



Édition N°233  
JUIN 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



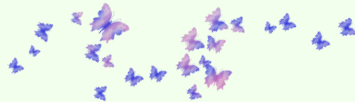
## LE MOT DE LA PRÉSIDENTE :

### La banque

Imagine que chaque matin, une banque t'ouvre un compte de 86 400 € à utiliser comme tu veux, sous réserve que tu respectes deux règles simples : La première : Tu ne peux pas virer cet argent sur un autre compte ni le mettre de côté, tu ne peux que le dépenser le jour même. Tout ce que tu n'as pas dépensé dans la journée t'est enlevé le soir, et tu retrouves un nouveau crédit de 86 400 € systématiquement le lendemain matin. La deuxième : La banque peut interrompre ce « jeu » sans préavis à n'importe quel moment, et fermer définitivement ton compte sans aucun recours possible de ta part. Alors... que ferais-tu de cet argent ? Sans doute dépenserais-tu chaque euro à te faire plaisir et à offrir des cadeaux aux gens que tu aimes... ?

Et bien cette banque existe réellement : c'est « le Temps » ! Chaque matin au réveil, nous sommes crédités de 86 400 secondes de vie pour la journée, et lorsque nous nous endormons le soir, il n'y a pas de report possible au lendemain. La banque peut fermer notre compte à n'importe quel moment, sans aucun préavis. A tout moment, cette vie peut s'arrêter.

Le temps qui n'a pas été utilisé pendant cette journée est définitivement perdu.



Alors, quand tu te réveilles, poses toi la question « que vais-je faire de cette richesse que sont les 86 400 secondes de ma journée ? On ne peut changer les règles. La seule chose que l'on puisse décider est ce que nous ferons du temps qui nous est confié

**Laurence Richard**



Les RDV Guitoune vous proposent un moment de convivialité, un point d'information et vous accompagnent aussi dans vos démarches administratives.

Venez retrouver la Guitoune de **9h30 à 11h** les **mardis 2, 9, 16, 23 et 30 juin** devant la poste (village centre) les **vendredis 5, 12, 19 et 26 juin** au "Centre Grabellois" station U.

## À VOS AGENDAS !

### Du 1 au 5 juin :

- Rencontre allaitement, lundi 1
- Permanence Avocate, lundi 1
- Papoto, lundi 1
- LAEP, lundi 1, mardi 2 et mercredi 3
- Permanence CLCV, mercredi 3
- Café des jeux, mercredi 3
- Cocon des parents, vendredi 5
- Art dans la rue, dimanche 7

### Du 8 au 12 juin :

- LAEP, lundi 8, mardi 9 et mercredi 10
- Histoire de l'art, lundi 8
- Papoto, lundi 8
- Fête de l'accompagnement scolaire, mardi 9
- Café des jeux, mercredi 10
- Cocon des parents, vendredi 12
- Fête du centre, samedi 13

### Du 15 au 19 juin :

- LAEP, lundi 15, mardi 16 et mercredi 17
- Papoto, lundi 15
- Assemblée Générale Extraordinaire, lundi 15
- Permanence CLCV, mercredi 17
- Café des jeux, mercredi 17
- Atelier jeux de mots, mercredi 17
- Cocon des parents, vendredi 19

### Du 22 au 26 juin :

- LAEP, lundi 22, mardi 23 et mercredi 24
- Histoire de l'art, lundi 22
- Café des jeux, mercredi 24
- Cocon des parents, vendredi 26

### Du 29 au 30 juin :

- LAEP, lundi 29, mardi 30
- Histoire de l'art, lundi 29

**ASSEMBLEE GENERALE EXTRAORDINAIRE**

Association Gutenberg Grabels

**Lundi 15 juin 2026 à 18h30**  
**Salle de la Gerbe**

En cas d'absence  
MERCİ DE REMETTRE VOTRE POUVOIR À L'ACCUEIL

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 JAURÉS 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  
ars

## ► 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

## ► CLCV Consommation Logement & Cadre de Vie



Samuel SAHY-DYLAS, chargé d'information juridique, assure des permanences afin :

-d'accompagner les usagers rencontrant des difficultés d'accès au droit commun ou confrontés à une situation administrative et/ou juridique ;

-de proposer un accompagnement juridique dans le cadre de démarches spécifiques, notamment en lien avec la consommation, le logement et le cadre de vie.

Sur RDV, mercredi 3 et 17 juin 2026.



► 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

## ► Avocate :

Maître Zohra Takrouni vous reçoit sur RDV 04.67.10.08.31 : le **lundi 1er juin 2026**.



## ► 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

## LE CENTRE GUTENBERG

### LIU 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  
Grabels La Valsière

Mardi & Mercredi 9h-12h

Maison commune, 1er étage Grabels Centre

Jeux d'eau !!!  
LUNDI 15H30 - 18H



### COCON DES PARENTS



ENFANTS 0-2 ANS  
bienvenus

Un espace de détente pour les parents de jeunes enfants, pensé comme une pause pour échanger ou simplement se reposer.

Vendredis 14h30 - 16h30

1er étage -Maison commune

Accueil libre, par Sylvie Corson

### C@FÉ NUMÉRIQUE DES PARENTS

Mercredi 17 juin : 9h30- 11h00 : Parents - enfants

Venez échanger sur vos pratiques numériques, les souhaits des enfants, la réalité des parents, des questions, des astuces...

Petit goûter pour accompagner ces échanges.

Centre Gutenberg Gratuit, animé par Françoise Conseillère numérique et Caroline, référente famille



### ATELIER HISTOIRE DE L'ART

Lundi 8 juin (14h-16h) : BERTHE WEILL GALERISTE et lundi

22 juin (14h-16h) : RENOIR ET L'AMOUR par Odile Gancédo.

Lundi 29 juin (14h-16h) : à la découverte de Léonora Carrington par Lætitia Cornée.

12€ la séance + adhésion

### RENCONTRE ALLAITEMENT

Se préparer à l'allaitement, parler de son expérience... Venez échanger avec d'autres parents et les sages-femmes Danièle Roussel et Sarah Nedjar en présence de Sylvie et Caroline.

Lundi 1er juin 9h30- 11h30

Espace famille Ludothèque

49, rue Félix Trombe,

Grabels Valsière

Bébés bienvenus

### INITIATION 1ERS SECOURS enfant/nourrisson

Gestes d'urgences & prévention des risques pour les parents d'enfants de tous âges à la Croix Rouge.

Vendredi 12 et 19 juin 9h30- 11h30

Dans les locaux de la croix rouge

Inscription obligatoire sur les 2 matinées

04 67 10 08 31

5€ /famille + adhésion



FIN DE L'ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE LE 11 JUIN

## FETE DE L'ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

MARDI 9 JUIN 17H -19H

- 17h Goûter et grands jeux (Place Jean Jaurès)
- 18h- 19h Spectacle + projection du film (Salle Malala)

Réalisés par les enfants de l'accompagnement scolaire.

## ► CAFÉ DES HABITANTS

**Jeudi 11 et 18 juin**



Vous avez des idées d'ateliers, des projets que vous souhaitez développer ou simplement l'envie de discuter ?

Venez nous retrouver pour échanger autour d'un café ou d'une boisson fraîche.

**RDV au Parc à jeux de la Valsière, gratuit, sans inscription de 10h à 12h.**

## ► APERIBELS

**Mardi 16, 23, juin à l'ECQV à partir de 18h**

Envie de rencontrer des habitants, des voisins sympas, partager une passion, faire des jeux, pousser la chansonnette...? Venez nous retrouver autour d'un apéritif partagé.

Chacun ramène un apéro et une boisson.



## ► INSTANT PARTAGE FAMILLE

**Mercredi 24 juin**

**Fabrication de moulins à vent**

C'est l'été, venez vous amuser à fabriquer votre propre moulin à vent pour décorer votre chez-vous !

Petits et grands sont les bienvenus pour mettre en commun leur créativité !

**RDV à la salle Aguilar à 14h**

**Sur inscription, gratuit.**



## ► INSTANT REPAS " Rfissa Marocaine"

**Jeudi 25 juin 9h préparation/12h repas RDV ECQV**

Venez découvrir la recette de la Rfissa, spécialité marocaine à mi chemin entre le couscous et la pastilla !

Chacun apporte une entrée ou un dessert avec des couverts, des assiettes et des verres.

**6€ par famille**



## A VENIR ...

*Céline Akremi et les élèves de Danse Jazz  
de l'Association Gutenberg présentent ...*

# MOULIN ROUGE

**SPECTACLE DE DANSE**  
**Mercredi 1er juillet - 20h00**  
**au PASINO de la Grande Motte**

Plus d'informations au 04 67 10 08 31



**BILLETTERIE**



## Moment de convivialité

**Mercredi de 10h à 12h, instant Papot'âge :**

- **café des jeux**, centre Gutenberg
- **karaoké**, salle Campos la Valsière

*Partager un café, un thé et quelques jeux de société pour passer un moment convivial et plein de bonne humeur ? Ou bien pousser la chansonnette en toute simplicité?*

**Mercredi 17 juin de 18h à 19h :**

**Atelier jeu de mots :** explorer le langage sous toutes ses formes en jouant avec les mots, les sons et les images, partager une créativité libre et collective.

**Inscriptions : 04 67 10 08 31**





Gutenberg Grabels organise



# L'ART DANS LA RUE



**EXPOSITIONS - ANIMATIONS  
ATELIERS - CONCERT  
FOOD TRUCKS**

**Parc du Château de Grabels  
45 rue du Château**



**Dimanche 7 juin 2026  
11h/19h - Entrée libre**





Gutenberg Grabels organise



# L'ART DANS LA RUE

## Pratique artistique

Ouvert à tous



enfants sous la surveillance des parents

## Démonstration

### Tissage

par Gérard Brunel

## Animations origamis

enfants- adultes



## Stand maquillage

avec Elfize

de 14h à 17h

## Chemin des livres

Un parcours, des livres et des histoires à découvrir

## Et tout au long de la journée :

de nombreux exposants, sculptures, peintures, bijoux, maroquinerie...

## Scène ouverte

**11h : Karaoke**

**12h - 13h30 :** Groupe "Made"

**13h30 - 15h :** Groupe Louno & Co

**15h - 16h30 :** Groupe "Made"

**16h30 :** Michael Jackson  
(présenté par Raphaël Gasser)

**17h :** démonstration de Kpop

**17h30 - 19h :** Groupe salsa

**18h :** apéritif offert par la municipalité

## Food Truck :

health' kitchen

## Buvette assurée

par l'association

Gutenberg,

vente de crêpes



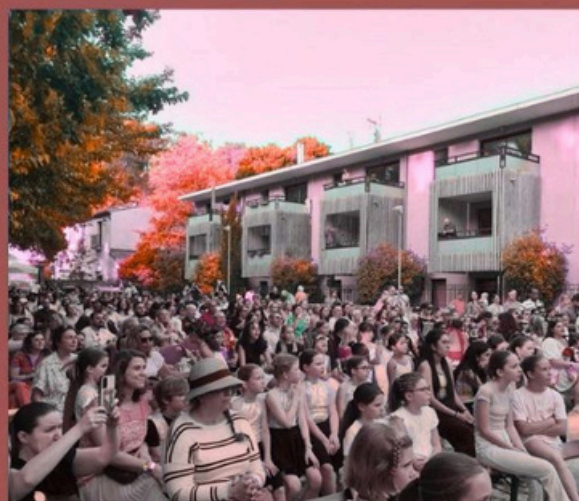
**Dimanche 7 juin 2026 - 11h/19h - Entrée libre**



# LA FÊTE DU CENTRE



**ENTRÉE LIBRE  
BUVETTE &  
RESTAURATION SUR  
PLACE**



**SAMEDI 13 JUIN - 19H  
PARC DU CHÂTEAU DE GRABELS**

**INFORMATIONS : 04 67 10 08 31**





# LA FÊTE DU CENTRE



## PROGRAMME

**PARTIE 1**  
**20H**

TAEKWONDO  
ÉVEIL PETITE SECTION  
DANSE IRLANDAISE  
ÉVEIL MOYENNE SECTION  
ZUMBA 1  
ÉVEIL MOYENNE ET GRANDE SECTION  
CLASSIQUE ÉVEIL "ESQUIMAUX"  
DANSE IRLANDAISE ADO  
ÉVEIL GRANDE SECTION  
HIP HOP PETIT  
MODERN CP  
TAP DANSE  
MODERN CP/CE1

**PARTIE 2**  
**21H45**

MODERN CE2/CM1  
DANSE IRLANDAISE ADULTE  
MODERN CM2/6EME  
CONTEMPO ADULTE  
HIP HOP MOYEN  
MODERN 5EME/4EME  
CLASSIQUE MOYEN "POLKA"  
CONTEMPO ADULTE  
ZUMBA 2  
DANSE JAZZ "READY OR NOT"  
HIP HOP GRAND  
HIP HOP FREESTYLE  
DANSE IRLANDAISE ADULTE  
DANSE ORIENTALE

**ENTRÉE LIBRE**  
**BUVETTE & RESTAURATION SUR PLACE :**  
**FOOD TRUCK COKOOLING ET UNCLE STEVE**



# LE JOURNAL DES ASSOCIATIONS

## L'association Les Amis d'Adkoul fête ses 20 ans

### La culture Touareg sera à l'honneur

- Le vendredi 12 juin avec une après-midi d'exposition des dessins des élèves de Grabels et des élèves d'Abalak - Salle Campos à la Valsière de 14h à 18h
- Le samedi 27 juin avec une soirée de célébration des 20 ans de l'association.

Les familles de Grabels seront invitées à voyager en Afrique grâce aux diverses activités proposées au cours de la soirée.

Elles seront accueillies par les dessins des élèves de Grabels et des élèves d'Abalak (Niger), qui ont répondu à une opération de partage des cultures entre les écoles.

Après une projection des activités à Abalak, ville partenaire de Grabels, nous partagerons un repas africain et la soirée se poursuivra avec un orchestre plein d'entrain !

**Samedi 27 juin - 18h - Cour des anciennes écoles - Rue de la Gerbe - Grabels**

**Participation au repas : 10 €, enfants : 5 € (sur inscription à [amis.adkoul@yahoo.fr](mailto:amis.adkoul@yahoo.fr))**

Les Amis d'Adkoul est une association d'aide au développement qui a pour but l'amélioration de l'éducation et de la santé des populations nomades du département d'Abalak (Nord Niger), partenaire de Grabels



## LES NUITS DE L'AVY 21<sup>ème</sup> Festival de théâtre de GRABELS du 20 juin au 28 juin 2026 PROGRAMME



### Samedi 20 JUIN :

**21 H :** Inauguration du 21<sup>ème</sup> festival « Les Nuits de l'Avy

**21 H 30 :** « Un ouvrage de dames » de Jean Claude DANAUD par la compagnie Le Bateau Bœuf de Sète, comédie.

### Dimanche 21 JUIN :

**21 H 30 :** « Un ami à louer » de Clément JAMARD par la compagnie CEMUS de Juvignac, comédie musicale.

### Lundi 22 JUIN :

**21 H 30 :** « Le circuit ordinaire » de Jean-Claude CARRIERE par la compagnie Illusoire Jardin de Vailhauquès, Thriller policier.

### Mardi 23 JUIN :

**21 h 30 :** « Méditez sur vos pêchés » de Pierre-Henri GAYTE par la compagnie de l'Ellipse de Juvignac, comédie dramatique.

### Mercredi 24 JUIN :

**21 H 30 :** « L'huissier sonne toujours 3 fois » de Jean Paul CANTINEAUX par la compagnie L'œil qui rit de Castries, comédie.

### Jeudi 25 JUIN :

**21 H 30 :** « Les filles aux mains jaunes » de Michel BELLIER par la compagnie La porte ouverte de Castelnaud-le-Lez, fresque historico-sociale.

### Vendredi 26 juin :

**21 H 30 :** « PHI, préhistoriques impertinentes » de Dominique CUGNET MAGNANI par la compagnie Les éclats de Castelnaud le Lez, comédie délirante.

### Samedi 27 JUIN :

**21 H 30 :** « Le Grand Chant...Bardement » des choristes de la compagnie Mélodic de Montpellier, comédie chantée.

### Dimanche 28 juin :

**21 H 30 :** « Batailles » de Roland TOPOR et Jean Michel RIBES par la compagnie « le théâtre du songe bleu » de la Gerbe Grabelloise de Grabels, comédie dramatique.

**23 H :** Monsieur le Maire et la Directrice du festival tirent le rideau de ce 21<sup>ème</sup> Festival « les Nuits de l'Avy ».

### ENTRÉE LIBRE

**Renseignements : La Gerbe Grabelloise : [lagerbe.grabelloise@orange.fr](mailto:lagerbe.grabelloise@orange.fr)  
[La-gerbe-grabelloise.pepsup.com](http://La-gerbe-grabelloise.pepsup.com)**

**Membres de la commission :** Michaël de Smet, Delphine Boutin, Françoise Camus, Laurence Richard, Catherine Juge-Menard, Laodis 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 N°ISSN 2264-5462 N°ISSN en ligne 2822-9835

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