blé

200 g de haricots rouges au naturel (conserve)

3 poivrons (vert, rouge et jaune)

2 oignons

1 gousse d'ail

500 g de coulis de tomates

1/2 c. à café de paprika

3 pincées de cumin

2 gousses d'ail

1 pincée de piment

sel, poivre, huile d'olive

Pour la garniture :

250 g de maïs au naturel (en boîte)

2 avocats

2 tomates

Quelques feuilles de salade verte

Préparation

1) Préparation de la sauce

Émincer les oignons, les faire revenir dans l'huile d'olive. Épépiner les poivrons, les émincer en lamelles, les ajouter aux oignons quand ceux-ci sont tendres. Cuire pendant 15 min. à feu doux en remuant délicatement.

Ajouter les épices (cumin, paprika, piment), les gousses d'ail pressées, le concentré de tomate puis les haricots rouges égouttés. Laisser revenir 5 min. Ajouter le coulis de tomates et laisser mijoter 15 min. (s'il y a trop de jus, laisser cuire encore quelques minutes).

2) Préparation des tortillas

Humidifier légèrement les tortillas, les entourer de papier sulfurisé et faire chauffer pendant une dizaine de min. dans un four préchauffé à 180°C.

3) Préparation des garnitures

Égoutter le maïs. Rincer les feuilles de salade et les tomates puis les couper en dés. Peler les avocats et couper en tranches. Arroser de citron pour éviter qu'ils ne noircissent.

4) Tout mettre sur la table et chacun se sert à sa guise !!



Crêpes faciles

Temps de préparation : 20 min
Pour 6 crêpes

Ingrédients

120 g de farine
2 oeufs
30 cl de lait
1,5 cuillère à soupe d'huile
Ingrédients à volonté pour mettre
sur les crêpes :
sucre, beurre, fruits, noisettes,
crème, glace, confiture, miel ...

Préparation

- 1) Mélanger le tout.
- 2) Faire fondre un peu de beurre dans une poêle et cuire (une à une) les crêpes : une louche de pâte par crêpe.
- 3) Garnir avec vos ingrédients préférés.



Riz au lait coco

Temps de préparation : 20 min
Pour 4 personnes

Ingrédients

1l de lait de coco
100 g de riz rond
40 g de sucre
1 gousse de vanille
1 pincée de sel

Préparation

- 1) Chauffez le lait de coco, le sucre, le sel, la vanille fendue et le riz.
- 2) Remuez et baissez le feu. Il faut que le lait chauffe doucement !
- 3) Laissez cuire à feu très doux en remuant souvent pour éviter que le riz ne colle au fond.
- 4) Après 35 mn, vérifiez la cuisson : le lait doit être crémeux et le riz bien cuit.
- 5) Retirez la gousse de vanille et rectifiez le goût avec le sucre.
- 6) Versez dans des petits ramequins et laissez refroidir avant de déguster.

Sources

Photos et recettes

Page 10 :

<http://www.marieclaire.fr/gerer-son-stress,20132,660735.asp>

Page 23, 24, 25, 26 :

http://www.marmiton.org/receptes/recette_poelee-provencale-facile_223322.aspx

http://www.marmiton.org/receptes/recette_tortillas-vegetariennes_334927.asp

<https://www.papillesetpupilles.fr/2011/01/crepes-faciles.html/>

<https://www.tipiak.fr/recette/tapioca-facon-riz-au-lait>

<http://www.ptitecuisinedepauline.com/2017/10/fajitas-vegan.html>

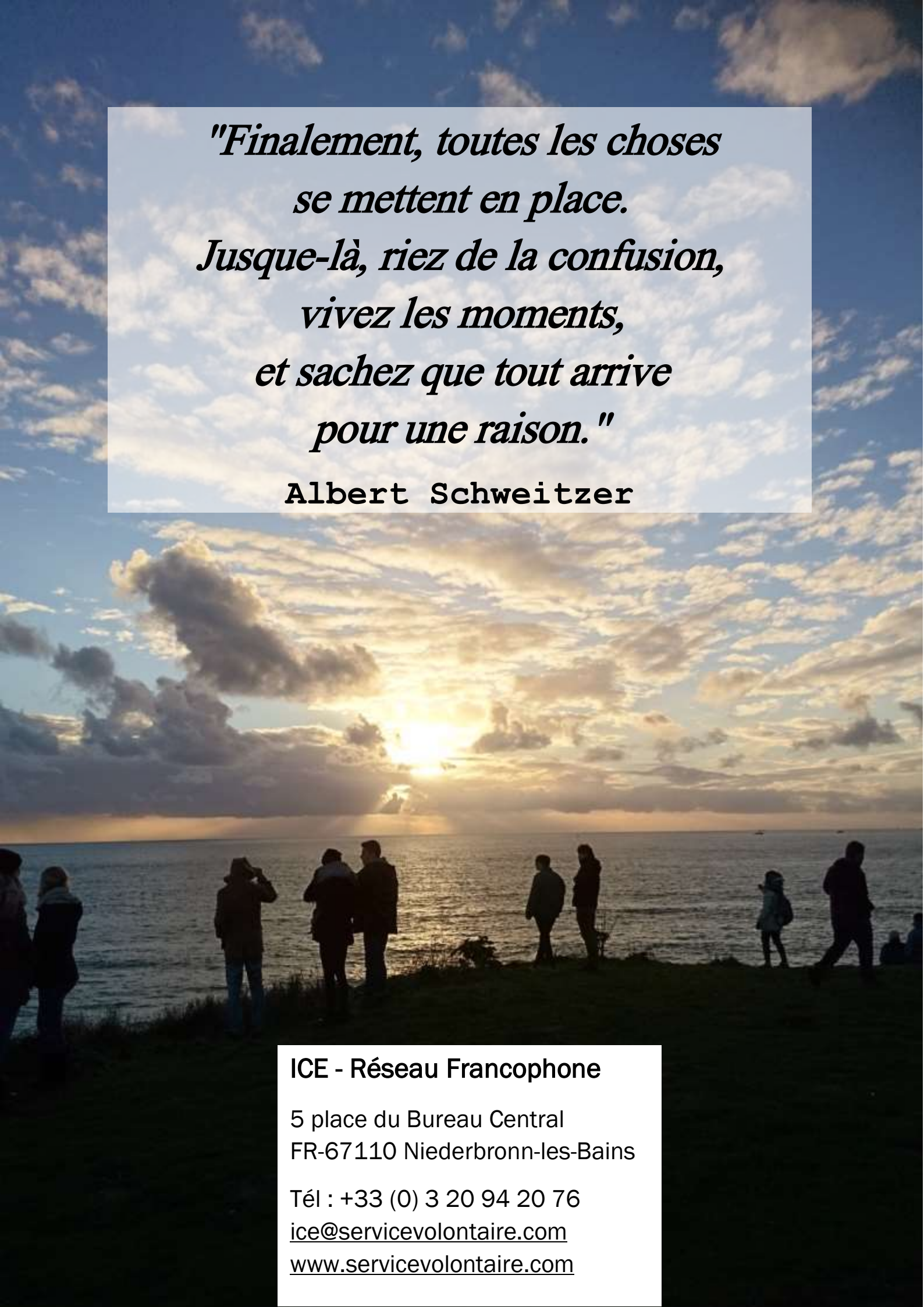
Les autres photos par Claude, Annelise et les volontaires, tous droits réservés

Merci à Anne, Annelise, Claude, Alya, Clara, Elisa Bludau, Hannes, Helen, Jona, Simon, Schirin et Yanna !

Chef de la rédaction et mise en page :

Franka Hangler
Volontaire d'ICE-RF

Envoyez-moi vos articles et photos à
assistant@servicevolontaire.com

A sunset over the ocean with silhouettes of people watching. The sky is filled with soft, golden clouds, and the sun is low on the horizon, casting a warm glow. In the foreground, several people are silhouetted against the bright light of the sunset, standing on a grassy shore and looking out at the water.

*"Finalement, toutes les choses
se mettent en place.
Jusque-là, riez de la confusion,
vivez les moments,
et sachez que tout arrive
pour une raison."*

Albert Schweitzer

ICE - Réseau Francophone

5 place du Bureau Central
FR-67110 Niederbronn-les-Bains

Tél : +33 (0) 3 20 94 20 76

ice@servicevolontaire.com

www.servicevolontaire.com