

**GUIDE D'ACCUEIL**



# Tiers-lieu

# L'ARBRE



**ÉCOLOGIE**



**VOYAGE**



**PARTAGE**

# SOMMAIRE

---

## 01. COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

---

## 02. BON À SAVOIR

A NE PAS OUBLIER D'EMMENER  
LES REPAS  
LES NUITÉES À L'ARBRE  
AUTRES SERVICES  
SE DÉPLACER

---

## 04. À VOIR À FAIRE

---

## 05. EN SAVOIR PLUS SUR L'ARBRE



# COLIVING DE L'ARBRE !

## BIENVENUE AU COLIVING

Si tu lis ce document, c'est que tu viens passer quelques jours/semaines/mois au coliving de l'Arbre (ou que tu envisages de le faire). On espère que tu vas te régaler ;)

Avant toute chose, nous t'invitons à lire ce guide jusqu'au bout : il t'aiguillera tout au long de ton séjour et te servira de référence sur la vie du lieu, les transports et la participation aux frais.

## LE COLIVING, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le terme coliving vient de l'anglais « co » (ensemble) et « living » (vivre). Le fonctionnement du lieu se rapproche d'une auberge de jeunesse ou d'un gîte mais nous nous définissons plutôt comme une grande colocation éphémère, où chaque habitant·e est autonome.

# COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

## 1. L'AUTOGESTION, LA RESPONSABILITÉ DE TOUS·TES

Chaque espace est conçu pour que tu puisses t'épanouir et trouver ce que tu cherches dans chaque pièce, en fonction de tes besoins, sans intermédiaire, via des affichages dédiés. Ce fonctionnement permet de libérer du temps au coordinateur·rice et/ou bénévoles du tiers-lieu et de responsabiliser chacun·e des coliveur·euses. Nous comptons ainsi sur toi pour respecter le rangement et l'hygiène des espaces communs durant ton séjour et pour laisser ta chambre propre à ton départ. Pas d'inquiétude, il y aura toujours une personne pour répondre à tes questions si besoin ;)

## 2. VIVRE DANS LE RESPECT DU VIVANT

Zéro déchet et sobriété heureuse : à l'Arbre, nous nous efforçons de vivre en cohérence avec nos valeurs en évitant autant que possible l'utilisation de plastique (achats de gros volumes, utilisation de bocaux et tupperware lors des courses...), le gaspillage alimentaire/électrique et en valorisant les circuits courts et la réutilisation des biodéchets dans le jardin avec un compost.

### 3. VIVRE DANS LE RESPECT DE CHACUN-E

Partage, convivialité et bienveillance : le coliving de l'Arbre est un lieu de rencontre et de partage, qui se veut convivial et bienveillant. Nous prôtons une communication non-violente et une cohabitation amicale et harmonieuse entre tout-es les résident-es. Tu es libre de t'exprimer librement, et de nous faire part de tes ressentis, concernant ton séjour par exemple :)

## BON À SAVOIR

### A NE PAS OUBLIER D'EMMENER

- ✓ Tes affaires de toilette
- ✓ Ta serviette de douche
- ✓ Tes jeux de société et/ou instruments de musique pour illuminer les soirées ici.

### LES REPAS

La confection des repas : la plupart du temps, les repas sont préparés et partagés par les coliveur-euses présent-es sur le lieu. Ils se déroulent en autogestion : 2 ou 3 personnes se chargent à tour de rôle d'imaginer le menu et de cuisiner. Tu peux choisir de partager ces repas collectifs, ou bien ramener ta propre nourriture à cuisiner.

Prix des repas collectifs :

- 3€ pour les petits-déjeuners
- 3€ pour les adhérents de l'association pour les déjeuners/dîners
- 5€ pour les non-adhérents pour les déjeuners/dîners

Il comprend le coût des matières premières bio utilisées, le coût des matières premières consommées en dehors des repas et l'achat et l'entretien du matériel présent au coliving (ustensiles, four, plaques, grille-pain, robot...).



Au coliving, nous ne consommons pas de viande au quotidien. Si tu souhaites donc en manger, il faudra l'apporter toi-même, et choisir ou non de la partager avec les autres convives qui le souhaitent. Ici, tu ne verras pas non plus de produits suremballés. Tu pourras profiter des gros volumes de produits secs, légumineuses et céréales en tout genre ! :) L'équipe du Tiers-lieu de l'Arbre a à cœur de proposer une cuisine bio, locale et de saison avec des fruits et légumes cueillis directement au Jardin de deux'main, tenu par Guillaume, Marie et leur équipe.

## LES NUITÉES À L'ARBRE

Le paiement des nuitées s'effectue à l'arrivée et les repas en fin de séjour/à la fin de chaque semaine. Tu peux payer en espèces, ou bien sur notre billetterie HelloAsso en ligne avec ta carte bancaire.

Tu as le choix entre plusieurs chambres :

Chambres 1 et 2 (2 lits simples): Plein tarif 28€/pers./nuit - Tarif réduit\* 23€/pers./nuit

Chambres 3 et 5 (4 ou 5 couchages en lits simples et superposés) : Plein tarif 25€/pers./nuit - Tarif réduit\* 20€/pers./nuit

Chambre 4 : (un lit double) 56€/2pers./nuit

\*étudiants et personnes en recherche d'emploi

Ce qui est inclus dans le prix :

✓ Mise à disposition de l'espace cuisine

✓ Draps

✓ Internet WIFI/Fibre

✓ Parking sur place

✓ Accès aux extérieurs

✓ Salles de bain dans chaque chambre et communes pour les chambres 1 et 2

✓ Prêt de chaussons le temps du séjour

Nous tâchons de confectionner des repas adaptés aux régimes alimentaires de chacun. N'hésite pas à nous faire part du tien avant ta venue.

## AUTRES SERVICES

Machine à laver : 2€

Squash (à 2km de l'Arbre) : 2€ pour les adhérent-es et 4€ pour les non-adhérent-es

Prêt de raquettes compris, chaussures propres obligatoire.

Impressions à tarif réduit (demandez-nous).

Vélo en libre-service (demandez-nous).

## SE DÉPLACER

Notre adresse → 4 route de Villers, Lieu-dit Escures 14520 COMMES.

Nous sommes situés entre Bayeux et Port en Bessin Huppain.

- A vélo :

Le Tiers-Lieu est situé sur la voie cyclable Vélomaritime, ainsi que du parcours Mont-Saint-Michel - Plages du Débarquement, et nous sommes équipés pour accueillir les cyclotouristes (espace garage, matériel de réparation et d'entretien).

- Par le train :

La gare la plus proche est celle de Bayeux. En fonction de ta ville de départ, il existe plusieurs lignes pour venir jusqu'à Bayeux, notamment le Paris/Cherbourg ou la ligne Caen/Bayeux.



- En bus :

Tu peux prendre la ligne de bus 70, direction Grandcamp/Maisy qui longe toute la côte. Il faut descendre à l'arrêt de bus "Commes" et marcher une centaine de mètres. Attention il n'y a pas beaucoup de bus dans la journée ! Contactez nous si vous vous interrogez sur les horaires.

- Si tu viens en voiture :

Pour les GPS qui ne connaissent pas précisément notre adresse, il faut mentionner 34 Escures, 14530 Commes puis suivre la signalétique sur place.

# À VOIR À FAIRE

## LE TIERS-LIEU L'ARBRE

Le Tiers-lieu L'Arbre et sa programmation agri-culturelle : festival, visites, ateliers, etc.. L'association dispose d'une salle de spectacle et propose régulièrement des activités.

**POUR CONSULTER TOUTE LA PROGRAMMATION RDV SUR TIERSLIEULARBRE.ORG OU SUR NOS RÉSEAUX SOCIAUX.**

À ton arrivée, tu peux regarder le tableau des activités de la semaine et prendre part à un ou plusieurs ateliers proposés. Si tu te sens l'âme d'un-e artiste, d'un-e sportif-ve, ou que tu as une connaissance à partager, tu peux à ton tour l'écrire sur le tableau et trouver un créneau. Des jeux, piano, guitare t'attendent sur place, de même que des vélos en location.

## LE JARDIN DE DEUX'MAIN

Le Jardin de deux'main : c'est l'occasion de découvrir le maraîchage biologique sur sol vivant sur 2,5 hectares ! Tu peux te balader dans les allées ou profiter d'une visite d'il y en a une de programmer pendant ton séjour. Le magasin du Jardin est ouvert le mardi de 16h à 19h et le vendredi de 16h à 18h.



## LE BESSIN ET SES ALENTOURS

Le coliving est idéalement situé entre les plages du Débarquement et la ville médiévale de Bayeux. Nous nous ferons une joie de te conseiller des randos et balades dans la région :) Tu trouveras aussi de la documentation à l'entrée du coliving.

# EN SAVOIR PLUS SUR L'ARBRE

## NOTRE ARBRE EN DEUX MOTS

Le Tiers-lieu L'Arbre en Normandie (14) est un espace écologique et de cohésion sociale proposant une programmation agricole et culturelle tout au long de l'année. Le lieu accueille une diversité d'événements tels que des formations à l'agroécologie, le festival éco-citoyen Soyons Demain, des visites de fermes, des chantiers participatifs, etc.

## VENIR AU COLIVING DU TIERS-LIEU L'ARBRE C'EST...



### VIVRE

Vivre en collectif, au cœur d'une ferme laitière et maraîchère, située à côté de la ville, la mer et la campagne...



### PARTAGER

Partager des moments de rencontres, des repas, des temps festifs, des idées, des souvenirs, des envies, des talents...



### DÉCOUVRIR

Découvrir une manière de vivre, élargir ses horizons, apprendre, développer ses savoirs, ses compétences, s'épanouir...

# BON SÉJOUR AU COLIVING ! L'ÉQUIPE DE L'ARBRE



Tiers-Lieu L'Arbre



<https://www.tierslieularbre.org/>



“ Un tiers-lieu est un espace qui est ni la maison, ni le travail, ni l'école, mais dans lequel on se sent chez soi, on fait ensemble et on apprend. ”

## CONTACT

📍 4 Rte de Villers, 14520 COMMES

☎ 02.31.51.88.24

✉ [larbre.tiers.lieu@gmail.com](mailto:larbre.tiers.lieu@gmail.com)