

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

**JE TE RESPECTE,
JE TE CHÉRIS,
TU COMPTES POUR MOI**

Dans la tribu Babemba de l'Afrique du sud, lorsqu'un habitant fait quelque chose de nuisible, la tribu place la personne au centre du village entourée de sa communauté. Pendant deux jours, tous les membres rappellent à la personne les choses merveilleuses qu'elle a accomplies. Cette tribu croit que chaque être humain est foncièrement bon. Chacun de nous ne désire que la sécurité, l'amour, la paix et le bonheur. Mais parfois, les gens font des erreurs et la communauté les voit comme un appel à l'aide. Ils s'unissent alors avec bienveillance pour le soutenir, l'aider à renouer avec sa vraie nature, lui rappeler qui il est vraiment, l'enfant joyeux qu'il a été, l'adolescent aidant, jusqu'à ce qu'il se souvienne parfaitement de la vérité dont il a été temporairement débranché, pour se dire enfin : « Je suis quelqu'un de bien »

NOËL APPROCHE !!!

Tu es
une belle
personne

J'ai choisi ce magnifique conte africain à cette période de l'année propice aux rassemblements familiaux. Parfois il s'agit d'un rassemblement festif, parfois, la famille est éclatée et ne souhaite pas se retrouver, on peut entendre aussi : « Je pars dans ma famille 2 jours, ça suffira bien »... Que ces fêtes de fin d'année soient pour vous un moment de retrouvaille en vérité et en humanité. Bien à chacun de vous, Laurence Richard

**LE CENTRE GUTENBERG ET L'EVS
SERONT FERMES
DU 23 DÉCEMBRE
AU 1ER JANVIER INCLUS
NOUS VOUS SOUHAITONS DE
TRÈS BONNES FÊTES
DE FIN D'ANNÉE**



À VOS AGENDAS !

Du 4 au 9 décembre:

- Permanence avocate, lundi 4 sur RDV
- LAEP, les lundi 4, mardi 5 et mercredi 6
- Sortie Guitoune, mardi 5
- Permanence CLCV, mercredi 6 sur RDV
- Sortie Guitoune, vendredi 8

Du 11 au 16 décembre :

- Histoire de l'art avec Odile, lundi 11
- LAEP, les lundi 11, mardi 12 et mercredi 13
- Instant Partage Famille, mercredi 13

Du 18 au 23 décembre:

- LAEP et goûters de Noël, les lundi 18, mardi 19 et mercredi 20
- Permanence CLCV, mercredi 20 sur RDV
- Buffet de Noël, jeudi 21

Du 2 au 5 janvier:

- Apéribels, mardi 2
- Café des habitants, mercredi 3
- Atelier Sensoriel "Snoezolen", vendredi 5

VENTE DE TICKETS

TOMBOLA

**AU CENTRE GUTENBERG
AU PROFIT DU TELETHON**

2€

AFMTELETHON
INNOVER POUR GUERIR



**9 ET 10
DÉCEMBRE
2023**



La Guitoune vous propose un moment de convivialité, un point d'information et vous accompagne aussi dans vos démarches administratives.

Retrouvez la le mardi 5 décembre au Beau de Rochas de 14h à 16h en présence de la Cantina et Vrac & Cocinas, le vendredi 8 décembre place des écoles de 10h45 à 12h45.



RETROUVEZ TOUS LES MOIS

**LE P'TIT
JOURNAL**



WWW.CENTREGUTENBERG.COM



@association.gutenberg



@centre socioculturel gutenberg



ACCUEIL AU CENTRE
DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H À 13H ET DE 14H À 18H
LE SAMEDI DE 9H À 13H
04 67 10 08 31

2 PLACE JEAN JAURÈS 34790 GRABELS



PERMANENCES SUR RDV : 04 67 10 08 31

Carsat Retraite & Santé au travail



ICOPE MONITOR

OCCITANIE Equipe Régionale Vieillesse Et Prévention de la Dépendance



Les conseillers France services et la conseillère numérique vous accueillent et vous accompagnent pour toutes vos démarches administratives du quotidien sur RDV : 04 67 10 08 31

► Guichet concerté (seniors) :

Un gestionnaire de parcours en prévention vous reçoit sur RDV afin de déterminer au mieux vos besoins, améliorer la qualité de vie à domicile, le bien-vieillir des seniors retraités ou pré-retraités en situation de fragilité.

Avec le programme ICOPE, je fais le point sur mes capacités (vision, audition, mémoire, nutrition, humeur, mobilité).

► CLCV

Consommation Logement & Cadre de Vie

Julie RUBIO assure des permanences afin de vous accompagner dans la résolution de vos litiges liés à la consommation et dans l'information aux droits des consommateurs (logement, forfait téléphone...).

Sur RDV mercredi 6 et 20 décembre 2023



Santé, famille, retraite, droit, logement, impôt, recherche d'emploi, accompagnement au numérique.

► Avocate :

Maître Zohra Takrouni vous reçoit sur RDV
lundi 4 décembre, 8 janvier 2024 entre 10h et 12h.



LE CENTRE GUTENBERG EN DÉCEMBRE



Animations Parents Enfants

► Lieu d'Accueil Enfant Parent (LAEP)

Espace de jeux pour les jeunes enfants (0 à 6 ans) accompagnés d'un adulte (père, mère, grand-parent, etc.). Ouvert également aux futurs parents. Accueil libre et anonyme.

Lundi 8h30 - 11h30 & 15h30 - 18h30

Retour du LAEP à la Ludothèque de la Valsière

Pas de LAEP durant les vacances de Noël.

Reprise à la Valsière, le 8 janvier.

Mardi & mercredi 9h - 12h

Maison commune, 1er étage (Salle Cléopâtre)

Pas de LAEP durant les vacances de Noël.

Reprise au centre, le 9 et 10 janvier.

► Noël au LAEP

Les 18, 19 et 20 décembre

Apporter fruits, gâteaux et chocolat pour fêter Noël au LAEP avec vos enfants. Frères et sœurs, grands-parents sont bienvenus.



Nouveau pour les adultes

► Atelier de Conversation en Espagnol

¿ Hablas español ? Curieux-euse d'apprendre ou de pratiquer l'espagnol ? Sacha, hispanophone, vous propose 1h d'immersion en groupe sur des thèmes d'actualité, des sujets de société (ou autre) pour répondre au plus près à vos besoins...

Atmosphère bienveillante et moment convivial garanti! ¡ Venga !

Tous les jeudis 9h - 10h : Maison commune

Tarif: 15€ l'année + adhésion 13€

► Atelier Faber et Mazlish en 2024

*« Parler pour que les enfants écoutent,
Ecouter pour que les enfants parlent »*

Un atelier pour parents d'enfants de tous âges, pour apprendre à mieux communiquer en famille, susciter la coopération avec son enfant, trouver des alternatives à la punition, etc. Accueil des jeunes enfants possible (espace de jeu adapté).

7 rencontres le samedi de 9h30 à 12h30

Tarif : 5 à 15 € pour les 7 séances + adhésion 13€
Inscription et information :
Sylvie Corson ou Caroline Barbaglia **04 67 10 08 31**



► Initiation Premiers Secours Enfant-Nourrisson

Atelier gestes d'urgences & prévention des risques pour les parents d'enfant de tous âges, avec l'intervention de la Croix rouge française.

Inscription sur deux matinées :

Vendredi 8 & 15 décembre de 9h30 - 11h30

Maison commune, 1er étage (Salle Simone Veil)



Tarif en fonction des revenus :
5 euros/ parent pour les deux matinées + adh. 13€
Inscription : Sylvie Corson ou Caroline Barbaglia
04 67 10 08 31



Accueil des jeunes enfants possible (espace de jeu).

► Instant partage famille

Mercredi 13 décembre de 14h à 17h

En ce mois de décembre, l'EVS vous propose, pour son atelier de loisir créatif, de créer son sapin mobile et de confectionner une boule de Noël de A à Z.

A partir de 5 ans

Sur inscription, gratuit

► Apéribels

Mardi 2 janvier, de 18h à 19h30

Attention, rendez-vous à la Salle Aguilar

44, rue Antoine Jérôme Balard (à côté du restaurant "La salle à manger")

Apéritifs Partagés pour se souhaiter la nouvelle année.

Vous pouvez venir avec un instrument, un jeu ou tout autre passion que vous souhaitez partager. Un moment en toute convivialité avec d'autres habitants du quartier. Chacun apporte un encas et une boisson.

► Café des habitants

Mercredi 3 janvier de 10h à 12h

Venez rencontrer l'équipe de l'EVS autour d'un café ou d'un thé et échanger avec d'autres habitants sur la vie du quartier, proposer vos idées d'activités...**Gratuit.**



► Atelier Parent - Enfant : "Evasion sensorielle avec les ateliers Snoezelen"

Vendredi 5 janvier, 10h-12h et 14h-16h

Salle Aguilar / 44, rue Antoine Jérôme Balard

Espace de découverte sensoriel aménagé et animé par Estelle, bénévole à Grabels.

Estelle a été formée à l'approche Snoezelen.

Cet atelier multisensoriel vous permettra de partager un moment de bien-être et de détente en famille en mobilisant tous les sens.

Quatre créneaux de 1h :

10h à 11h / 11h à 12h & 14h à 15h / 15h à 16h

Inscription obligatoire, 04 67 10 08 31

Gratuit (5 enfants max/ créneau)

(De 3 mois à 19 ans accompagnés)



A NE PAS RATER

22^E EDITION
CONCOURS DE PEINTURE AMATEUR
Thème : L'ARBRE
VOTEZ POUR VOTRE COUP DE CŒUR SUR INTERNET DU 15 JANVIER AU 1ER FEVRIER !
Exposition virtuelle du 15 janvier au 1er février
Exposition Salle de la Gerbe du 30 janvier au 04 février
Du mardi 30 janvier au vendredi 2 février de 16h-19h
Samedi 3 février de 10h30 à 12h30 et de 16h-19h
Dimanche 4 février de 16h à 19h
Remise des prix suivi d'un cocktail dînatoire vendredi 02 février à partir de 19h salle de la Gerbe
04.67.10.08.31
centregutenberg.com
@association.gutenberg
@Centre Socioculturel Gutenberg

Règlement du concours de peinture

Conditionnant l'acceptation de l'œuvre par le centre Gutenberg

- **Rendre la réalisation au centre...**
 - Non encadrée
 - Non signée
 - Prête à l'accrochage
- **IMPORTANT : indiquer au dos de la réalisation**
 - Votre nom et téléphone
 - Les dimensions de votre tableau
 - Le titre (facultatif)
- **Formats & support :** libre (max 90cms x 90 cms)
- **Thème imposé :** L'ARBRE

Exposition virtuelle sur internet du 15 janvier au 01 février 2024.

Exposition salle de la Gerbe du 30 janvier au 04 février 2024.

Remise des prix le 02 février 2024 à 19h00 salle de la Gerbe.

Pour tout renseignement supplémentaire, consulter le site www.centregutenberg.com ou appeler le 04 67 10 08 31



Jeudi 21 décembre : Buffet de Noël

Bénévoles, adhérents, venez partager le buffet de Noël avec l'équipe du Centre Gutenberg à partir de 12h à l'arrière du bâtiment, maison commune. L'occasion de se retrouver pour fêter l'arrivée des vacances et clôturer l'année 2023.

Sur inscription seulement 04 67 10 08 31

Avec le soutien de Sud Ravalement

AFM TÉLÉTHON

INNOVER POUR GUÉRIR



9 ET 10
DÉCEMBRE
2023

ORGANISÉ PAR L'ASSOCIATION HANDI CAP SUD 34

SECRETARIAT : 06.69.23.90.47

Programme du samedi 9/12 et dimanche 10/12

AVEC LES PARTICIPATIONS DE :

La ligne Grabelloise (Bernard Jouvenel) : Pêche à la truite/ réservation au 06.80.31.40.10

Le Jardin de Grabels (Bernard Molina) : soupe de courges à déguster sur place ou à emporter, de 9h à 12h, samedi 9/12 place Jean Jaurès.

1€/bol, 2€/po, 5€/ litre

Association Gutenberg (Laurence Richard) : Tirage de la Tombola place Jean Jaurès samedi 9/12 à 13h.

Vélo Club Grabellois (Joël Vezinhet) : Ballade en famille sur route et pistes cyclables autour de Grabels, entre 10 et 20Kms (vélos de route et vélos électriques). RDV samedi 9/12 à 10h, parking place Jean Jaurès.

10€/adulte, offert pour les enfants.

VTT Club de L'AVY (Stéphane Savey) : Promenade familiale en vélo, dimanche 10/12 de 9h à 12h, environ 10Kms. RDV place Jean Jaurès. 5€/adulte, offert pour les enfants. Contact : 06.71.58.38.62

Le Service Sport Jeunesse (espace jeunes) de Grabels Course Solidaire samedi 9/12 de 9h30 à 12h. RDV place Jean Jaurès. Objectif : battre le record de 72.5 kms de 2021. 1€/personne.

Los Petancaires (Patrick Barraud) : Concours de Boules, samedi 9/12, à 14h. RDV terrain de boules place Jean-Jaurès. 3€/personne.

La Dentellière (Thérèse Garcia) : collecte samedi 26/11 à la braderie en échange de vin chaud et marrons grillés..

Lou Dragas (Marie-Annick Alexandre): Visite du village samedi 9/12 à 14h30, départ devant l'église place Paul Chassary . Participation au Chapeau.

Rando Loisirs Culture (Marie-Odile Mor) : Randonnée pédestre tout public, samedi 9/12, départ source de l'Avy à 14h jusqu'au plateau de Naussargues. Durée 1h30 à 2h. 10€/pers. offert pour les enfants.

Handi Cap Sud 34 (Ghislaine Solves) : Promenade avec le guidon de la liberté, café et fougasse d'Aigues Morte maison. 2€/pers. 2€/enfant. RDV 9h place Jean Jaures samedi 9/12

Petit déjeuner de 8h à 11h30, salle Campos, 1 rue Gaston Planté la Valsière. 3€/pers et 3€/enfant (jus d'orange, café, chocolat chaud ou thé, croissant ou un pain au chocolat)

LOU DRAGAS

Notre association ayant reçu des témoignages sur la « maison du patronage » souhaite lui rendre hommage. Pour faire revivre ce lieu cher à de nombreux habitants, nous souhaitons réaliser une plaquette retraçant la vie et les activités ayant animé cet espace pendant de nombreuses années. Nous sollicitons la mémoire des anciens grabellois qui pourraient nous fournir des témoignages et des photos. Sachant que vous aurez à cœur de maintenir vivante la mémoire de ce patrimoine, d'avance, nous vous remercions.

A très bientôt de vous lire

Le bureau de l'association.

loudragas@gmail.com

Site : loudragas.e-monsite.com

LA GERBE GRABELLOISE

L'association organise un voyage en Espagne (en car) du dimanche 2 juin au vendredi 7 juin 2024.

Le premier arrêt sera à Burgos puis Ségovie et Tolède au Puy du Fou Espagnol.

La journée y sera libre et en soirée le spectacle nocturne en plein air « El Sueno de Toledo » réunira les voyageurs.

Le 4ème jour sera consacré à la visite guidée panoramique de la ville de Madrid, en autocar et à pied. L'après-midi les touristes visiteront le Musée du Prado dont la pinacothèque possède la collection de peinture espagnole la plus complète du XI e au XVIIIe siècle ainsi que la plupart des chefs-d'œuvre de grands peintres universels.

Au 5ème jour visite guidée de Saragosse capitale d'Aragon à l'impressionnant patrimoine monumental.

Le retour plein de beaux souvenirs se fera le 6ème jour.

Pour tout renseignement ou inscription :

Alain SAVEY 06 85 91 05 67

