

LE PETIT Grain de Sel

Journal d'information du Centre Social Espace Grain de Sel
Ville de Noirmoutier-en-l'île

NUMÉRO 32 - JUILLET 2016

Édito

Depuis le début de l'année, le renouvellement du Projet Social mobilise à l'Espace Grain de Sel, élus, bénévoles, partenaires, professionnels, adhérents... Vous en avez sans doute entendu parler et peut-être avez même contribué à la réflexion. Dans tous les cas, à la veille d'écrire le Projet, en voici les grandes lignes :

UN PROJET ÉLABORÉ EN PLUSIEURS ÉTAPES :

1

Évaluation des actions mises en œuvre depuis trois ans grâce à un questionnaire et des rencontres.

2

Réalisation d'une étude de territoire en concertation avec les habitants, les élus, les partenaires, les bénévoles... afin qu'elle soit partagée par le plus grand nombre.

3

Définition des priorités. Au terme de la réflexion, 3 axes prioritaires d'intervention se sont dégagés à l'unanimité :

- La Solidarité
- La Famille et les liens entre les générations ;
- L'engagement et la citoyenneté.

■ UN PROJET DANS LA CONTINUITÉ DE L'EXISTANT

Ateliers d'échanges de savoirs ou de services, Rendez-Vous Nature, Repair Café, Atelier Estime de Soi, Forum des Associations, Point d'Appui à la Vie Associative, Fête du Jeu... La plupart des actions existantes seront reconduites. Certaines d'entre elles sont appelées à évoluer.

■ UN PROJET AVEC SON LOT DE NOUVEAUTÉS

Compte tenu des besoins repérés du territoire, il est envisagé de développer les actions en direction des familles et notamment des temps de loisirs parents-

enfants, des espaces d'échanges pour les parents... Il est également prévu de développer de nouveaux réseaux de solidarité. Enfin, les rencontres entre les générations vont être encore plus nombreuses au sein du Centre Social. Il est encore trop tôt pour présenter précisément le futur projet. Le prochain numéro du Petit Grain de Sel lui sera largement consacré.

■ ET MAINTENANT ?

Cet été, l'équipe de professionnels de l'Espace Grain de Sel va se consacrer à la rédaction du projet. Il sera ensuite présenté lors de la séance du Conseil Municipal à la rentrée puis remis à la Caisse d'Allocations Familiales qui décidera de prolonger ou non l'agrément Centre Social pour 1, 2, 3 ou 4 années.

REPÈRE

Un Projet Social vise à garantir la cohérence de l'action du Centre Social avec les besoins sociaux repérés sur le territoire.

REPÈRE

Un Centre Social est un équipement de proximité où l'ensemble des habitants, quels que soient leur âge, leur situation familiale, sociale ou professionnelle peuvent trouver différentes actions et services initiés puis portés bénévolement par des habitants, appuyés par des professionnels. Régulièrement, ceux-ci se mobilisent pour définir un projet de développement social pour l'ensemble de la population d'un territoire.



ZOOM : POURQUOI DEVENIR MEMBRE DU COMITÉ DE COORDINATION ?

A l'occasion de la rencontre annuelle qui s'est déroulée le 29 avril dernier, trois membres du Comité de Coordination ont annoncé leur départ. Elles ont accepté de témoigner de leur engagement au sein de l'Espace Grain de Sel.

Bilan de 8 années d'engagement
par Maryse Nicolaux



Déjà presque 8 ans que je « niche » dans les couloirs de l'Espace Grain de Sel où les murs ont des oreilles bienveillantes qui ont du cœur... tout le bien-être est là ! Mais il est temps que je laisse la place !

Une « maison » que j'ai découverte à l'occasion du premier projet social qui faisait appel à la participation des responsables et adhérents d'associations. Alors présidente de l'AVF, j'ai ainsi pu mettre mon « grain de sel » au comité de coordination et répondre à mon souhait de retraite citoyenne active dans la vie locale au service des habitants. J'y ai découvert le quotidien d'une vraie structure d'accueil, ouverte à tous, des jeunes aux plus âgés, Noirmoutrins ou immigrés, actifs ou retraités, à l'écoute de tous les maux, et, où toutes les initiatives sont les bienvenues... la ruche aux bénévoles et dans la bonne humeur ! J'ai pris beaucoup de plaisir à soutenir toutes ces initiatives, et à les promouvoir autour de moi... c'est mon seul savoir-faire.

Mais je ne l'abandonne pas totalement, et soutiendrai la mise en oeuvre de ce 3^{ème} projet social, et militerai pour l'intérêt de cette structure qui j'espère deviendra un jour totalement intercommunale. Et un grand merci à toute l'équipe de Grain de Sel pour son grand soutien dans mes heures douloureuses.

Bilan de 4 années d'engagement
par Geneviève Noireaux



Je connais l'Espace Grain de Sel depuis 10 ans. En juin 2012, un Projet Social comprenant un axe Solidarité était à l'étude. J'ai alors intégré le groupe constitué pour le mettre en place, car j'avais l'idée de créer une Accorderie ou un SEL (Système d'Echange Local) pour contribuer à la lutte contre la précarité et l'isolement et faciliter la mixité sociale. Le SEL a été choisi et en 2014 une association pour le gérer a vu le jour : Selid'her.

A la faveur de cette mise en place, ce qui a été très intéressant c'est de découvrir, de l'intérieur, ce qui fait vivre le Centre Social et surtout qui le fait vivre. J'ai pu le faire en m'engageant comme bénévole dans le Comité de Coordination pendant 4 ans. Cela m'a permis une meilleure compréhension du lieu où j'habite, de prendre part à la vie de notre société et d'être avec des personnes en activité (étant à la retraite, pour moi cela a été bénéfique). J'ai aussi découvert les nombreux ateliers, l'Accueil Jeunes et notamment tous les bénévoles (sans qui ces ateliers n'existeraient pas), accompagnés par une équipe de professionnels. Grain de Sel permet un regard positif sur le possible grâce à la mise en route de personnes motivées. En Comité de Coordination, notre avis est pris en compte. On nous propose..., on discute..., on approuve... ou pas... et on se met d'accord. Et puis la convivialité, importante à Grain de Sel. On y travaille, mais pas que... les repas partagés ont une place importante. Ce sont des moments privilégiés pour mieux nous connaître. Eh bien voilà, 4 années de partages qui ont enrichi ma vie et ce n'est pas fini en ce qui concerne ma présence à Grain de Sel, pour le plaisir de participer aux ateliers et de retrouver des ami(e)s.

Bilan de 4 années d'engagement
par Anne Morton



Une jolie page de ma vie de bénévole se tourne après ces quatre années passées à l'Espace Grain de Sel. Séduite au départ par l'idée de pouvoir réfléchir à la mise en place d'actions au service des habitants au travers d'un nouveau projet social pour les années à venir, j'ai intégré l'équipe avec la volonté de renforcer les liens entre les différentes générations, et de proposer des idées pour élargir les activités à destination des jeunes. Vaste programme que d'imaginer comment améliorer demain, le rêve, mais quelle chance de pouvoir relever ce challenge, également ! Aujourd'hui, la boucle est bouclée, le centre social est en phase de construire son nouveau projet que je ne vivrai cette fois pas de l'intérieur.

L'heure du bilan est venue pour moi, bilan que je pourrais résumer ainsi : entraide et convivialité ont été mon quotidien à l'Espace Grain de Sel. J'y ai construit des relations fortes et y ai vécu des moments des plus marquants. Je pense notamment à la Fête du Jeu, chaque année plus réjouissante, et aux rencontres entre bénévoles et adhérents, moments idéaux de partage. Les festivités des 10 ans resteront également un grand souvenir. Je n'ai bien sûr pas réalisé tous les projets que j'avais imaginés au départ, et certains d'entre eux n'ont pu aboutir ou ont peiné à trouver leur public, comme les soirées jeux mensuelles, par exemple, mais, tant d'autres ont vu le jour !

En outre, Grain de Sel m'a permis de développer ma capacité d'écoute de mes concitoyens en constituant un précieux lieu où chacun peut librement exprimer ses joies, ses peines, les difficultés de son quotidien, et trouver des personnes enclines à les soulager. Je suis reconnaissante à Grain de Sel d'avoir été de ceux-là et de m'avoir permis de contribuer à redonner le sourire autour de moi. J'y ai développé des échanges qui dépassent maintenant les murs du centre social. Je lui souhaite de rester pendant de longues années encore, cet espace exceptionnel.

ACTUALITÉS : DES RENCONTRES INHABITUELLES A L'ESPACE GRAIN DE SEL

CENTRE SOCIAL DE CROZON



A l'Espace Grain de Sel, les rencontres et les échanges se vivent au quotidien à travers les différentes actions qui se succèdent tout au long de l'année : ateliers, Fête du Jeu, Forum des Associations, Repair Café... Néanmoins, ces dernières semaines, des rencontres inédites s'y sont déroulées.

■ La première avec un groupe de 30 personnes du Centre Social de Crozon qui sont venues passer quelques jours à Noirmoutier-en-l'Île au printemps dernier. Échanges sur les activités et les fonctionnements respectifs, initiation à la sophrologie, jeux pour les enfants et goûter vendéen ont nourri les discussions. L'un des Bretons a conclu en disant « ce temps de partage avec Grain de Sel nous permettra d'humaniser nos souvenirs de notre séjour ; au-delà des paysages, nous nous rappellerons également de vous ». Avant de nous quitter, nous nous sommes donnés rendez-vous l'année prochaine à Crozon. Affaire à suivre...

■ La deuxième avec un groupe d'adultes autistes qui est lui aussi venu en vacances à Noirmoutier. Le personnel accompagnant a sollicité l'Espace Grain de Sel pour organiser des ateliers. Des séances de loisirs créatifs et d'anti-stress par la couleur leur ont été proposées.

■ Enfin, le dernier samedi du mois de mai, l'Espace Grain de Sel a reçu les jeunes sapeurs-pompiers volontaires de Noirmoutier-en-l'Île pour une démonstration de manoeuvres et un temps d'échanges et de discussions. Cette après-midi inédite a peut-être suscité des vocations de certains jeunes venus assister à cet événement.

Ces trois rencontres ont permis de rompre avec les habitudes et surtout d'ouvrir l'Espace Grain de Sel vers d'autres horizons et d'autres publics. Elles ne sont certainement pas les dernières. Si d'autres occasions se présentent, nous nous efforcerons de continuer à y répondre positivement.



UNE VISITE À BIOTOPIA DANS LE CADRE DES RENDEZ-VOUS NATURE

Le 27 avril dernier, nous étions plus d'une dizaine, adulte et enfants, venus pour découvrir tout ce qui se cache sous nos pieds, derrière nous, sous l'eau, dans le ciel : véritable exploration du monde du littoral et de la forêt : insectes et plantes de la dune, animaux de la forêt, coquillages de la plage. Un lieu magique témoin de la biodiversité et de la beauté de la nature. Le temps nous a manqué, et nous n'avons pu faire que la balade jusqu'à l'océan... La jeune guide qui nous accompagnait tellement passionnée par le sujet n'a pas vu l'heure et il était trop tard pour visiter le musée... mais elle nous a donné l'envie d'y revenir vite.



A NOTER DANS VOTRE AGENDA

Le prochain Forum des Associations se déroulera le 3 septembre prochain

Le Forum des Associations est un moment important pour les 120 associations (environ) de l'île pour se faire connaître et se rencontrer entre elles, le moment aussi pour les habitants de toutes les générations de découvrir et d'adhérer à des loisirs, du sport, à la culture, à l'entraide et la solidarité, etc. Cette année, le Forum a lieu le 3 septembre 2016 de 10h à 18h30, Espace Hubert Poignant à Noirmoutier. Venez nombreux rencontrer les associations qui sont une des forces actives de l'île.

ACTUALITÉS DE L'ACCUEIL JEUNES

Actuellement, l'Accueil Jeunes tourne à plein. Sportives, culturelles, créatives ou conviviales, le programme estival a encore cette année, varié les propositions. Il remporte un grand succès et laissera certainement beaucoup de souvenirs impérissables chez les jeunes, nombreux à être inscrits.



LES INFOS DES ASSOS

Paul-Émile Pajot (1873 – 1929), marin-pêcheur, peintre, écrivain, poète et musicien.

Né à La Chaume dans une famille de pêcheurs, le jeune Paul-Émile embarque à l'âge de onze ans. A 24 ans, il décide d'écrire son journal. Son manuscrit de 2 400 pages, orné de 975 gouaches d'une extraordinaire fraîcheur, traduit le mélange de sentiments ressentis par les marins pêcheurs : bonheur de faire des pêches fructueuses, inquiétude par mauvais temps et désespoir de voir les bateaux périr lors des tempêtes. Alain Gérard qui a publié ce récit émouvant et sincère nous présentera les « Aventures » de Paul-Émile Pajot dans une conférence proposée par Les Amis de l'Île de Noirmoutier le 3 août 2016 à 20h30, salle Hubert Poignant. Elle sera suivie de l'assemblée générale annuelle de l'association.

Lire au Vieil, c'est le livre en partage toute l'année.

L'association prête des livres donnés par des habitants d'ici ou d'ailleurs. Tous les genres sont disponibles. Des milliers d'ouvrages en stock pour tous les âges. Vous y trouverez forcément des livres que vous n'avez pas encore lus, certains même de l'année. C'est gratuit. Trois rendez-vous par semaine du 6 juillet au 31 août, dans l'ancienne école du Vieil : le dimanche et le mercredi de 10h30 à 12h30, le vendredi de 17h à 19h. Ateliers Hérissons (recyclage de vieux livres) le mercredi matin du 20 juillet au 31 août. Vide-greniers des livres en trop dimanche 24 juillet et dimanche 7 août 2016, de 10h30 à 12h30. Renseignements au 06 65 27 58 63 ou par mail : lireauvieil@gmail.com

Les infos de Gym'agine

Stage Pilates pour tonifier sa silhouette en douceur et pour développer la concentration et la confiance en soi par une meilleure maîtrise de son corps. Du 25 au 28 juillet 2016 de 10h à 11h. Tarif : 45€ le stage de 4 jours.

Stage Zumba Kids pour les enfants de 6 à 12 ans pour s'amuser au travers de danses (salsa, hip-hop, merengue...) et de jeux mêlés à diverses musiques du monde avec des chorégraphies. Les 25, 26 et 27 juillet et les 8, 9 et 10 août 2016, de 18h à 19h. Tarif : 30€ le stage de 3 jours.

Stage Fitness pour travailler vos abdominaux, vos fessiers, vos pectoraux et découvrez nos exercices et nos conseils pour être au top de la forme. Du 25 au 28 juillet et du 8 au 11 août 2016 de 19h30 à 20h30. Tarif : 30€ le stage de 4 jours.

Zumba Party : Découverte des variantes de Zumba : Zumba Fitness, Zumba Gold et Zumba Kids mercredi 10 août à 19h30. Espace Hubert Poignant, Noirmoutier-en-Île. GRATUIT, OUVERT A TOUS, SANS INSCRIPTION. Renseignements/Inscriptions : 06 83 42 54 47/ www.gymagine.com / sitew.com / gymagine@live.fr

Les 4 Orient

L'association "Les 4 Orient" propose par la pratique du Tai Chi Chuan et du Qi Gong un travail sur l'harmonie des éléments que sont le corps, la respiration, l'esprit, la conscience. Le Qi Gong contribue à l'épanouissement individuel de l'être, il est accessible à tous, à tout âge de la vie. Il n'est pas demandé de performance, chacun selon sa souplesse et ses possibilités s'adapte aux exercices. Un cours de Tai Chi est spécifiquement dévolu aux techniques martiales, soit dans un travail en binôme, soit dans le maniement du

sabre et du bâton. Les adhérents se retrouveront le lundi et le mercredi dès les premiers jours de septembre afin de choisir dans quel cours ils ont envie d'œuvrer. Formé à l'école TAO c'est Lionel Petigas qui depuis plusieurs années dispense les cours aux "4 Orient" dans une atmosphère propice à l'amitié et à l'évolution de chacun. La meilleure façon de voir si cette technique peut convenir est de participer à 1 ou 2 cours à la rentrée. Renseignements : Claudie Jacquelin 06 14 96 78 78

Souffles de Vie

Du 8 au 25 Août, l'association Souffles de Vie propose des cours de Yoga, débutant ou pratiquant, les lundis et mercredis de 10h à 11h30 et de 18h30 à 20h, et les mardis et jeudis de 10h à 11h30 et des ateliers Danse Singulière le samedi 13 et le vendredi 19 Août de 19h30 à 23h, Salle du Cob, 52 avenue Maréchal Joffre à Noirmoutier. Professeur diplômée IFY. Renseignements au 06 26 59 74 52 ou gendron.vero@orange.fr

Encadrement... mosaïque... réfection de sièges... patchwork... Broderie d'Art... Peinture sur porcelaine...

Vous souhaitez vous initier, ou vous perfectionner, à ces techniques enseignées « à l'ancienne » ? Rejoignez les 4A, l'Association d'Activités Artistiques Appliquées, qui vous offre toutes ces possibilités. Les ateliers, dirigés par des professeurs qualifiés, ont lieu tout au long de l'année scolaire. Renseignements : Dominique CHAUVIN au 02 51 39 38 65 ou au 06 82 39 51 70



HER DE FÊTES

L'association HER de FÊTES organise le samedi 2 et le dimanche 3 juillet 2016 au centre culturel Les Salorges son salon du livre (4^e Week-End Littér'Her) où de nombreux auteurs seront présents pour dédicacer leurs ouvrages. Vous pourrez aussi rencontrer les élèves des 2 classes de 4^{ème} du collège Les Sorbets, qui ont travaillé tout au long de l'année scolaire et qui se verront remettre leurs prix le samedi 2 à 11 h ainsi que les auteurs ayant participé au concours de récits. Le thème de cette année était : Voyage dans le temps en Pays de Loire, entre 1780 et 1914. Vide-greniers, le samedi 9 juillet, place de la Prée au Duc. Bulletins d'inscriptions à retirer dans les mairies de l'île. Renseignements : 02.51.39.41.26

Centre Social Espace Grain de Sel

18 rue de la Poste
85330 Noirmoutier-en-Île
Tél. : 02.51.39.72.67 - Fax : 02.51.35.86.63
espace.graindesel@ville-noirmoutier.fr

Retrouvez-nous sur notre page Facebook :
<https://www.facebook.com/EspaceGrainDeSel>

La prochaine parution du Petit Grain de Sel est prévue en octobre 2016.
Si vous avez des informations à communiquer, merci de nous les transmettre au minimum un mois à l'avance.

Accueil du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 14h à 17h30
(sauf le lundi matin et le mercredi après-midi).

L'équipe du Centre Social

Responsable :
David Géraud
Accueil, secrétariat :
Sophie Soulard
Animateurs jeunesse :
Eric Chantreau
Jean-Pascal Gratton