

MAG' POUR TOUS

JOURNAL DE L'ASSOCIATION MAISON POUR TOUS - N° 8 - OCTOBRE 2020



AU SOMMAIRE

- Rubrique Centre Social & L'Itinérantp 2 & 3
- Rubrique Parentalité..... p 4
- Le Passeport MPT p 5
- Recette & Album Jeunesse.....p 6
- Club d'Activités & Ecole de Musique.....p 7
- On Joue !p 8

CITATION DE LA SEMAINE

"Le vieux monde se meurt, le nouveau monde tarde à apparaître et dans ce clair-obscur surgissent les monstres..."

Antonio Gramsci

EDITO

On se retrouve,
La période estivale se termine, la rentrée des petits et des grands est faite et à la Maison Pour Tous également les activités ont repris.

Cette année, grosse nouveauté parmi les actions proposées : c'est à présent officiel, notre association et celle de l'Ecole de Musique ont fusionné pour ne faire qu'une.

A retenir également, cette saison nous vous offrons la possibilité de découvrir de nouvelles activités avec la mise en place d'un "Passeport Découverte".

L'idée est simple, dès votre adhésion à la MPT, nous vous proposons, au trimestre, de pouvoir participer à un atelier de découverte !

Dans ce MAG', nous vous informons aussi des "tournées" de notre camion "L'Itinérant".

A très bientôt,
Ahmed Hamadi, Président de la MPT

La Maison Pour Tous est, comme vous le savez sans doute, titulaire d'un agrément Centre Social. Dans le précédent numéro du Mag' Pour Tous, nous vous expliquions ce qu'était un Centre Social.

Pour synthétiser, un centre social est un foyer d'initiatives porté par des habitants appuyés par des professionnels. Vaste concept, qui se caractérise, non pas par une façon d'appréhender "la chose" mais par une multitude de manières de faire...

Aujourd'hui nous vous présentons notre projet "L'Itinérant" : notre beau camion dédié à aller plus proche de vous sur tout le canton de Cazères. Nous n'en sommes qu'au début de ce projet, nous avons été prendre de bonnes idées qui se déroulent ailleurs en l'adaptant à notre territoire.

Nous vous présentons notre projet et celui, plus abouti, de "Germaine" des Centres Sociaux & Socioculturels de Vendée.

Décryptage à l'aide du jeu des questions-réponses :

GERMAINE VS L'ITINÉRANT

Pourquoi ce nom?

G : C'est tout d'abord une référence à Germaine Tillion, figure emblématique du réseau des Centres Sociaux auquel j'appartiens ! Elle a notamment été à l'origine de l'expérience des centres sociaux en Algérie en 1955. Le prénom Germaine est aussi celui d'une mamie, car je veux que les gens se retrouvent autour de moi, comme une famille qui irait boire le café chez la grand-mère : un moment convivial, de partage et d'échange. Enfin, Germaine renvoie au verbe « Germer » et à la volonté de « faire germer » les idées des habitants, en devenant des projets concrets, collectifs et solidaires, visant à améliorer le quotidien !

I : Parce qu'il a vocation de sillonner le territoire, d'être en mouvement, pour aller à la rencontre des habitants au plus près de leur lieu de vie.



Quelle est la mission?

G : Ma mission est d'aller à la rencontre des habitants de façon itinérante dans les villes et villages de Vendée, à bord d'un véhicule facilement identifiable, convivial et permettant l'animation ! L'idée au cœur du projet est de contribuer à créer du lien entre les habitants d'un même territoire, encourager et soutenir leurs initiatives et leur pouvoir d'agir au quotidien, pour un environnement plus solidaire. Je veux agir localement, concrètement, pour rompre l'isolement subi par de nombreuses personnes, notamment âgées, et lutter contre les inégalités d'accès aux droits sociaux et aux technologies numériques.

I : Rencontrer les habitants, créer de l'animation, de l'activité, de l'échange de compétences et de savoirs dans des territoires ruraux.

Concrètement, qu'est-ce que tu proposes ?

G : Je propose des animations qui interpellent, qui suscitent la réaction des passants et qui les incitent à venir nous rencontrer... C'est pour cela que nous avons choisi d'investir le monde numérique : le champ des possibles est immense ! Concrètement, je propose des temps de rencontre conviviaux ouverts à tous, autour d'un café ! L'occasion de se rencontrer, d'échanger, de jouer ensemble, de parler du quotidien.

I : On prend un café, on discute, on joue à des jeux de société, on échange nos compétences, on se renseigne sur ce qui est proposé sur le territoire et on donne ses idées pour les prochaines activités. Tout (ou presque) est possible !

Qui peut faire appel à vous ?

G : Je suis conçue pour m'adapter à des demandes très diverses ! Pour vous donner une idée, retrouvez quelques exemples ci-dessous. Une communauté de communes qui souhaite proposer des temps d'animation dans les différents villages de son territoire, une mairie intéressée par la mise en place d'un repair café, un CCAS ayant l'intention d'organiser un après-midi convivial pour les aînés, une association d'animation locale qui voudrait proposer une animation autour du numérique, une association caritative intéressée par l'idée d'aller investir différents lieux de façon itinérante...

I : Les mairies, les associations, la Fédération Interdépartementale Garonne Occitanie, la Fédération des Centres Sociaux.

De quoi avez-vous besoin pour vous installer ?

G : D'un emplacement d'une trentaine de mètres carrés, et d'une personne pour m'accueillir, me raccorder à l'électricité et me montrer les sanitaires ! Pour le reste, je me charge de tout !

I : D'un sourire...

LES TOURNÉES DE L'ITINÉRANT

On vient "Plus Proche de vous" tous les vendredis matin sous forme de tournées. Deux villages seront visités à chacune de nos sorties ! Au programme :

- Café Ephémère
- Jeux de société
- Informations locales
- Discussions
- ...

Tournée n° 1 : Francon & Lescuns, le premier vendredi de chaque mois - début le 02/10

Tournée n° 2 : Sana & Marignac-Laspeyres, le second vendredi de chaque mois - début le 09/10

Tournée n° 3 : Mauran & Montclar de Comminges, le troisième vendredi de chaque mois - début le 16/10

Tournée n° 4 : Plagne & St-Michel, le quatrième vendredi de chaque mois - début le 23/10

Tournée n° 5 : Le Plan & Montberaud, le cinquième vendredi de chaque mois - début le 30/10



RUBRIQUE PARENTALITÉ

Être parents, quelle aventure ! Composée de bonheur, doutes, amour, difficultés... Nous souhaitons être à vos côtés et vous accompagner dans ce rôle important. Nous sommes à l'écoute de vos envies et besoins et souhaitons construire ensemble un programme qui vous correspond : ateliers, spectacles, conférences, moments d'échanges, rencontres parents-enfants...

Alors, n'hésitez pas, venez nous rencontrer ! Au plaisir d'échanger avec vous.

VOICI UN RENDEZ-VOUS À NE PAS MANQUER :

THEATRE-DEBAT : « BIEN VIVRE AVEC LES ÉCRANS » - MARDI 13 OCTOBRE À 20H30

A LA MAISON GARONNE DE CAZÈRES - PUBLIC ADOS ET ADULTES

DÉBAT PROPOSÉ PAR CANAL ART ET LA MPT

Pour lancer le débat et initier une réflexion, deux acteurs présentent la situation : « Un jeune garçon devant son ordinateur qui clique frénétiquement. Tout à coup il regarde son smartphone... Rapidement l'histoire nous parle... L'humour permet de relativiser et de dédramatiser. La situation renvoie des émotions qui peuvent être partagées en parlant des personnages pour parler de soi. L'animation des échanges favorise le partage d'expérience, la prise de recul, l'acquisition de points de repères et d'outils pour mieux faire face aux situations.

Gratuit - Réservation Obligatoire - La soirée se déroulera dans le strict respect des mesures sanitaires : distanciation sociale, port du masque obligatoire, gel hydroalcoolique à disposition.

Réservation au 05.61.90.20.62



LA MAISON POUR TOUS PRÉSENTE :

**Bien vivre
AVEC LES ÉCRANS**

Théâtre-Débat avec Canal Art

MARDI 13 OCTOBRE À 20H30

MAISON GARONNE DE CAZÈRES

Entrée Gratuite - Réservation Obligatoire
auprès de la Maison Pour Tous 05.61.90.20.62



LE PASSEPORT DÉCOUVERTE DE LA MAISON POUR TOUS : QU'ES AQUO ?

Nous vous proposons de participer à des ateliers de découverte tout au long de l'année. Une programmation pour les mois d'octobre, novembre et décembre vous est proposée ci-dessous. Faites votre choix et venez valider votre inscription au secrétariat. Toutes les propositions sont gratuites pour les adhérents ; les membres du foyer des adhérents peuvent également en bénéficier.

- Cours de chant individuel, pour enfants (essai avec les chansons qu'ils aiment ou de jeux pour les plus petits) et adultes (découverte des possibilités vocales), les samedis de semaines impaires (hors vacances scolaires) de 13h à 13h30 ou de 13h30 à 14h.
- Initiation aux différentes « possibilités » stylistiques, techniques de la guitare, en individuel ou binôme, enfants – adultes, les mercredis de 16h45 à 17h15 à la salle Brassens, les vendredis de 18h à 18h30, hors vacances scolaires.
- Initiation à différentes percussions, enfants-adultes, certains samedis de 13h30 à 14h30.
- Initiation à la batterie, enfants-adultes, certains samedis de 15h45 à 16h15.
- Initiation au piano, en individuel ou en binôme, enfants – adultes, samedi 3 octobre de 15h45 à 16h15.
- Initiation au piano, en individuel ou en binôme, enfants – adultes, samedi 10 octobre de 15h45 à 16h15.
- Théâtre-débat « bien vivre avec les écrans » par la Cie Canal-Art, pour ados et adultes, mardi 13 octobre à 20h30, à la Maison Garonne de Cazères.
- Randonnée pédestre en famille, dimanche 18 octobre RDV 8h30 à la MPT (2h de marche minimum).
- Voyage intérieur : rencontre avec notre corps avec la symbiotonie et la sophrologie, adultes, mardi 20 octobre à 19h.
- Atelier cuisine, recette sucrée rapide, mercredi 21 octobre à 14h.
- Découverte des danses sévillanes et flamenco, dès 3 ans, mardi 27 octobre de 18h à 19h.
- Découverte de la ludothèque en famille, mercredi 28 octobre de 14h à 16h.
- Stage informatique « réseaux sociaux », jeudi 29 octobre, adultes de 9h30 à 12h30, ados de 13h30 à 16h30.
- Découverte du Pilates, adultes, mardi 3 novembre, de 10h à 11h.
- Découverte du Qi gong, dès 15 ans, mercredi 4 novembre, de 18h30 à 19h45.
- Découverte de la danse afro trad fusion, dès 15 ans, vendredi 6 novembre de 19h à 20h30.
- Eveil danse, 4-5 ans, samedi 7 novembre, de 9h à 10h.
- Modern-jazz, 11-15 ans, samedi 14 novembre, de 15h30 à 17h.
- Initiation au piano, en individuel ou en binôme, enfants – adultes, samedi 21 novembre, de 16h45 à 17h15.
- Randonnée pédestre en famille, dimanche 22 novembre RDV 8h30 à la MPT (2h de marche minimum).
- Soirée jeux à la ludothèque, ados – adultes, vendredi 27 novembre de 20h30 à 23h.
- Danse classique, plus de 16 ans, samedi 28 novembre de 18h30 à 20h.
- Danse classique, 8-10 ans, samedi 5 décembre de 11h à 12h.
- Invitation à assister à une répétition de groupe de musique et éventuellement participer, 9/11 ans, le mercredi 9 décembre de 18h à 19h.
- Randonnée pédestre en famille, dimanche 13 décembre RDV 8h30 à la MPT (2h de marche minimum).
- Invitation à assister à une répétition de groupe de musique et éventuellement participer, 14/16 ans, le mercredi 16 décembre de 18h à 19h.
- Invitation à assister à une répétition de groupe de musique et éventuellement participer, 11/13 ans, le mercredi 16 décembre de 19h à 20h.
- Initiation au piano, en individuel ou en binôme, enfants – adultes, samedi 19 décembre de 16h45 à 17h15.

Soit 25 propositions différentes et plus de 40 dates !



RECETTE DE SAISON : VELOUTÉ DE BUTTERNUT !

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 courge butternut d'environ 800 g
- 2 oignons
- 1 échalote
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 4 carrés de fromage frais
- 1 cuillère à café de coriandre
- 1 cuillère à café de Ras el Hanout
- 2 cuillères à soupe d'ail
- 2 cuillères à soupe de herbes de Provence
- 1 cuillère à café de citron
- 1,5 cuillère à café de muscade
- 1 cube de bouillon de légume ou de bœuf
- sel, poivre

Préparation :

Commencez par faire bouillir environ 1 litre d'eau avec le cube de bouillon, préparez la butternut, épluchez et épépinez-la puis coupez-la en dés. Préparez les oignons et l'échalote en enlevant le germe et coupez-les en lamelles. Une fois que l'eau bout, ajouter les épices et le sel au bouillon ainsi que la butternut, les oignons et l'échalote. Laissez cuire jusqu'à ce que la butternut se coupe facilement (soit environ 20 minutes). Dans un mixeur : mettez les carrés de fromage frais, l'huile d'olive et le citron. Commencez par mettre la butternut puis ajouter l'eau petit à petit. Mixez jusqu'à ce que vous trouviez la texture qui vous convient. Goutez, ajoutez des épices au besoin !



SORTIE D'ALBUM JEUNESSE : "L'ARCHET" DE HÉLÈNE GLORIA ET PASCALE MAUPOU BOUTRY

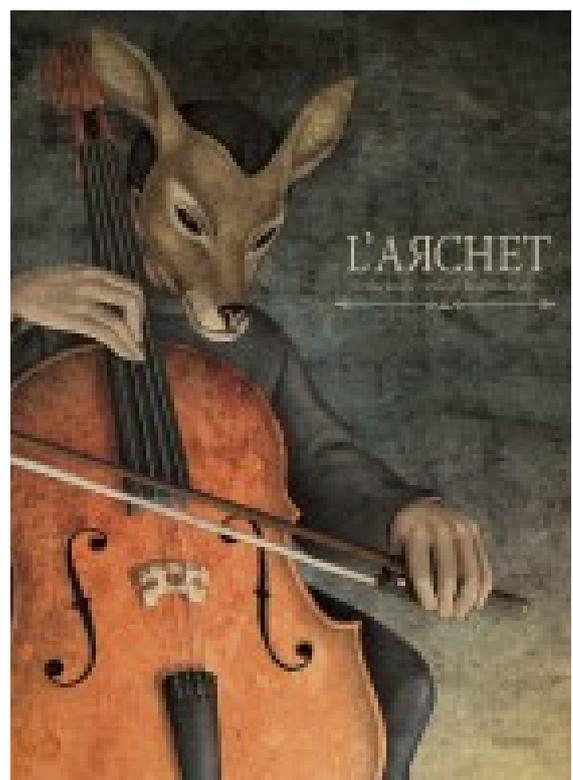
Le tout récent album jeunesse "L'Archet" est le fruit de la collaboration d'Hélène Gloria (auteur) et de Pascale Maupou Boutry (illustratrice).

Le soleil du printemps inonde les plaines de Russie et la grande caravane du cirque se prépare à traverser le pays pour effectuer sa traditionnelle tournée. Lors d'une représentation, un musicien masqué s'invite au cœur du spectacle et charme le public par la voix émouvante de son violoncelle. La surprise passée, les membres de la troupe cherchent à deviner l'identité du mystérieux musicien...

Conseillé à partir de 8 ans

Aux éditions CIPANGO

Chez tous les "bons" libraires et sur le web !



LES ACTIVITÉS DE LA MAISON POUR TOUS : IL RESTE QUELQUES PLACES !

Voici la liste des ateliers où ils restent encore quelques places :

- Eveil danse,
- Danse classique 8-10 ans et plus de 16 ans,
- Modern jazz 8-10 ans et 11-15 ans,
- Danses orientales (tous les groupes),
- Danses sévillanes (tous les groupes),
- Hip-hop 5-6 ans, intermédiaires et confirmés,
- Afro trad fusion et danse libre,
- Yoga,
- Symbiotonie,
- Sophrologie,
- Pilates (tous niveaux),
- Gym le mardi,
- Théâtre enfants et adultes,
- Pop-up art,
- Musique improvisée,
- Informatique.



Les séances d'essai sont terminées, merci de bien vouloir passer par le secrétariat le plus rapidement possible pour finaliser votre inscription.

ECOLE DE MUSIQUE

Nous sommes heureux de vous annoncer que les cours de saxophone, clarinette et flûte traversière vont pouvoir reprendre et ce à partir du lundi 5 octobre. Pour toute information, veuillez nous contacter : contact@mptcazeres.fr ou 05.61.90.20.62

Aussi, nous vous informons que le Conseil Départemental de la Haute-Garonne favorise la pratique de la musique pour les enfants et les jeunes, avec la mise en place de "La Bourse aux Jeunes Musiciens" jusqu'au 31 octobre.



Conseil départemental

SAISON CULTURELLE

BOURSE JEUNE MUSICIEN

Vous souhaitez apprendre à jouer d'un instrument de musique.

Vous avez moins de 18 ans.

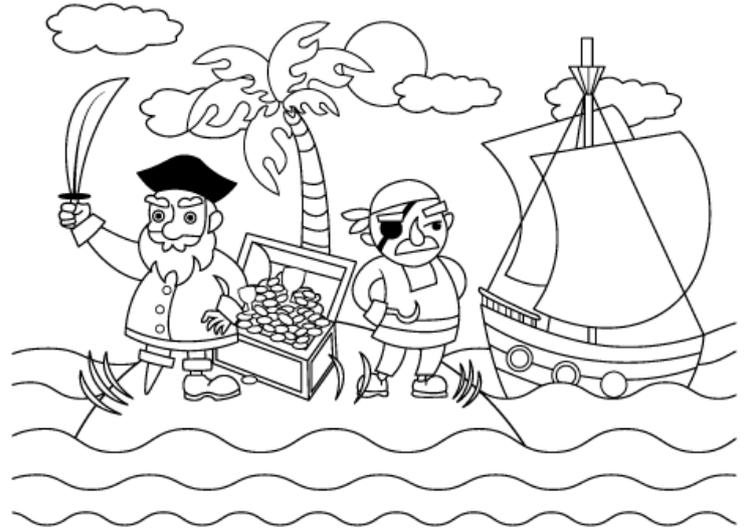
Vous résidez en Haute-Garonne.

Le Conseil départemental peut vous aider.

PLUS D'INFORMATIONS
Contactez le 05 34 45 58 30
Direction des Arts Vivants et Visuels
5, 7 rue Jules Chatalade - 31000 Toulouse

Agir avec vous!

RUBRIQUE JEUX : LES 7 ERREURS



RUBRIQUE JEUX : LES MOTS MÊLES

C	O	R	N	E	M	U	S	E	L	L	E	I	V
A	L	S	S	E	R	A	H	T	I	C	S	S	E
K	E	A	E	A	I	L	B	T	R	L	S	I	R
I	T	X	V	U	O	T	A	E	U	A	A	O	Y
A	T	O	E	E	G	O	S	P	O	I	B	B	L
L	E	P	J	P	C	R	S	M	B	R	E	T	L
A	N	H	D	N	R	I	O	O	M	O	R	U	R
L	I	O	E	N	A	A	N	R	A	N	T	A	O
A	P	N	L	N	M	B	H	T	T	H	N	H	C
B	E	E	O	N	A	I	P	N	O	L	O	I	V
E	T	U	L	F	N	O	E	D	R	O	C	C	A

- CONTREBASSE
- SAXOPHONE
- CORNEMUSE
- BALALAIKA
- ACCORDEON
- TROMPETTE
- CLAVECIN
- EPINETTE
- HAUTBOIS
- CITHARES
- CLAIRON
- TAMBOUR
- VIOLON
- VIELLE
- BASSON
- FLUTE
- PIANO
- BANJO
- HARPE
- ORGUE
- LUTH
- ALTO
- LYRE
- COR

INFOS PRATIQUES

Horaires d'accueil 2020/2021 :

Lundi : sur rendez-vous

Mardi : 9h - 12h30

Mercredi : 9h - 12h30 & 14h - 18h

Jeudi : sur rendez-vous le matin & 14h - 18h

Vendredi : 9h - 12h30

Samedi : 9h - 12h



Association Maison Pour Tous
 6, rue des Capucins - 31220 Cazères - 05/61/90/20/72
 contact@mptcazeres.fr // www.mptcazeres.fr

