



Édition N°228
JANVIER
2026



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 : UN MAL POUR UN BIEN

Seul et découragé, un naufragé sur une île espère tous les jours d'être retrouvé. Mais l'horizon de la mer n'est qu'une ligne bleue. Pour se mettre à l'abri, il construit une grande hutte. Puis il part à la chasse. Un orage le surprend. Il revient en courant vers sa hutte. Trop tard ! Elle a été frappée par la foudre et le feu la consume. Voilà que le pire lui arrive : il a tout perdu dans cet incendie. Le chagrin et la colère l'envahissent. À genoux sur la plage, l'homme hurle sa détresse. Découragé, anéanti par la fatigue et la rage, il s'endort sur le sable. Le lendemain matin, il est réveillé par un bruit sourd... un moteur. Un cargo s'approche de son île ! Ça y est, il est sauvé ! Une fois en sécurité sur le bateau, le naufragé demande au capitaine : « Comment saviez-vous que je me trouvais ici ? » Et le capitaine de lui répondre : « Nous avons vu votre signal de fumée. »



Il arrive parfois que certaines situations douloureuses nous envahissent d'émotions, au point de perdre toutes nos capacités pour réagir. « Du mal pour un bien », c'est la capacité de prendre du recul dans les situations complexes et de voir malgré tout le verre à moitié plein.

Et vous, avez-vous vécu de telles situations « un mal pour un bien ?» A VOUS DE VOUS EXPRIMER. ENVOYEZ- NOUS en 4 lignes, des situations que vous avez vécues, qui relatent « UN MAL POUR UN BIEN »..

NOUS AVONS BESOIN DE COMMENCER 2026 EN POSITIF, de nous encourager à voir et à chercher, malgré tout, le verre à moitié plein!!!. Vos plus jolies histoires seront publiées dans le Petit Journal de février et mars 2026

Laurence Richard

Envoyez vos histoires par mail : animation@centregutenberg.com



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 de 11h à 12h30

**les mardis 13, 20 et 27 janvier devant la poste (village centre)
et les vendredis 16, 23 et 30 janvier au "Centre Grabellois"
(790 route de Montpellier, ancien garage Clergue)**

À VOS AGENDAS !



Du 5 au 9 janvier :

- LAEP, lundi 5, mardi 6 et mercredi 7
- Café des jeux, RDV papot'âge mercredi 7
- Café des habitants, jeudi 8

Du 12 au 16 janvier :

- LAEP, lundi 12, mardi 13 et mercredi 14
- Permanence avocate, lundi 12
- Histoire de l'art, lundi 12
- Sortie Guitoune, mardi 13
- Permanence CLCV, mercredi 14
- Café des jeux, RDV papot'âge mercredi 14
- C@fé numérique des parents, mercredi 14
- Café des habitants, jeudi 15
- Sortie Guitoune, vendredi 16

Du 19 au 23 janvier :

- LAEP, lundi 19, mardi 20 et mercredi 21
- Sortie Guitoune, mardi 20
- Café des jeux, RDV papot'âge mercredi 21
- Sortie Guitoune, vendredi 23

Du 26 au 30 janvier :

- LAEP, lundi 26, mardi 27 et mercredi 30
- Histoire de l'art, lundi 26
- Sortie Guitoune, mardi 27
- Permanence CLCV, mercredi 28
- Café des jeux, RDV papot'âge mercredi 28
- Atelier "des mots de folie", mercredi 28
- Création de mini-livres, mercredi 28
- Atelier CV - présentation, jeudi 29
- Instant repas, jeudi 29
- Sortie Guitoune, vendredi 30



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



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 9h- 12h & 15h30-18h30

Espace Famille, Ludothèque

29, rue Félix Trombe

Grabels La Valsière

Mardi & Mercredi 9h-12h

Maison commune, 1er étage

Grabels Centre



Accueil libre et gratuit. Réouverture le 5 janvier.



Atelier histoire de l'art

Lundi 12 janvier (14h-16h) :

Greuze, peindre l'enfance.

(Petit Palais Paris) par Odile Gancedo



Lundi 26 janvier (14h-16h) : Le Bauhaus

par Laëtitia Cornée

12€ la séance + adhésion



Ateliers CV

Ateliers pour vous accompagner dans la création de votre CV, animés par une conseillère en insertion professionnelle et une conseillère numérique.



Jeudi 29 janvier - 14h à 16h : Atelier CV #1

Présentation du CV, outils conseillés et bonnes pratiques.

Jeudi 5 février - 14h à 16h : Atelier CV #2

Mise en page et valorisation du contenu travaillé.

Ateliers gratuits – Sur inscription



ESPACE DE VIE SOCIALE LA VIE VALSIÈRE ÉMELINE AU 06.17.87.88.06 / 04.34.11.75.12

► Jeudis 8 & 15 janvier "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 pour échanger autour d'un chocolat chaud, d'un café

Salle Aguilar, gratuit, sans inscription de 10h à 12h.



► Mercredi 28 janvier Instants Partage Famille

"Création de mini livres "

N'avez-vous jamais rêvé d'écrire votre propre livre?

Nous si ! Alors venez créer votre mini livre en papier pour y inventer, illustrer et lire une histoire! Moment ludique, créatif et convivial pour enfants comme pour parents.

RDV à la salle Aguilar à 14h / Sur inscription, gratuit.



► Jeudi 29 janvier

Instant Repas "Couscous blanc algérien"

Régua et Hanane, habitantes de La Valsière, proposent de cuisiner un délicieux couscous algérien blanc, une variante du couscous traditionnel, 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. (Pensez à vos assiettes et vos couverts)

Espace Communal Valsière / 6€ par famille

Préparation du plat : 14h-15h

Repas : 12h-14h

Sur inscription, jusqu'au lundi 26 janvier



Le C@fé numérique des parents

Thème à venir: les réseaux sociaux

Venez partager des conseils, poser vos questions sur l'usage du numérique de votre enfant/ado et trouver des infos pour l'accompagner vers une utilisation sécurisée et adaptée. Une séance/mois.

Mercredi 14 janvier et 11 février 9h30 - 11h

Au centre Gutenberg

Animé par Françoise, Conseillère Numérique

et Caroline, Coordinatrice actions familles

Gratuit, ouvert à tous les parents



À NE PAS MANQUER !



CONCOURS DE PEINTURE
AMATEUR

Organisé par l'Association Gutenberg
34790 Grabels

THÈME 2025 :
LA MUSIQUE



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



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

Remise des prix

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



PERMANENCES - SUR RDV AU 04 67 10 08 31

Carsat Retraite & Santé au travail



ICOPE
MONITOR

OCCITANIE
Equipe Régionale Vieillissement
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**

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

► Avocate :

Maître Zohra Takrouni vous reçoit sur RDV 04.67.10.08.31 : le **lundi 12 janvier 2026**.



► 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 14 et 28 janvier 2026**.

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

Atelier des "mots en folie"

Jeux de mots, de sons et d'images
Cet atelier propose d'explorer le langage sous toutes ses formes en jouant avec les mots, les sons et les images.

De 15 à 105 ans !

Tous les derniers mercredi du mois de 18h à 19h.

Salle Simone Veil

Gratuit (adhésion obligatoire)

STAGE SCIENTIFIQUE ENFANT (EN FEVRIER) PROGRAMMATION ET ROBOTIQUE

Viens découvrir le monde amusant de la programmation et de la robotique.



Jeu de piste, réalisation de programmes avec et sans ordinateur, programmation d'un robot,....

Tarifs de 25 à 50€ selon vos revenus.

Les 24, 25 et 26 février de 10h à 16h.

Enfants à partir de 9 ans.

Inscriptions à l'accueil ou au 04 67 10 08 31

2025 EN IMAGES



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