

N° 16
Déc. 2016
Jan./Fév. 2017

L'actualité de votre Centre socioculturel

Dans le rétro
Carton plein pour la P'tite bulle

Reportage
Les 30 ans en images

A venir
La Parenthèse :
de nouveaux
rendez-vous à venir

Centre Socioculturel
François Rabelais
1, place Victor Hugo
72560 Changé
Tél. 02 43 40 13 04
accueil@lerabelais.org

À la une

Echanges et solidarités

Le Réseau d'Echanges de Savoirs en plein développement



Vous avez des compétences, des hobbies ? Une activité que vous connaissez bien et que vous avez envie de partager ?
Vous souhaitez échanger, rencontrer d'autres personnes ?
Vous souhaitez apprendre une technique, bénéficier d'un coup de main ?
Le Réseau d'échanges de Savoirs est fait pour vous !

Les Rabelaisiens de Thélème



Né il y a quelques mois, le Réseau d'Echanges des Rabelaisiens de Thélème est ouvert à tous. Depuis la rentrée, 3 échanges ont déjà eu lieu entre les membres du Réseau :



Virginie a proposé un atelier loisirs créatifs à **Nathalie, Christelle** et **Dominique**;
Clément et **Virginie** ont expliqué les bases de Facebook à **Christelle, Pascal** et **Nathalie**;



Clément a proposé une cueillette de champignons à **Pascal**.
Dans les prochaines semaines, une visite historique du vieux Mans, un atelier patine et la fabrication d'une cabane à hérisson sont organisés !

Les membres du Réseau ont la parole

"Nouvelle arrivante sur Changé, je voulais rencontrer du monde, avoir des échanges sympas avec d'autres personnes, découvrir et aider"
Lucille

"J'ai grandi dans une cité, et je crois que l'autre nous fait exister. Il ne s'agit pas seulement de savoirs, cela va au-delà, c'est un partage avec les gens, une envie de se construire."
Aydin

"Avec le Réseau, on prouve qu'on est capable de vivre dans une société sans argent, on est dans un échange naturel pour l'humain, dans un partage avec les autres"
Isabelle

"On donne par passion. C'est plus riche pour la personne que de l'argent ! L'idée est aussi de faire perdurer un état d'esprit."
Pascal

"Les savoirs sont une source intarissable. C'est un concept riche sans argent. On peut créer ensemble, découvrir quelque chose de nouveau à chaque fois. Il y a de plus une liberté, chacun nous rejoint et repart comme il le souhaite."
Nathalie

Dans le rétro



Enfance



Vacances d'automne : la chasse aux Pokemon

Pour ces vacances scolaires, la thématique « Libre cours » était l'occasion de mettre en place des ateliers variés, permettant la multiplicité des supports : fabrication et mise en vie de baby-foot pour les 5-6 ans, land art autour de l'automne, ateliers sportifs au gymnase municipal, fusées à eaux pour les 9-11 ans... Des ateliers « flash » étaient aussi programmés pour découvrir une technique particulière.

Chose particulière, les enfants de St Mars d'Outillé, Parigné-l'Evêque, Brette-les-Pins et Challes étaient accueillis dans les locaux de l'école de St Mars d'Outillé, l'école de Parigné-l'Evêque étant en travaux.

Sur les deux sites d'animation, le grand jeu a rassemblé les enfants en équipe autour d'une variante du jeu « Pokemon Go ». Un moment de détente et de fou rire !

Familles



Carton plein pour la P'tite Bulle

Depuis septembre, un jeudi par mois, le secteur famille propose des animations pour les futurs et jeunes parents : La P'tite bulle. Portage de bébé, allaitement, massage bébé, chant prénatal... Les 4 ateliers qui affichent tous complet !

"L'idée, explique Sandrine Gautier, animatrice famille, est de proposer des ateliers à thèmes et des temps d'échanges entre jeunes parents". Nous projetons d'en ouvrir également à Parigné-l'Evêque sur de nouveaux créneaux horaires pour répondre à la demande des personnes qui travaillent. " Le programme est mis en place en fonction des demandes des parents. Dès le mois de janvier, de nouveaux ateliers seront proposés, notamment autour de la nutrition.

Familles



Un atelier autour de la pédagogie à St Mars d'Outillé

L'atelier "Apprendre de façon ludique et créative avec la pédagogie positive" proposé début novembre à St Mars d'Outillé a rassemblé une demi-douzaine de parents présents.

Catherine Demazeau, formatrice à la fabrique à bonheurs a abordé les bases de la pédagogie positive, le fonctionnement du cerveau pendant l'apprentissage, la gestion des émotions, les besoins physiologiques des enfants pour pouvoir apprendre au mieux. "Chaque enfant apprend à sa manière, explique t elle. Il s'agit de s'adapter à ses besoins et d'agir avec bienveillance, avec son enfant". 1h30 de questions réponses ont permis d'échanger autour de l'éducation et de témoigner sur des cas concrets.

Changé d'Air : La Louisiane et la Nouvelle Orléans

Cette 26^e édition du Festival Changé d'Air a été l'une des plus swinguantes, des plus émouvantes, des plus dynamiques des plus enrichissantes en terme de rencontres, de plaisirs, de sourires, d'émotion !



Les bénévoles plus que présents

Que ce soit avant l'ouverture pour les séances de peinture, la cuisine, l'accrochage, la réalisation de la porte, la décoration... une trentaine de bénévoles s'est investie pour donner au Centre Rabelais cet air de Louisiane, avec la présence de quelques nouveaux venus dans la commission. Leur présence régulière, motivante et chaleureuse a permis de partager ensemble un très beau moment, bénévoles et équipes professionnelles.

10 jours loin de Changé

Ces deux semaines de Festival ont emporté le public bien loin de Changé, et ont permis de découvrir une culture cajun méconnue, de swinguer aux rythmes du Jazz New Orleans, ou du "Blues dans le Bayou" pour les plus jeunes... l'occasion aussi de rencontres avec la passionnante Odile Rouet de l'Association France-Louisiane, ou encore Roland Tremblay, un changéen passionné.

L'occasion enfin de voyager avec les danseurs de la création d'Arabesque, ou encore avec les comédiens du théâtre Challos. Sans oublier le charme poétique de Leyla Mc Calla, dont le talent a emporté le public pendant le concert, mais également avec cette discussion autour de ses engagements en faveur des migrants...



Le public au rendez-vous

Plus de 3650 spectateurs (dont 1500 scolaires) ont assisté au Festival, record de fréquentation depuis que l'évènement existe !

Les multi-accueils et l'école font aussi partie du voyage

A Parigné-l'Evêque, chez les P'tits d'Hommes, les parents ont réalisé le temps d'une soirée des décorations et des plats aux couleurs de la Louisiane pour le goûter du lendemain. Des portraits des enfants déguisés ont été exposés à cette occasion. Ils ont également été proposés à la vente aux familles; les bénéfices paieront tout ou partie de la sortie de fin d'année.

L'équipe du multi-accueil les P'tits Clowns (Changé) a proposé une soirée décoration. Les parents et les professionnels ont peint un crocodile et un Tom Sawyer pour réaliser des photos avec les enfants.

Ils ont également créé des colliers de carnaval. « *Le but, c'est de faire des activités manuelles ensemble, mais aussi et surtout de discuter et échanger dans un cadre convivial* » explique Dominique de Chasteigner, éducatrice de jeunes enfants.

L'équipe a ensuite partagé un repas d'inspiration cajun : jambalaya, beignets de maïs et tarte au noix de pécan étaient au menu !

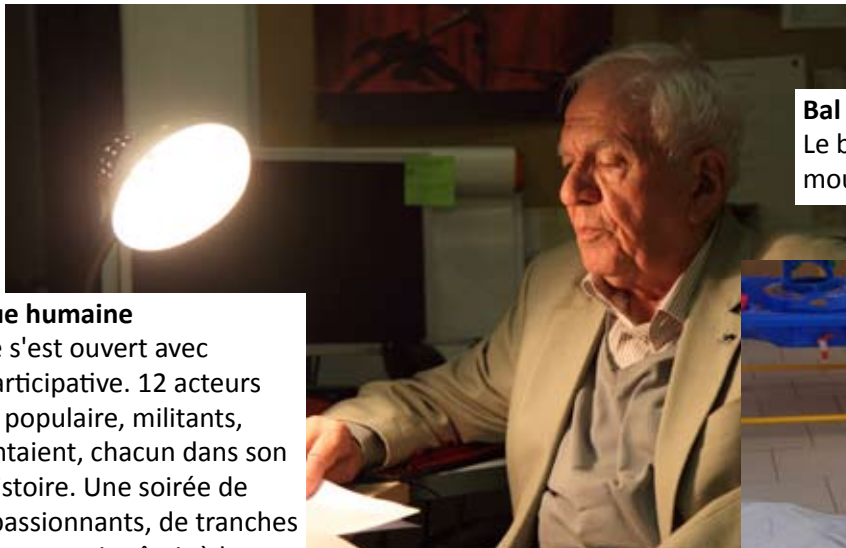
A l'école de Changé enfin, les maternelles ont réalisé une exposition, et chants et danses étaient présentés aux parents le samedi 19 novembre. Les primaires ont également réalisé des travaux d'arts plastiques.



Rendez-vous en 2017 pour le Sénégal !

30 ans : retour sur une semaine de festivités

Une semaine durant, le Centre socioculturel François Rabelais a proposé un véritable parcours d'animations sur toutes les communes du territoire et pour tous les âges. Ce programme, concocté par les bénévoles et salarié, était à l'image des principes de l'association : lien social, partage, éveil culturel et convivialité étaient au rendez-vous !



Bal avec Génération Mouvement
Le bal proposé par Génération mouvement affichait complet !

La bibliothèque humaine

Le programme s'est ouvert avec cette soirée participative. 12 acteurs de l'éducation populaire, militants, engagés, racontaient, chacun dans son espace, leur histoire. Une soirée de témoignages passionnants, de tranches de vie émouvantes, qui prêtait à la réflexion sur l'engagement dans la vie associative et citoyenne.



Atelier manipulation

A St Mars d'Outillé, les tout-petits étaient invités à expérimenter, transvaser, manipuler...



Kamishibai

A Challes, un spectacle de "Kamishibai" était proposé à la bibliothèque. Les enfants et les adultes ont découvert deux contes en images et en musique. Ils ont même été invités à participer avec des chapeaux et des cotillons avec le "monstre voleur d'anniversaire" !

Conférence

80 personnes étaient présentes pour écouter Olivier Ginny, de l'association Pikler Loczy, autour de l'éducation des enfants.



Diaporamas du bout du monde

A la découverte des Canaries, de Shangai... avec l'association Aventures du Bout du Monde.





Atelier radio

Les primaires se sont pris au jeu de la radio à l'accueil périscolaire de Brette-les-Pins.



Cours de cuisine anti-gaspillage

Le chef Jean-Marie Barbotin et ses élèves du jour ont relevé le défi de réaliser un repas avec des produits en limite de péremption.



Nos voisins ont du talent

Des habitants des cinq communes sont venus dévoiler leur talent sur scène ou exposer leur oeuvres.



Fresque participative

Le portrait de François Rabelais pixelisé a été réalisé par les petits et les grands tout au long de la journée du samedi.



Rallye vélo

Les familles ont réalisé un parcours dans les bois de l'Epau. Au programme : jeux et énigmes, avant de déguster les bonbons de la pinata !



Un anniversaire en musique

Takasouffler, la Renaissance, Ton Zinc et Boris Viande ont animé en musique cette soirée de clôture.

Jeunesse



Des ateliers pour tous les collégiens

Depuis 4 ans maintenant, nos animateurs jeunesse interviennent 4 midis par semaine dans les collèges de Changé et Parigné-l'Evêque. Ils proposent des cycles d'ateliers entre chaque période de vacances. De la 6^e à la 3^e, ces temps d'animations sont ouverts à tous, avec un engagement sur toute la session d'activité.

A Changé, depuis septembre, ils proposent des animations autour de la création de jeux vidéos, avec une initiation pour les débutants et des défis pour les plus expérimentés.

A Parigné-l'Evêque, ils ont choisi de développer des ateliers autour des jeux de société, avec du jeu libre ou de la création de jeux.

Pour la rentrée 2017, on parle déjà de graff ou encore de robotique.

L'objectif de ces ateliers est de faire le lien entre le temps scolaire et le temps des loisirs, mais aussi faciliter l'investissement des jeunes dans la vie de nos cités.

Jeunesse



Une soirée autour des échanges de jeunes

En octobre dernier était organisée une soirée autour des échanges de jeunes en Europe. Mise en place par la Direction départementale de la Cohésion Sociale et le collectif d'animateurs jeunesse en Sarthe, cette rencontre a rassemblé une quarantaine de jeunes venus de toute la Sarthe : le Lude, Le Grand Lucé, La Flèche, Arnage...

Tous ont commencé par présenter un projet de mobilité réalisé ou à venir. La Junior association « European Teenagers Meeting » a évoqué l'échange franco allemand qui est mis en place depuis l'an dernier. Des échanges autour de l'autofinancement, la vie dans une autre culture...ont pu avoir lieu. Des tables rondes étaient ensuite mise en place autour de la préparation, le vivre ensemble, et la thématique « coups de coeur coups de gueule ». L'occasion également pour les animateurs de partager leurs pratiques pour la mise en place de projets de mobilité européenne. Une rencontre de ce type est prévue chaque année.

Adultes



Ateliers seniors : un succès

Mis en place en lien avec la MSA, l'atelier nutrition fait carton plein depuis le mois de novembre. Les six séances animées par la diététicienne Sandra Maret ont réuni 13 personnes. Au programme : vitalité dans l'assiette, comment faire ses courses, décrypter les emballages... Le dernier atelier sera plus pratique, avec la préparation d'un repas tous ensemble !

L'atelier Pep's Eureka, également mis en place par la MSA, débutera en janvier. Il affiche également complet ! Ce programme de 10 séances propose à travers une méthode originale d'entretenir et cultiver sa mémoire.

D'autres ateliers spécifiques au public senior seront programmés en 2017.

À venir

Familles



Sensibiliser les parents aux jeux vidéos

Un travail avec le cybercentre de Parigné-l'Evêque sera mené en 2017 autour de différentes sessions entre adultes, mais aussi entre parents et enfants.

"Nous souhaitons avant tout sensibiliser les parents aux jeux vidéos, en réseau ou en solo. Leur donner les clés pour mieux comprendre les interdits, mais aussi la possibilité de jouer avec leurs ados" explique Sandrine Gautier, animatrice famille. Le cyber harcèlement sera également abordé. Plusieurs temps d'échanges seront donc programmés tout au long de l'année.

Familles



Un projet contre la violence

« Il faut tout un village pour éduquer un enfant ». Ce dicton africain résume bien le projet mis en place autour de la co-éducation contre la violence à Parigné-l'Evêque. Après une intervention autour des microviolences avec des parents et des enfants, le secteur famille du Centre Rabelais propose un cycle d'intervention dans une classe de l'école et une classe du collège, en lien avec l'ANPA (Association Nationale de Prévention contre l'Addictologie et l'Alcoolologie). Au programme, 10 séances autour de la gestion des émotions et du stress, de la résolution de conflit ou encore de la bienveillance. « Un enseignant dans chacun des établissements scolaires sera formé autour de ce thème, explique Kristell Cosson, stagiaire famille en charge du projet. Il pourra à son tour former ses collègues ». Enfin, une troisième intervention devrait être organisée lors des vacances de février en Accueils de Loisirs, avec un jeu autour de la bienveillance.

Enfance



Animateurs : postulez dès maintenant

Que vous soyez stagiaire, en formation BAFA ou déjà diplômé, envoyez-nous vos candidatures pour les vacances d'été ! Les bénévoles âgés de plus de 16 ans, qui souhaitent découvrir l'animation, peuvent également nous contacter à enfance-jeunesse@lerabelais.org.

Accueils de loisirs de Noël

Pour les vacances de Noël, les Accueils de loisirs sont ouverts du lundi 19 au vendredi 23 décembre. Côté enfance, propose des ateliers sur la thématique "C'est rien que des histoires", sur le site de Parigné-l'Evêque. Côté jeunesse, la thématique "Prenez le pouvoir" revient avec la possibilité pour les ados de choisir leur programme d'activités.

Des échanges entre parents à Parigné-l'Evêque

Les parents du multi-accueil de Parigné-l'Evêque souhaitent développer des actions familles le samedi matin.

Lors de la commission parents de novembre, une demande de temps d'échange entre parents a été formulée, en présence d'un professionnel autour de différentes thématiques : l'alimentation, l'acquisition de la propreté, les relations fraternelles. Un échange autour des différentes pédagogies et des pédagogies nouvelles est également demandé. Ces ateliers devraient être mis en place courant 2017.



La Parenthèse : de nouveaux rendez-vous à Challes, Parigné-l'Évêque S^t Mars d'Outille

Les ateliers de la Parenthèse, nés à Challes, sont proposés depuis septembre à Parigné-l'Évêque et St Mars d'Outille. Tous les 15 jours, ces activités sont surtout prétexte au partage et à la discussion, de 18 à 100 ans !

Parents, adultes, seniors sont tous invités à découvrir ou organiser de nouvelles activités, mises en places par l'animatrice famille, Sandrine Gautier, ou un intervenant extérieur. "Nous proposons des activités ludiques et créatives : atelier savon, crème de jour, création de sac, atelier chocolat... de nouvelles propositions sont à découvrir jusqu'en juin 2017 !" explique l'animatrice famille.

Si vous souhaitez rencontrer d'autres adultes et partager un moment agréable, n'hésitez pas à nous contacter !

A l'ancien cabinet médical de Challes les mardis 17 janvier, 31, 28 février, 14 mars, 28 mars et 25 avril de 9h à 11h40

Au Point Accueil Jeunes de St Mars d'Outille les mardis 10 janvier, 24 janvier, 7 février, 7 mars, 21 mars et 4 avril de 9h à 11h40

Au 1000 Clubs à Parigné-l'Évêque les vendredis 20 janvier, 3 février, 3 mars, 17 mars, 31 mars et 28 avril de 9h à 11h40

Ces actions s'adressent aux habitants de toutes les communes du territoire, chaque municipalité ayant signé une convention avec le Centre Rabelais.

Envie de mettre en place un projet ?



Vous avez un projet qui vous tient à coeur ? Une idée, une envie, une proposition visant à l'amélioration du cadre de vie, du vivre ensemble ? Nous sommes ouverts à toutes les initiatives : activités d'échanges, de troc, de solidarité...

Contactez nous, nous verrons ce que nous pourrions faire ensemble !

✉ direction@lerabelais.org

Congés de fin d'année

Durant les vacances de Noël, le Centre socioculturel sera fermé du vendredi 23 décembre au soir au lundi 2 janvier au matin. Les deux multi-accueils sont également fermés à ces dates.

Assemblée Générale

L'Assemblée générale aura lieu le vendredi 7 avril 2017. Elle devrait être organisée cette année sous la forme d'un temps d'échange participatif. Les membres du bureau et les salariés bûchent sur le projet !

Petite enfance

Les multi-accueils fêtent Noël

Pour les deux multi-accueils, fêter Noël rime avec l'implication des parents, invités à réaliser des décorations, des plats ou même devenir acteurs pour un spectacle !

A Changé, un atelier est prévu en amont de la fête organisée le mardi 6 décembre prochain.

A Parigné-l'Évêque, le spectacle "Noël au pays des lumières", écrit et joué par les parents et les professionnels, sera présenté aux familles le vendredi 16 décembre.