



Édition N°226
NOVEMBRE
2025

L'ASSOCIATION GUTENBERG-GRABELS PRÉSENTE
LE P'TIT JOURNAL
DU CENTRE GUTENBERG ET DE L'ESPACE DE VIE SOCIALE VALSIÈRE

RETROUVEZ LE P'TIT JOURNAL TOUS LES MOIS SUR CENTREGUTENBERG.COM



LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

IL EST OUVERT OU IL EST TOUT VERT ?

Hier, je demandais à mon mari de faire les courses.

-Moi : Peux-tu me faire les courses dans le nouveau supermarché ? Tu le reconnaîtras à sa façade rouge, et normalement, le dimanche, il est ouvert.

- Lui : Il est tout vert le dimanche ! ?

- Moi : Oui, tu prendras du vin.

- Lui : Du vin blanc ?

- Moi : Non, du rouge, comme le magasin.

- Lui : Mais il est vert le magasin !!

-Moi : Mais non, il est rouge !

-Lui : Mais tu viens de me dire que le dimanche il est tout vert !

- Moi : ...Bref, si tu peux, prends aussi du pain sans levain.

- Lui : Donc si je trouve du pain, je ne prends pas le vin ?

- Moi : Non ! tu prends les deux ! Le pain sans levain et le vin !!!!

Marc Tourneboeuf



Savez -vous que dans la communication avec autrui, il y a au moins neuf possibilités de ne pas se comprendre !

Il y a : Ce que je pense, Ce que je veux dire, Ce que je crois dire, Ce que je dis, Ce que vous voulez entendre, Ce que vous entendez, Ce que vous croyez en comprendre, Ce que vous voulez comprendre, et Ce que vous comprenez.

Ne vous découragez pas, soyez patient ! Prenez le temps d'écouter attentivement et jusqu'au bout, ce que l'autre a à dire, sans l'interrompre ! Cela vous permettra de mieux comprendre ce qu'il/elle dit, et donc de mieux communiquer !

Laurence Richard

À VOS AGENDAS !

Du 3 au 7 novembre :

- LAEP, lundi 3, mardi 4 et mercredi 5
- Sortie Guitoune, mardi 4
- Permanence CLCV, mercredi 5
- Permanence des impôts, jeudi 6
- Café des habitants, jeudi 6
- Atelier CV, jeudi 6
- Sortie Guitoune, vendredi 7

Du 10 au 14 novembre :

- LAEP, lundi 10 et mercredi 12
- Permanence avocate, lundi 10
- Histoire de l'art, lundi 10
- C@fé numérique des parents, mercredi 12
- Café des habitants, jeudi 13
- Sortie Guitoune, vendredi 14
- Soirée Piano bar, vendredi 14

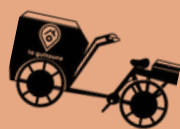
Du 17 au 21 novembre :

- LAEP, lundi 17, mardi 18 et mercredi 19
- Groupe de parole avec Maman Blues, lundi 17
- Sortie Guitoune, mardi 18
- Permanence CLCV, mercredi 19
- Café des habitants, jeudi 20
- Sortie Guitoune, vendredi 21

Du 24 au 28 novembre :

- LAEP, lundi 24, mardi 25 et mercredi 26
- Histoire de l'art, lundi 24
- Sortie Guitoune, mardi 25
- Création de marionnettes, mercredi 26
- Instants repas, jeudi 27
- Sortie Guitoune, vendredi 28

RDV Guitoune



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

Venez retrouver la Guitoune mardi 4 novembre, Place A.Beau de Rochas de 14h30 à 16h, les mardi 18 et 25 novembre devant la poste (village centre) et les vendredis 7, 14, 21 et 28 novembre au "Centre Grabellois" (790 route de Montpellier, ancien garage Clergues) de 11h à 12h30.



CONCOURS DE PEINTURE AMATEUR

INSCRIPTIONS OUVERTES

THÈME : LA MUSIQUE

ORGANISÉ PAR L'ASSOCIATION GUTENBERG GRABELS
HÉRAULT (34)

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
04 67 10 08 31



2 PLACE JEAN JAURÈS 34790 GRABELS

LE CENTRE GUTENBERG



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.

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

Accueil libre et gratuit,



► Nouveau !!! le C@fé numérique des parents

Venez partager des conseils pratiques et poser toutes vos questions sur l'usage du numérique de votre enfant/ado. Vous y trouverez des pistes pour l'accompagner vers une utilisation sécurisée et adaptée. 1 séance par mois.

Les mercredis 12 novembre
et 10 décembre
9h30 à 11h00

Gratuit, ouvert à tous les parents

Animé par Françoise, Conseillère Numérique



► Groupe de parole pour parents

Si vous rencontrez des difficultés dans votre parentalité, venez partager votre expérience avec d'autres parents dans un espace de parole bienveillant en présence de Vanessa Boukhetaia, psychothérapeute et référente de l'association Maman Blues.

Lundi 17 novembre 14h 15h30

Espace famille 49, rue Felix Trombe, Grabels Valsière

Inscription par SMS au 06 08 03 69 63.



Atelier CV

Création et mise en forme de CV avec l'accompagnement d'une conseillère en insertion professionnelle.



jeudi 6 novembre de 14h à 16h
Centre Gutenberg, Gratuit, sur inscription



Permanence des impôts

Jeudi 6 novembre sur RDV
au 04 67 10 08 31



Atelier histoire de l'art

Lundi 10 novembre (14h-16h)

par Odile Gancedo

Lundi 24 novembre (14h-16h)

par Laëtitia Cornée

12€ la séance + adhésion



ESPACE DE VIE SOCIALE LA VIE VALSIÈRE

ÉMELINE AU 06.17.87.88.06 / 04.34.11.75.12

► Jeudi 6-13-20 novembre Café des Habitants

Vous avez des idées d'ateliers, des projets que vous souhaitez développer sur la commune ? Ou simplement l'envie de venir discuter en toute convivialité ? Venez nous retrouver autour d'une boisson, on pourra échanger.

Salle Aguilar, gratuit, sans inscription



► Jeudi 27 Novembre

Instant Repas "Gardienne de Taureau"

Maité, bénévole de l'Espace de Vie sociale, propose de cuisiner une spécialité camargaise, une Gardienne de Taureau, venez en découvrir la recette ! Cuisinons le plat principal ensemble, nous vous invitons à apporter une entrée ou un dessert avec une boisson. Possibilité de venir à la préparation, au repas ou aux deux. Chacun ramène son assiette et ses couverts.

Espace Communal

Préparation du plat : 9h-12h - repas: 12h-14h

Sur inscription jusqu'au vendredi 21/11,

6 €



► Mercredi 26 novembre Instants Partage Famille Création de marionnettes

Venez apprendre à fabriquer en famille votre propre marionnette amovible pour jouer ensemble ! Moment ludique, créatif et convivial pour enfants comme pour parents.



RDV à la salle Aguilar,
Sur inscription, gratuit.

► Vendredi 14 novembre "Soirée Piano Bar - Repas"

L'EVS vous invite à un buffet partagé suivi d'une soirée Piano bar avec Samy musicien professionnel qui jouera son plus beau répertoire. Chacun ramène un plat salé ou un dessert avec une boisson ainsi que couverts, verres et assiettes

Rdv à 19h30
Sur inscription
Salle Campos, gratuit



À NE PAS MANQUER !



Organisé par l'Association Gutenberg
34790 Grabels

THÈME 2025 : LA MUSIQUE

Date limite d'inscription :
23 décembre 2025

Règlement du concours de peinture

Conditionnant l'acceptation de l'œuvre par le centre Gutenberg
La commission se réserve le droit de ne pas accepter les œuvres qui ne respectent pas le règlement

- 1. Déposer la réalisation avant le 05/01/26**
 - Encadrement libre
 - Non signée
 - Prête à l'accrochage
- 2. IMPORTANT : indiquer au dos de la réalisation**
 - Votre nom et téléphone
 - Les dimensions de votre tableau
 - Le titre (facultatif)
- 3. Formats & support** : libre (max 90cms x 90cms)
- 4. Thème imposé** : La Musique
- 5. Récupération obligatoire des tableaux le 25 janvier** entre 10h et 12h ou entre 15h et 17h.

Exposition virtuelle
à partir du 13 janvier 2026



Exposition Salle de la Gerbe
du 13 janvier au 24 janvier 2026

Remise des prix suivie d'un cocktail dînatoire

le 23 janvier 2026 à partir de 19h
à la salle de la Gerbe



**VOTEZ POUR VOTRE
COUP DE ❤️
SUR INTERNET
A PARTIR DU 13 JANVIER**



RENSEIGNEMENTS :



04.67.10.08.31



WWW.CENTREGUTENBERG.COM



@ASSOCIATION.GUTENBERG



@CENTREGUTENBERG



**LE P'TIT
JOURNAL**

Membres de la commission : Michaël de Smet , Delphine Boutin, Françoise Camus, Laurence Richard, Catherine Juge-Menard, Francis Debladis, Josette Pistre, Nicole Battesti, Jean-Claude Maurin, Patrick Pons.

Mise en page : Delphine Boutin, Françoise Camus

Responsable de la publication : Laurence Richard

Diffusion par mail - Tirage : 500 exemplaires par mois N°ISSN 2264-5462 N°ISSN en ligne 2822-9835

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

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
ars



► **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) :

Delphine BOUTIN, gestionnaire de parcours en prévention et référente seniors, vous reçoit sur RDV afin de déterminer au mieux vos besoins (améliorer la qualité de vie à domicile, le bien-vieillir...). Avec le programme ICOPE, faites le point sur vos capacités (vision, audition, mémoire, nutrition, humeur, mobilité).

Contact : 06 74 23 66 75

► Avocate :

Maître Zohra Takrouni vous reçoit sur RDV
04.67.10.08.31 : le **lundi 10 novembre**
et **lundi 1er décembre 2025**.



► Permanence Mission Locale



Un conseiller de la mission locale reçoit les jeunes de 16 à 25 ans, ou les parents de jeunes, sur des questions d'emploi, de formation, sur le logement ou la santé.

Un mercredi sur deux (semaines paires) de 9h à 12h
Sur rendez-vous au 04 67 75 29 67

► CLCV Consommation Logement & Cadre de Vie



Samuel SAHY-DYLAS chargé 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 5 et 19 novembre 2025**

BOÎTES DE NOËL SOLIDAIRES

Boîtes de Noël, solidaires



Je prépare ma boîte,
je la décore ou je
l'emballer en précisant
dessus : Mixte,
Homme, Femme,
Enfant.

Je dépose ma boîte
avant
le 13 décembre 2025
au Centre
Gutenberg, 2 place
Jean Jaurès à Grabels.

Ville de Grabels
CENTRE COMMUNAL
D'ACTION SOCIALE



Contact : 04 67 10 08 31

Ces boîtes seront distribuées
par le CCAS de Grabels.

**LE P'TIT
JOURNAL**

Membres de la commission : Michaël de Smet, Delphine Boutin, Françoise Camus, Laurence Richard, Catherine Juge-Menard, Francis Debladis, Josette Pistre, Nicole Battesti, Jean-Claude Maurin, Patrick Pons.

Mise en page : Delphine Boutin, Françoise Camus

Responsable de la publication : Laurence Richard

Diffusion par mail - Tirage : 500 exemplaires par mois N°ISSN 2264-5462 N°ISSN en ligne 2822-9835

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