



Édition N°208  
FEVRIER 2024

L'ASSOCIATION GUTENBERG-GRABELS PRÉSENTE

# LE P'TIT JOURNAL

DU CENTRE GUTENBERG ET DE L'ESPACE DE VIE SOCIALE VALSIÈRE

## LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

### L'arbre

Dans un pays aride, existe un arbre prodigieux. Les villageois en secret cherchent auprès de lui des conseils, mais personne jamais ne goûte à ses fruits. Ils sont pourtant magnifiques, luisants et dorés. L'arbre cache une étrange vérité. Les fruits d'une des branches de l'arbre portent une maladie, l'autre branche porte la vie, mais personne ne sait laquelle nourrit et laquelle rend malade. Une année, la sécheresse sèche les champs de blé. La famine envahit le pays. Seul, sur la plaine, l'arbre demeure imperturbable. Aucun de ses fruits ne périclitent. Voyant ce vieux père solitaire miraculeusement rescapé des bourrasques, les habitants s'approchent de lui, indécis et craintifs. Il leur fallait choisir entre le risque de tomber malade, et la certitude de mourir de faim, s'ils ne goûtaient pas les fruits. Un homme ose s'avancer d'un pas ferme. Sous la branche de droite, il fit halte, cueille un fruit, le croque et garde le souffle bienheureux. Alors tous, à sa suite, se bousculent et se gorgent délicieusement des fruits sains de la branche de droite. Ils savent désormais où est la branche malfaisante de cet arbre. Ils jugent cette branche inutile et dangereuse. Ils décident donc de la couper au ras du tronc. Le lendemain, tous les bons fruits de la branche de droite sont tombés et pourrissent dans la poussière. L'arbre amputé de sa moitié malade n'offre plus au grand soleil qu'un feuillage racorni.

Ce conte est la métaphore de notre humanité. Nous avons tous en nous un côté lumineux et un côté douloureux, physique ou psychique. C'est cela qui construit notre humanité et notre beauté. Oui, je parle de beauté. Ce mot peut vous choquer, parce que parfois on n'a pas envie de le voir, ce côté douloureux, on ne l'aime pas ce côté. Et pourtant, la beauté d'une personne se déploie si nous apprenons à regarder avec bienveillance le côté qui a mal, tout comme nous le faisons pour notre côté lumineux. C'est ce que je vous souhaite pour 2024; Laurence Richard



Contact - Caroline Barbaglia :  
04 67 10 08 31



**EXPOSITION CONCOURS DE  
PEINTURE SALLE DE LA GERBE  
DU 30 JANVIER AU 4 FÉVRIER  
REMISE DES PRIX ET VŒUX  
LE 2 FÉVRIER**

THÈME :  
L'ARBRE

## À VOS AGENDAS !



### Du 1er au 10 février :

- RDV Guitoune, vendredi 2
- LAEP les lundi 5, mardi 6 et mercredi 7
- Permanence avocate, lundi 5
- Séance histoire de l'art, lundi 5
- RDV Guitoune, mardi 6
- Instant Partage Famille, mercredi 7

### Du 12 au 16 février :

- LAEP les lundi 12, mardi 13 et mercredi 14
- Sortie famille Aumelas, visite parc Eolien Apéribels, mardi 13
- Permanence association CLCV, mercredi 14
- Café des habitants, mercredi 14
- Eveil des sens, jeudi 15
- RDV Guitoune, vendredi 16
- Stage "experiment'la science" du 12 au 16

### Du 19 au 23 février :

- Atelier Snoezelen, lundi 19

### Du 26 au 29 février :

- Séance histoire de l'art, lundi 26
- Balade séniors au bois de Maurin, lundi 26.  
Départ 10h du Centre Gutenberg/ sur inscription
- Repas partagé : lasagne italienne, jeudi 29
- Permanence association CLCV, mercredi 28



La Guitoune vous propose un moment de convivialité, un point d'information et vous accompagne aussi dans vos démarches administratives. Retrouvez la, le vendredi 2 février devant la Poste de 10h45 à 12h45, le mardi 6 février au Beau de Rochas de 14h à 16h et le vendredi 16 février à la 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 AU 04 67 10 08 31

**Carsat** Retraite & Santé au travail



**ICOPE**  
MONITOR

**OCCITANIE**  
Equipe Régionale Vieillesse  
Et Prévention de la Dépendance

**France services**  
Liberté  
Égalité  
Fraternité

► 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

Astrid Baticã Ferreira, chargée d'informations juridiques, 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 31 janvier, 14 et 28 février 2024



## ► Avocate :

Maître Zohra Takrouni vous reçoit sur RDV  
lundi 5 février 2024 entre 10h et 12h.



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

## LE CENTRE GUTENBERG EN FEVRIER



### Animations Parents Enfants

#### ► Lieu d'Accueil Enfant Parent (LAEP)

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

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

Espace Famille, Ludothèque  
29, rue Félix Trombe  
Grabels La Valsière



#### Mardi & Mercredi 9h - 12h

Maison commune, 1er étage  
1 place Jean Jaurès Grabels Centre

#### ► Communication bienveillante parent-enfant

Selon la méthode Faber & Mazlish : "Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent"

Fatigués de répéter les mêmes choses, de vous disputer, d'être sans cesse "derrière votre enfant"...

Que diriez-vous d'expérimenter une nouvelle façon de communiquer pour plus de coopération, d'autonomie et de respect mutuel dans votre famille ?



**Parents d'enfants de tous les âges, rejoignez les ateliers sur la communication en famille.**

**7 samedis de mars à juin : 9h30-12h30, Maison Commune. Espace de jeux pour les enfants possible.**

Sylvie Corson 04 67 10 08 31

Tarif : 15 € les 7 séances + adhésion

#### ► Aides aux Vacances de la Caf VACAF

Vous avez droit aux aides VACAF. Nous pouvons vous aider dans vos démarches de réservation.

Prise de rendez-vous  
avec Caroline au  
04 67 10 08 31



#### ► Atelier histoire de l'art

**Lundi 5 février** : "Le trésor de notre dame " présenté par Odile Gancedo

**Lundi 26 février** :  
"Paul Wolff" présenté par  
Laetitia Corné

**Centre Gutenberg  
de 14h à 16h**

**12€ la séance**

**(adhésion obligatoire)**



#### ► Stage enfant « Experiment'La Science » du 12/02 au 16/02

Tu es curieux-euse? Tu as envie de tester, d'expérimenter, manipuler? Inscris-toi au stage scientifique et ludique sur la thématique "L'Eau & le Vent":

Du lundi au vendredi :

10h - 12h pour les 8 -11 ans

14h - 16h pour les 12 ans et +



**MARDI 13/02: SORTIE AU PARC EOLIEN D'AUMELAS  
(SORTIE OUVERTE À TOUS: SORTIE FAMILLE)**



Animé par Florian  
formé par l'association  
"Les Petits Débrouillards".  
**Inscription au 04 67 10 08 31**  
**Tarif: 10 à 37€ la semaine**

**► Instant partage famille****Loisir créatif : Atelier photophore**

Venez jouer avec la lumière, en créant des supports à bougie, **le mercredi 07 février de 14h à 17h.**

**A partir de 5 ans**

**Sur inscription, gratuit.**

**Places limitées.**

**► Repas partagé :**

**Jeudi 29 février**, Venez vous régaler avec les Lasagnes italiennes de Kawtar.

Chacun ramène une entrée ou un dessert avec une boisson.

**Préparation de la recette - 10 places : 10h-12h30**

**Repas - 30 places : 13h-14h**

**5€, sur inscription.**

**Rdv à l'Espace communal de la Valsière.**

Pensez à prendre, votre vaisselle (assiette, verres et couverts)"

**VACANCES : ATELIERS PARENT- ENFANT, SORTIE ET CONVIVIALITÉ !**

## PROGRAMME VACANCES FEVRIER 2024

**Lundi 12 février****EVEIL DES SENS (0-6 ans accompagnés)**

10h à 12h, accueil libre, Salle Aguilar, Grabels La Valsière

44 Rue Antoine-Jérôme Balard, 34790 Grabels

**Mardi 13 & Mercredi 14 février****LIEU D'ACCUEIL ENFANT PARENT (0-6 ANS)**

9h à 12h, accueil libre, Maison commune, Grabels Centre

**Mardi 13 février****SORTIE FAMILLE A AUMELAS****BALADE, PIQUE NIQUE & VISITE PARC EOLIEN**

10h à 18h, ouvert à tous, inscription au centre Gutenberg

**Mardi 13 & 20 février****APERIBELS**

Apéritif partagé, emmener une boisson et un encas, Gratuit

18h à 19h30, Salle Aguilar, Grabels La Valsière

**Mercredi 14 février****CAFE DES HABITANTS**

10h à 12h, Espace communal de la Valsière, Gratuit.

**Jeudi 15 février****EVEIL DES SENS (0-6 ANS)**

9h30 à 11h30, Accueil libre, Maison commune, Gratuit

**Lundi 19 février****ATELIER SNOEZELEN**

(3 mois-19 ans accompagnés)

10h à 12h ou 14h à 16h, Salle Aguilar (Valsière),

Inscription obligatoire, 2€/famille



**Stage  
scientifique pour  
les enfants  
du 12 au 16  
février inclus.**

Inscription obligatoire

**INSCRIPTION  
AU CENTRE GUTENBERG  
04 67 10 08 31  
accueil@centregutenberg.co**

**A L'EVS  
06 17 87 88 06  
evs.gutenberg@gmail.com**



CONCOURS DE PEINTURE  
AMATEUR

THÈME :  
L'ARBRE

**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



LE GÉANT  
DES BEAUX-ARTS

☎ 04.67.10.08.31

🌐 [centregutenberg.com](http://centregutenberg.com)

📷 @association.gutenberg

📘 @Centre Socioculturel Gutenberg

## LE JOURNAL DES ASSOCIATIONS :

### RANDO LOISIRS CULTURE

Nos activités hebdomadaires continuent selon leurs rythmes habituels. Après notre séjour de randonnées en raquettes à Monetiers-les-bains (photo ci-dessous), nous aurons :

- 4 jours de randonnées pédestres du 23 au 25 avril à partir de Buis-les-Baronnies avec final au Mont Ventoux,
- 8 jours/7nuits de randonnées en Corse du Sud à partir de Propriano du 28/9/2024 au 05/10/2024,
- Un séjour culturel à Cordes-sur-Ciel et Albi les 14 et 15 mars- il reste des places, seule condition pour s'inscrire « être adhérent RLC »

Des visites à la ½ journée sont en préparation : Château de Castries, jardin des plantes de Montpellier...

Pour toutes les activités, randonnées, marches, jeux, conférences, visites culturelles...

le site web de RLC : [rando-loisirs-culture.pepsup.com](http://rando-loisirs-culture.pepsup.com) ou appeler au 06 85 80 27 72.



Pour des riverains protégés des impacts du L.I.E.N,  
venez signer la pétition d'Arc Vert :  
entrez « **Limitier efficacement les nuisances du LIEN** »  
dans le moteur de recherche de [www.change.org](http://www.change.org)

RETROUVEZ TOUS LES MOIS

LE P'TIT  
JOURNAL 

Membres de la commission : Dominique Bothorel, Delphine Boutin, Françoise Camus, Laurence Richard, Catherine Juge-Menard, Laodis Menard, Francis Debladis, Josette Pistre, Nicole Battesti, Jean-Claude Maurin.

Mise en page : Delphine Boutin, Françoise Camus

Responsable de la publication : Laurence Richard

Diffusion par mail - Tirage : 4500 exemplaires 1 fois par trimestre N°ISSN 2264-5462 N°ISSN en ligne 2822-9835

2 place Jean Jaurès 34790 GRABELS - Tél : 04 67 10 08 31