

WELCOME

# NEWSLETTER

## SEPTEMBRE 2024

### SOMMAIRE

E D I T O

**LE COMITÉ DE BÉNÉVOLES  
LE PROJET SOCIAL**

**LE JARDIN PARTAGÉ**

**CUISINE DU MONDE**

**LES SORTIES ESTIVALES**

**LES ANIMATIONS DE L'ÉTÉ**

**ZOOM SUR UN PARTENAIRE**

**ZOOM SUR LE CLAS  
À VENIR**

**LA QUINZAINE DE LA  
PARENTALITÉ**

**LES VACANCES  
D'OCTOBRE**

**LA RENTRÉE DES SÉNIORS  
ET LA QUINZAINE BLEUE  
AGENDA**

Le début du mois de juillet a vu se concrétiser la customisation de l'armoire à Dons qui est installée dans la salle rencontre, vous pouvez dès à présent faire des trocs ; le comité des bénévoles a rassemblé les bénévoles, l'équipe pro et les adhérents pour parler de gouvernance et renouvellement du projet social mais également présenter l'avancée des nouvelles actions lancées en ce début d'année :

\*le jardin partagé avec ses jolis paniers de récoltes qui ravivent nos papilles et les balades botaniques pour la découverte des plantes de notre environnement proche.

C'est 2 activités sont également un vrai plus pour nos ateliers cuisine.

\* la constitution d'un groupe de parents solo qui ont permis la programmation des sorties en famille de cet été

\*le café caillons traditions qui permet de se retrouver avec nos adhérents de toutes générations et de tous horizons pour parler ensemble et mieux se connaître

\*la marche sénior qui réunit des adhérents tous les jeudis matin suite à l'atelier

D'marche avec la communauté de communes SVL

\*les jam session avec le Campus qui amènent un volet culturel et animent la Bulle d'R en soirée.

Les vacances d'été nous ont permis de proposer des animations de proximité en lien avec Vendée Habitat et Germaine Café mais aussi de préparer les actions à venir.

Les activités quotidiennes habituelles se sont maintenues. Seuls quelques ateliers se sont arrêtés pour une petite pause avant la rentrée.

Merci pour ce bel été. Nous avons hâtes de vous retrouver pour évoquer les souvenirs de vacances avec la Bulle d'R ou en famille...mais aussi pour vivre de nouvelles aventures. Nous aurons le plaisir de vous présenter les activités et projets de la rentrée au centre social comme au forum des associations le 7 septembre au jardin Dumaine.

Noémie DP

LUÇON

LA BULLE  
D'R  
Centre social  
LUÇON

ALLEGATIONS  
FAMILIALES  
Caf  
de la Vendée

Centres  
Socials  
Vendée

CONSEILLER  
NUMÉRIQUE  
France  
services

# RETOUR SUR LE COMITÉ DE BÉNÉVOLES



Jeu de mémoire sur la gouvernance

Jeu des 7 familles sur le projet social

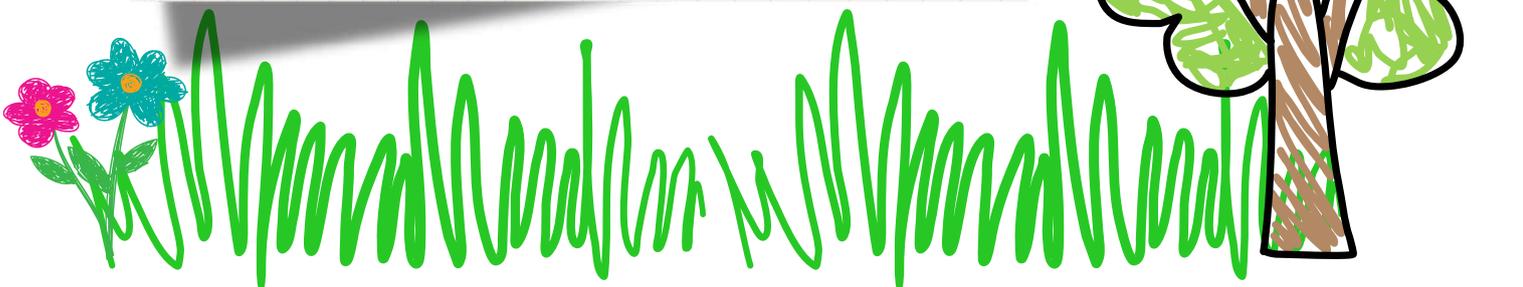


## RETOUR SUR LE COMITÉ DE BÉNÉVOLES



Après avoir parlé du renouvellement du projet social, de la gouvernance et des nouvelles actions de la Bulle d'R. Adhérents, bénévoles et salariés ont partagé un moment de convivialité autour de la plancha. L'après-midi s'est prolongé avec des jeux de société.

Merci à toutes et à tous  
pour votre participation !



# LE PROJET SOCIAL

Le projet social est notre fil conducteur.

Il permet de recenser nos valeurs, les différents acteurs du centre social, les orientations, les actions pour 4 années.

C'est notre ADN, il est le reflet de ce que l'on souhaite voir et faire au centre social avec et pour les habitants en prenant en compte leurs besoins ainsi que ceux de nos partenaires.

Le comité de bénévoles a permis de proposer la méthode, les étapes ainsi qu'un échéancier pour le renouvellement du projet social (cf. ci-dessous).

C'est une année riche et intense qui nous attend pour dans un premier temps faire l'évaluation du projet en cours en termes d'actions, de satisfaction des usagers, de fonctionnement de notre structure. S'en suivra le diagnostic partagé qui consiste à mieux connaître notre territoire et les besoins des habitants en récoltant des données, en rencontrant les habitants et les partenaires.

Il est essentiel que les différents acteurs qui composent le centre social soient associés à cette démarche pour que notre projet social réponde aux besoins.

Ce sont les éléments recueillis de ces différentes étapes qui après analyses et réflexions permettront de :

- définir les priorités et les axes du nouveau projet 2026-2029,
- choisir les orientations qui se déclineront en objectifs et plan d'actions,
- élaborer et écrire le nouveau projet social.

Pour s'assurer de la démarche, un comité de pilotage s'est constitué pendant le comité des bénévoles.

Il a pour mission :

- de s'assurer de la démarche, de mobiliser sur l'ensemble de la démarche,
- d'analyser et d'organiser les collectes de données / les rencontres avec les différents acteurs,
- de s'assurer de la bonne tenue du calendrier
- de participer à la réflexion et prise de décision autour des axes du projet.

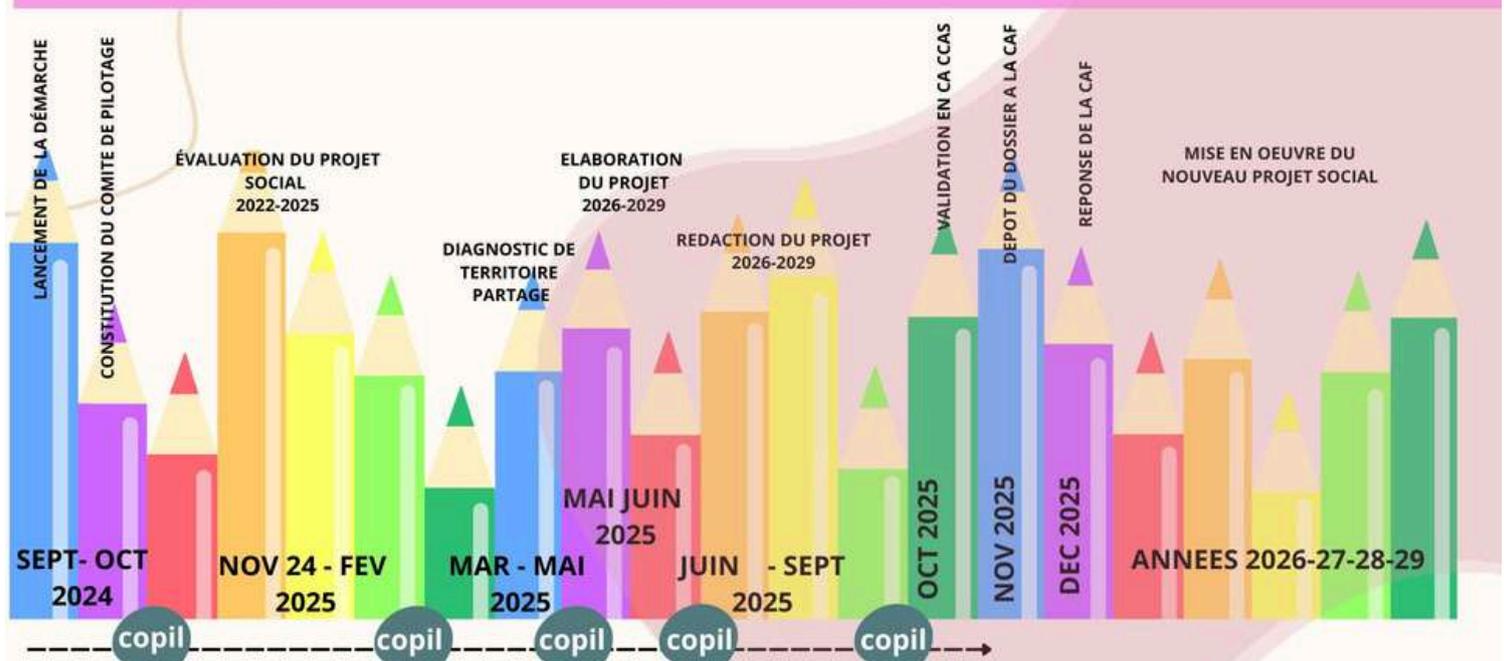
Il s'ajoute à nos différentes instances de gouvernance : CA du CCAS, comité des bénévoles, collèges thématiques parce que la participation de tous est essentielle. Il sera accompagné par la fédération des centres sociaux de Vendée et la Caisse d'allocation familiale.

## Il se réunira régulièrement en présence de :

Annie B.  
Rémi B.  
Victor B.  
Joëlle C.  
Laurence D.D.  
Noémie D.P.  
Frédéric M.  
Brigitte O.  
Alain R.  
Yveline T.  
Jérôme Y.

**Le premier aura lieu le 25 septembre à 14h30 à la Bulle d'R.**

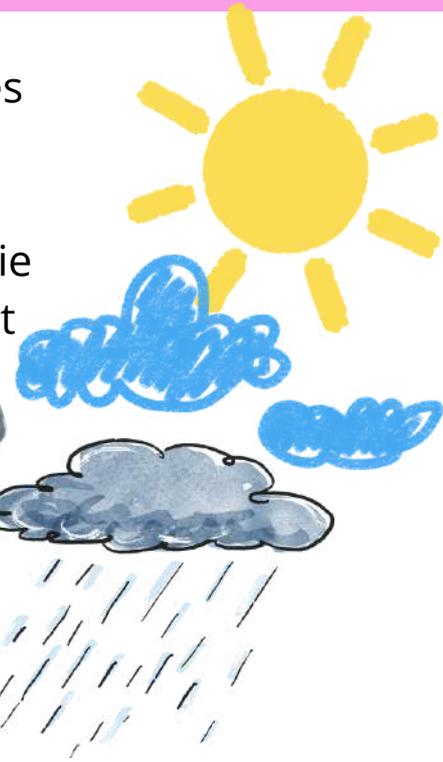
## LA METHODE DE RENOUVELLEMENT DU PROJET SOCIAL



# LE JARDIN PARTAGÉ: LA RÉCOLTE ESTIVALE

Le jardin est animé, entretenu, arrosé tout l'été pour des paniers garnis et des moments de partages conviviaux appréciés de toutes et tous.

Qu'il fasse ciel bleu ou gris ; sous le soleil ou sous la pluie  
Micheline, Marie, Victor, Julien et Morgane se retrouvent  
au jardin 2 fois par semaine et récoltent  
2 paniers par semaine. MERCI.



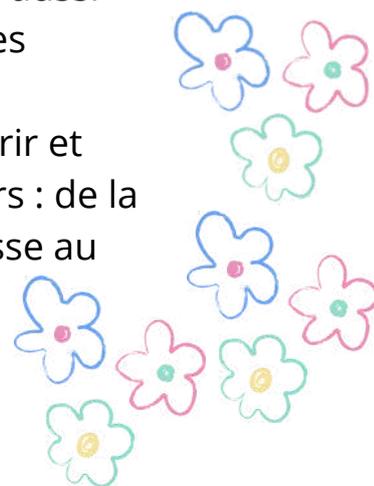
# LE JARDIN PARTAGÉ : LA RÉCOLTE ESTIVALE

Transmettre par des échanges de pratique, des conseils mais aussi agrémenter, semer, planter selon son instinct sont les techniques favorites des acteurs de notre jardin partagé.

Animer le jardin pour le faire vivre, le décorer, le faire découvrir et faire connaître les légumes/plantes/aromates présentes à travers : de la peinture sur galets, un atelier d'écriture, un atelier zen, une chasse au trésor... ; en faire de même avec les 2 patios du centre social.

En parler encore et encore, rire, apprendre...

Ainsi la magie opère, avec bonne humeur et pédagogie entre passionnés, enfants, familles, séniers...



## à venir...

- Plantation et semences de légumes d'hiver
- Rencontre et projets commun avec les élèves du lycée Pétré
- Une grainothèque dans l'armoire à dons
- Un cours FLI au jardin

...

## CUISINE DU MONDE

Pour clôturer le dernier "Cuisine du Monde " de l'été, nous avons préparé un plat emblématique de nos côtes Vendéennes : **Les moules frites.**

L'opportunité pour certains adhérents de découvrir cette recette traditionnelle.

Nous avons profité de la météo enfin estivale pour manger dans la cour de la Bulle d'R.



### RETOUR EN PHOTOS :



Préparation de la recette par Véronique et des bénévoles sous le regard d'adhérents à la découverte de ce plat.



Démonstration d'une danse traditionnelle



Apéritif sous l'arbre

# RETOUR SUR LES SORTIES ESTIVALES EN PHOTOS

## SORTIE À LA PLAGE



## LE CHÂTEAU DES AVENTURIERS



## ÉNIGMES À RÉSOUDRE

## THEME DINO ET PIRATES



## CLUEDO DANS LE CHATEAU

## LES NOCTURNES À COMMEQUIERS



## LES ANIMATIONS DE L'ÉTÉ

### L'ÉTÉ, LA BULLE D'R PREND SES QUARTIERS D'ÉTÉ



L'atelier seniors profite du beau temps pour animer le jardin Dumaine pendant la saison d'été.



Des animations propices au partage. Un pique-nique partagé, un échange intergénérationnel, un savoir que l'on transmet.

## PARTIR EN LIVRE



TROIS ANIMATIONS  
SUR LE THÈME DU LIVRE  
AVEC  
"GERMAINE"  
SUR LES QUARTIERS  
DE LUÇON



## PARTIR EN LIVRE



***Merci à Jean Yves pour l'animation des ateliers de linogravure et d'origami ainsi qu'aux jeunes animatrices qui ont su improviser un atelier de marionnettes et de manucure.***

## ACTIVITÉS SÉNIORS



Les marcheurs découvrent Luçon et ses alentours.  
Le jeudi matin rendez-vous pour un départ de la Bulle d'R  
afin de découvrir de nouveaux sites ou lieux de randonnées.



Une marche faite dans  
la détente et la bonne humeur  
où l'on ne s'aperçoit pas des  
kilomètres parcourus !



Les travaux enfin terminés à la salle plaisance , les aînés ont pu profiter de leur animation favorite : **la danse**.

C'est autour d'un repas et de l'animation musicale de Christophe et Vincianne qu'ils ont pu danser et se retrouver pour un moment convivial.

# ZOOM SUR UN PARTENAIRE

## La Mission locale, c'est quoi ? c'est qui ?

C'est une association qui accompagne gratuitement les jeunes de **16 à 25 ans sortis du système scolaire et qui résident dans le Sud Vendée, quelle que soit leur situation et leur niveau scolaire.**

**La Mission Locale aide les jeunes** à travailler son projet professionnel, l'accès à la formation, l'orientation, la recherche d'emploi, l'aide aux démarches et l'accès aux droits (mobilité, logement, santé, citoyenneté...).

Grâce à **15 lieux d'accueil répartis sur le territoire** du Sud Vendée, un accueil de proximité est proposé à tous les jeunes.

En prenant rendez-vous avec un conseiller ou une conseillère, vous êtes accueillis avec bienveillance pour un conseil, une aide ou un accompagnement personnalisé.



## Les actions menées en partenariat avec le centre social « La Bulle d'R »

La Bulle d'R accueille des jeunes suivis par la Mission Locale afin de leur faire découvrir et/ou valider des projets professionnels en lien avec les métiers de l'animation et les métiers du Social.

La Bulle d'R & la Mission Locale travaillent en étroite collaboration pour promouvoir le service civique et/ou le bénévolat.

Voici les activités menées en commun :



- **Du soleil dans l'assiette** : une rencontre intergénérationnelle où des jeunes intègrent le groupe de bénévoles pour une journée conviviale autour d'un repas partagé et préparé ensemble,

- **L'aménagement et l'entretien des patios** : c'est permettre aux jeunes de s'initier au jardinage et de découvrir la Bulle d'R



- **La fabrication de jeux géants en bois** pour les futurs événements festifs de la Bulle d'R a permis aux jeunes de travailler le bois, de manipuler de nouveaux outils et de découvrir le bénévolat

- **Journée citoyenneté à destination des jeunes.** : *l'idée est de partager et transmettre nos valeurs citoyennes, d'engagement et de solidarité. Cette journée encourage la rencontre entre jeunes désirant témoigner et/ou découvrir le service civique et/ou le bénévolat.*



**Mission Locale Sud Vendée**

02.51.51.17.57 – [contact@mlsv.fr](mailto:contact@mlsv.fr) - [www.missionlocalesudvendee.fr](http://www.missionlocalesudvendee.fr)

# ZOOM SUR LA CLÔTURE DU CLAS SUR LE THÈME DES J.O



A VENIR

# QUINZAINES DE LA PARENTALITÉ

## Comment concilier vie perso / vie pro ?

SPECTACLE

conférence

ACTIVITÉS À VIVRE ENSEMBLE

CAFÉ PAPOTE !

ateliers parents enfants

petit déj parents

Tout un programme à venir du 16 au 30 novembre dans le cadre du REAAP local Sud Vendée Littoral. Renseignement auprès de Christine

DU  
NOUVEAU  
À LA  
BULLE D'R  
LE LUNDI  
9H30

**JOUEZ AUX ÉCHECS**  
À LA BULLE D'R

TOUS LES LUNDIS  
De 9H30 à 12H30

(AUTRES CRÉNEAUX POSSIBLES)



21  
RUE DUMAINE  
À LUÇON

**INITIEZ-VOUS  
OU PERFECTIONNEZ-VOUS**

INFOS AU : 06 30 93 87 79

LUÇON

LA BULLE  
D'R  
LUÇON

CCP  
de Vendée

Lucy  
Sudvée  
Vendée

A VENIR

## VACANCES SCOLAIRES DE LA TOUSSAINT :

Mercredi 23 octobre de 10h à 12h :

**ATELIER JEUX AVEC YOHAN**

Le jeudi 24 et mardi 29 octobre 2024 de 14h à 17 :

**DEUX ATELIERS DÉCO HALLOWEEN**

Le jeudi 31 octobre 2024 :

**ANIMATION INTERGÉNÉRATIONNELLE  
AUTOUR D'UN GOÛTER D'HALLOWEEN**

BOOOO!



## VACANCES DE NOËL

LE 23 ET LE 30 DÉCEMBRE DE 14H À 17H:

**ATELIERS SCRAPBOOKING  
ET CRÉATION DE CARTES DE VOEUX**





## LA RENTRÉE DES SÉNIORS



**MARCHE:  
JEUDI 5 SEPTEMBRE  
RDV À 9H00 À LA BULLE D'R**



### Le bien être par la Sophrologie

*Ateliers pour tous les publics*

UN CYCLE DE 5 ATELIERS  
ANIMÉ PAR UNE SOPHROLOGUE "LA BULLE DES EMOTIONS"

- RÉVEILLER SON CORPS
- LIBÉRER LES TENSIONS
- RESPIRER
- MÉDITER
- AGIR POSITIVEMENT ET S'EXPRIMER
- ACCUEILLIR SES RESENTIS



*Les dates du cycle à la Bulle d'R*

**Jeudi 12 septembre 2024 - Jeudi 26 septembre 2024  
Mercredi 9 octobre 2024 - Jeudi 24 octobre 2024  
Jeudi 7 novembre 2024**

Chaque séance se déroulera à la Bulle d'R  
de 16h30 à 17h45

Forfait de 5 séances: 50€

*Renseignements & Inscriptions*  
**Véronique DOUGET**  
Animatrice Séniors  
Tél : 06 30 95 47 52  
Mail: veronique.douget@ccas-lucon



## LA QUINZAINE BLEUE

**Le 1er octobre :**

Repasser votre certificat  
d'études : Dictée et calculs.

*À La Bulle d'R*

**Le 3 octobre :**

Visite du Musée d'Antan à  
Mareuil sur Lay. Goûter et  
transort organisés

**Le 4 octobre :**

**MARCHE BLEUE**

**8 octobre**

**EXPOSITION PHOTOS  
SUR LUÇON**

*À la salle des fêtes de Luçon*

**Le 10 octobre**

**ANIMATION  
DANSANTE**

*À la Bulle d'R*



Renseignements  
et inscriptions au :

**02 51 29 06 57**



La  
Semaine  
Bleue

# AGENDA

## MATINÉE JEUX EN FAMILLE

18 SEPTEMBRE  
23 OCTOBRE  
20 NOVEMBRE  
11 DÉCEMBRE

## DU SOLEIL DANS L'ASSIETTE

9 SEPTEMBRE  
7 OCTOBRE  
18 NOVEMBRE  
16 DÉCEMBRE

## JAM SESSION

20 SEPTEMBRE  
29 NOVEMBRE

## PETIT DÉJ PARTENAIRES

19 SEPTEMBRE

## CAFÉ RÉPARATION

21 SEPTEMBRE  
19 OCTOBRE  
16 NOVEMBRE  
21 DÉCEMBRE

## CAFÉ CAUSONS TRADITIONS

26 SEPTEMBRE

## CUISINE DU MONDE

27 SEPTEMBRE  
18 OCTOBRE  
22 NOVEMBRE  
20 DÉCEMBRE

## QUINZAINE BLEUE

DU 30 SEPTEMBRE  
AU 11 OCTOBRE  
cf P 17

## QUINZAINE PARENTALITÉ

DU 16 AU 30  
NOVEMBRE  
cf P 14

## NOUVEL AN SOLIDAIRE

31 DÉCEMBRE

**À PARTIR DE SEPTEMBRE : Retrouvez- la rentrée de nos ateliers hebdomadaires .**

ATELIERS SÉNIORS  
SWITCH BOWLING  
TRICOT  
CRÉA  
MARCHÉ FLI CHANT  
ECHECS  
IMPRESSION TROIS D  
ESPACENET ACCOMPAGNEMENTS COLAIRE

## CONTACTS :

Noémie : 06 37 97 35 22

Christine: 06 37 97 70 12

Cédric: 06 80 96 87 33

Angélique: 06 30 93 87 79

Véronique : 06 30 95 47 52