



INFORMATION FORMATION
ANIMATION DÉVELOPPEMENT

LETTRE D'INFORMATION

S.C.I.C IFAD

INFORMATION FORMATION ANIMATION DÉVELOPPEMENT

"Pour apprendre quoi que ce soit, commencer par y trouver un sens".

Seymour Papert

Bonjour à toutes et à tous,

Cette lettre d'information se propose de faire le lien entre nous chaque mois, de vous exposer les projets à venir ainsi que ceux en cours de la SCIC - IFAD sur notre territoire.

Nous vous souhaitons une bonne lecture.

Hélène Gambier

L'ÉDITO

→ En page 18 le nouveau LOGO du RISE, accolé à celui de la Communauté de Communes du Grand Pic St-Loup.

→ 2022 une année qui sera riche à plus d'un titre.
Riche d'innovations, riche de nouveautés, riche d'enjeux et de challenges à relever :

- En matière d'ingénierie et de sur mesure
- En matière de diversification de l'offre de formation
- En matière de qualité
- En matière de partenariats

VOUS êtes, tous ensemble et à votre niveau, les forces vives de notre centre de formation.

Votre réactivité, votre agilité, votre implication, votre écoute, votre engagement... sont essentiels pour relever les défis qui jalonnent cette année 2022.

Pour conclure, je souhaite la bienvenue aux nouveaux acteurs de notre réseau de la formation tout au long de la vie et suis certaine du bon accueil que vous leur réserverez.

Bonne lecture.

Hélène GAMBIER

A SAVOIR

Rosie la Riveteuse, femme pleine d'assurance, qui telle une cheffe de troupe nous assure "qu'on peut le faire !", a vanté le rôle des femmes dans l'effort de guerre en 1942 pour réapparaître, au rang d'icônes cette fois, à l'aune des années 80.

Depuis, elle est féministe.

Affiche créée pour Westinghouse en 1942 par J. Howard Miller. (Wikipédia)



CALENDRIER



Les prochaines réunions de travail pédagogique (formateurs Ganges) du mois de mars auront lieu :

- Tous les mercredis de 14h00 à 16h00 pour les formateurs



BIENVENUE

Célia HUERTAS
Formatrice FLE sur Lodève

Nous souhaitons une bonne continuation à Sophie LEFÈVRE.



FÉLICITATIONS

Félicitations à :

Ithamar, Johan, Elisabeth, Stéphanie B, Stéphanie S, Brian, Nasratullah, pour avoir obtenu le titre ECM (Employé.e Commercial en Magasin).

Ainsi qu'à Gautier pour avoir obtenu le CCP (Certificat de Compétences Professionnelles) "Accueillir et accompagner le client".

LES ACTIONS A VENIR

Récapitulatif des réunions d'information collectives.

Prochaines sessions de formations :

Intitulé de la formation :
LECTIO

04/03/2022 09h30-11h30
11/03/2022 09h30-11h30
18/03/2022 09h30-11h30
25/03/2022 09h30-11h30
01/04/2022 09h30-11h30
08/04/2022 09h30-11h30
15/04/2022 09h30-11h30
22/04/2022 09h30-11h30
29/04/2022 09h30-11h30
06/05/2022 09h30-11h30
13/05/2022 09h30-11h30
20/05/2022 09h30-11h30
27/05/2022 09h30-11h30

Intitulé de la formation :
Formation PROJET PRO
02/03/2022 10h00-12h00
16/03/2022 10h00-12h00

Intitulé de la formation :
ECM "Employé.e Commercial en magasin" ECM (07/03/22 au 29/06/22)
Dates des informations collectives :
04/03/22 9h00-12h00.



Nos partenaires et financeurs :



LES ACTIONS A VENIR

De la part d'Anaïs LEBOEUF

Ateliers d'écriture avec l'autrice, **May Laporte**
le 17 février et le 10 mars 2022.
Stage le 19 mars.

Lecture publique le 19 mars 2022 à 18h30 à la
Muse'Broc.

Les APP de Lodève accueillent depuis de nombreuses années déjà un atelier d'écriture régulier, animé par May Laporte.

Jouer avec les mots, les sonorités, sans viser la correction, s'autoriser à dire, écrire, créer... Une entrée dans la langue française différente d'un cours de langue classique qu'il nous a semblé pertinent de proposer à nos stagiaires de FLE.

Les ateliers ont été conçus autour de plusieurs temps forts. Un temps de sensibilisation en amont a permis de s'interroger sur ce qu'est/n'est pas un atelier d'écriture.

Une séance d'atelier animée par May Laporte a eu lieu le 17 février avec un groupe d'apprenantes et apprenants en FLE.

Et puisque tisser des liens est au cœur des pratiques de notre Tiers Lieu Culturel des APP, la seconde séance réunira les « écrivantes et écrivains réguliers » et les stagiaires de FLE pour de l'écriture à 4 mains.

Le 19 mars, un stage d'une journée d'écriture, ouvert à tous est proposé par May Laporte.

Pour clore cette expérience artistique et valoriser les productions, une lecture publique est prévue à La Muse'Broc, café artistique lodévois, le ce même jour à 18h30.

Nous vous y attendons nombreux !

Atelier d'écriture Déclarations d'Amour animé par May Laporte

Samedi 19 mars 2022

de 10h à 18h - Tiers Lieu de Lodève



Écrire une déclaration d'amour ? A qui, à quoi ?

C'est quoi au juste l'amour ?

Et si on osait ouvrir grand les bras à ce je ne sais quoi pour l'offrir en phrases, en pagaille, à l'oiseau qui passe, au ciel qui rend notre cœur si bleu parfois, à ce qui nous touche, à nos travers, au silence, aux êtres aimés, aux rêves endormis sous nos pieds, à l'inconnu(e) juste croisé(e).

La journée se terminera par un bouquet de déclarations à voix haute, à La Muse'Broc à 18h30.

Tarifs : 40 euros / 20 euros

Inscription : May Laporte 0673445906 - maylavieestbelle@yahoo.fr



Nos partenaires et financeurs :



RISE

MARS 2022

ATELIERS NUMERIQUES
Durée 1h30
Gratuits et ouverts à tous

PROGRAMME

Lundi 7 MARS à 10h

- ✓ Scanner un document avec son imprimante ou son smartphone

Mardi 15 MARS à 10h

- ✓ Bureautique : Tableur et feuille de calcul

Vendredi 25 MARS à 10h

- ✓ Les Appels en Visio (avec zoom, Teams, Jitsi, WhatsApp, Messenger...)

Lundi 28 MARS à 10h

- ✓ Bureautique : Le traitement de texte de Libre Office (niveau intermédiaire)

INSCRIPTION

9 place de la Mairie
34380 Saint Martin de Londres

04 67 55 87 26
franceservices@ccgpsl.fr

Pas à l'aise en collectif ?
**COURS PARTICULIER
GRATUIT**
Sur **RENDEZ-VOUS !**

Nos partenaires et financeurs :



FOCUS

Ci-dessous une carte de visite réalisée par un stagiaire LECTIO qui souhaite devenir "OUVRIER MULTISERVICES".



Information de la part d'Anaïs LEBOEUF Cours d'alphabétisation au Centre Pour l'Hébergement de Lodève.

Démarrage d'un nouveau projet d'alphabétisation vers l'emploi

Le projet naît du constat que les personnes réfugiées, hébergées au Centre pour l'hébergement de Lodève ont besoin d'acquérir le français à l'oral et à l'écrit pour envisager leur intégration.

Le CPH/ l'IFAD et l'Encrier (association qui dispense bénévolement des cours de français), se sont associés pour concevoir un projet adapté à ce public dont la caractéristique principale est le très faible niveau en français. De fait, il s'agit le plus souvent de personnes n'ayant jamais été scolarisées dans leurs pays de provenance.

Pendant une année, deux journées par semaine de cours seront proposées dans les locaux du CPH et en lien avec une conseillère en insertion de cette structure. Les contenus des cours seront ciblés pour une meilleure compréhension du monde professionnel et individualisés fonction des projets personnels des participantes et participants.

Des liens seront créés avec des acteurs et actrices de l'insertion sous forme de visites de stages, salons de l'emploi...

Le premier cours a eu lieu le **19 janvier**, il a réuni 7 apprenants et a été un franc succès !

Le bruit court au CPH que plusieurs nouvelles et nouveaux souhaitent rejoindre le projet !



Cours d'alphabétisation et cours de cuisine au CPH de Lodève

Quoi de plus motivant que des cours de français en situation réelle ? C'est l'idée sur laquelle se base le projet de cours de français langue étrangère et cuisine.

Ce projet porté par le CPH en partenariat avec les APP de l'IFAD et l'association Champ des Possibles (association œuvrant pour le lien social autour de la nourriture locale) permettra à un groupe de migrants de cuisiner une fois par mois avec les animatrices du Champ des Possibles tout en étant accompagnés par une formatrice de français.

Il s'agira à la fois de développer des compétences en cuisine et d'apprendre le français à usage professionnel !

Nos partenaires et financeurs :



FOCUS

Ci-dessous un FLYER réalisé par Lolita en formation C.A.T.L



Nous proposons et organisons des événements de qualité supérieure, à base de détente, qui améliorent la vie et ressourcent le corps et l'esprit

Prenez du temps pour la nature

Tout l'été !!

A partir de 18h

Bain d'eau chaude sous les étoiles

SPA, HAMMAM, CARAVANE-SAUN
RELAXATION, MESSAGES, BIEN-ÊTRE..

Le Spa Cieux

du jeudi
au dimanche
de 18h à Minuit

1001 ch. des étoiles
30170 Saint Hippolyte-du-fort

Pour nous contacter :

lespacieux@ecotourisme.org

Le Spa Cieux

Venez vous détendre à St Hippolyte-Du-Fort aux pieds des Cévennes



Émerveillement
Sensations
Douceur...

Notre espace écologique vous accueille tous les soirs pendant la belle saison.



Situé dans le Piémont Cévenol, le Spa Cieux est un espace dédié au bien-être

Nos cosmétiques

Nous vous proposons différents produits naturels et écologiques adaptés à vos besoins :

- Baumes,
- Crèmes et onguents
- Beurre de karité, exfoliants,
- Gommages, masques...

Nos partenaires

Nous privilégions les entreprises éthiques et locales.

- Les jardins de la Baumelle
- Ogres et argiles du Sud
- Hibiscus et fleurs de vivre
- Karitéchique Burkina-Faso

Massages

Sur réservation

Nos partenaires et financeurs :



FOCUS

Info de la part de Magali SABATIER

Ci-dessous extrait d'un exposé réalisé par Maéva et Florian en PROJET PRO dans le cadre d'une intervention sur le développement durable.



Nos partenaires et financeurs :



Info de la part de Magali SABATIER (suite)

Sondage réalisé par Maéva et Florian en formation PROJET PRO

Sondage Pollution numérique Développement durable

1. Pensez vous à supprimer vos mails, fichiers cloud et SMS, et à vider votre corbeille ?

- Oui, toujours J'essaye d'y penser Non

2. Combien de temps utilisez-vous votre smartphone tous les jours ?

- +6h Entre 3h et 6h Pas beaucoup (- de 3h)

3. A quelle fréquence achetez-vous un nouveau smartphone ?

- Dès la sortie du nouveau smartphone
 Quand il commence à bugger
 Lorsqu'il devient inutilisable

4. Est-ce que vous achetez des appareils reconditionnés ?

- Oui Non

5. Lorsque vous regardez des vidéos, en quelle qualité vous les regardez ?

- La plus haute qualité possible
 La qualité proposée par l'application / Je ne sais pas
 Une qualité adaptée à mon appareil

6. Quel âge avez-vous ?

- 16 – 25 ans
 26 – 35 ans
 36 – 50 ans
 50 ans et plus

7. Quel est votre genre ?

- Femme
 Homme
 Autre

Explications et conseils

Pensez à supprimer les mails qui ne sont pas importants, surtout ceux qui contiennent de pièces jointes, vider votre corbeille. 10 000 000 000 de mails sont envoyés chaque heure dans le monde, et parcourent 15 000 000km pour atteindre leur destinataire.

Limitier son utilisation des appareils électroniques, qui utilisent des serveurs, des données (WiFi ou 4G) et de l'électricité.

Réparer ses appareils autant que possible, essayer d'acheter des appareils d'occasion/reconditionnés. En effet, 720 000 000 téléphones sont jetés dans le monde chaque année.

Essayer de regarder des vidéos dans une résolution adaptée à son écran. Cela ne sert à rien de regarder une vidéo en 4K sur un smartphone, et cela consomme plus de données.

Nos partenaires et financeurs :



FOCUS

Info de la part de Magali SABATIER
Article réalisé par Ambre et Alexis en formation PROJET PRO sur la BIODIVERSITÉ



Biodiversité

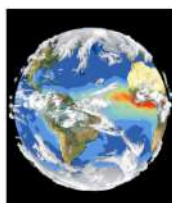
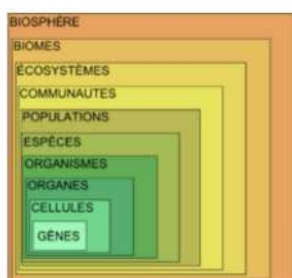


- La biodiversité assure de nombreux rôles, elle permet, entre autres :
 - d'éviter l'apparition des résistances au sein d'espèces classées nuisibles ;
 - de maintenir l'équilibre au sein de la biocénose ;
 - d'atténuer les effets des catastrophes naturelles et de favoriser la résilience des milieux ;
 - de pérenniser la production de biens issus de la nature : l'agriculture, pisciculture, sylviculture, apiculture...
- de bénéficier d'une pharmacologie et d'une ingénierie infinies.

Pourquoi protéger la biodiversité ?

La biodiversité constitue une source irremplaçable de matières premières essentielles à la vie de l'Homme (lorsque les interactions entre les diverses espèces avec leur milieu naturel sont préservées). Que ce soit pour la pollinisation, la fertilité des sols ou l'épuration naturelle de l'eau, chaque espèce vivante contribue au maintien du patrimoine naturel.

La hiérarchie de l'organisation (en) du vivant, par niveaux, de la plus petite à la plus grande échelle. Chaque niveau s'emboîte dans les niveaux supérieurs : diversité génétique à un niveau d'organisation donné (individu ou organisme, espèce, population, métapopulation, communauté), diversité spécifique, diversité écosystémique (en) qui met en relation les diversités génétiques, spécifiques et la diversité fonctionnelle des écosystèmes.



Définition

Au sens large, la biodiversité, ou diversité biologique, désigne la variété et la variabilité du monde vivant sous toutes ses formes. Elle est définie plus précisément dans l'article de la Convention sur la diversité biologique comme la « variabilité des organismes vivants de toute origine y compris, entre autres, les écosystèmes terrestres, marins et autres écosystèmes aquatiques et les complexes écologiques dont ils font partie ; cela comprend la diversité au sein des espèces et entre espèces ainsi que celle des écosystèmes ». Selon Robert Barbault, le concept de biodiversité renvoie également à la présence de l'Homme : « l'homme qui la menace, l'homme qui la convoite, l'homme qui en dépend pour un développement durable de ses sociétés ».

La biodiversité existe à différents niveaux d'organisation interdépendants qui s'emboîtent. Les scientifiques considèrent généralement ces niveaux au nombre de trois : la diversité génétique, la diversité des espèces et la diversité des écosystèmes. À cela s'ajoutent la diversité des interactions à l'intérieur des trois autres niveaux et entre eux, et la diversité fonctionnelle, c'est-à-dire la diversité des caractéristiques fonctionnelles des organismes, indépendamment des espèces auxquelles ils appartiennent. La biodiversité ne se limite donc pas à la somme des espèces, mais représente l'ensemble des interactions entre les êtres vivants, ainsi qu'avec leur environnement physico-chimique, sur plusieurs niveaux.



Depuis le Sommet de la Terre de 1992, il est établi que la biodiversité est gravement menacée par les activités humaines et s'appauvrit d'année en année à un rythme sans précédent. Depuis son apparition il y a 100 000 ans, l'humain a eu un impact croissant sur l'environnement, jusqu'à en devenir le principal facteur de changement. Avec la révolution industrielle, le rapport de domination de l'humain sur la nature est devenu si considérable que certains scientifiques soutiennent que ce fait marque l'entrée dans une nouvelle époque géologique, l'Anthropocène. La disparition des espèces est bien souvent le signe le plus visible de cette érosion de la biodiversité. À tel point que l'on parle parfois de « Sixième Extinction » pour désigner cette extinction massive et contemporaine des espèces, l'extinction de l'Holocène, en référence aux cinq grandes vagues d'extinctions massives survenues sur Terre au cours des temps géologiques.

Cinq menaces majeures pesant sur la biodiversité ont été identifiées : la destruction des habitats, la surexploitation (chasse, pêche), les espèces envahissantes, le changement climatique et la pollution

Changement climatique

Réchauffement climatique : Nature et faune et Extinction de l'Holocène : Extinction actuelle.

En 2010, le Secrétariat de la Convention sur la diversité biologique propose plusieurs scénarios possibles sur l'évolution de la biodiversité au cours du siècle en réponse à ce changement global. Ainsi, la canicule de 2021 dans l'Ouest de l'Amérique du Nord a conduit à la disparition d'un milliard de crustacés en Colombie-Britannique.

Le changement climatique, s'il n'est pas jugulé très rapidement, va conduire à une perte massive de biodiversité, non pas selon une pente douce, mais par paliers (précipices) irréversibles. Selon Reporterre, les menaces sur le climat et la biodiversité sont intriquées



Journée internationale
des droits des femmes
C'est le 8 mars !



Le 8 mars Journée internationale des droits des femmes.

Pourquoi une telle journée est -elle
toujours pertinente en 2022 ?

Un détour par l'Histoire nous rappelle que les
conquis* sociaux des femmes sont très récents !

CHRONOLOGIE

Malgré d'indéniables avancées concernant le
droits des femmes, les inégalités femmes/
hommes sont encore très importantes, et ce
même en France !

Les constats, avec les chiffres à l'appui du
gouvernement, sont sans appels : les inégalités
femmes/hommes concernent tous les domaines
de la vie.

- Sur le plan domestique, les femmes en 2010
assumaient les 3/4 des tâches ménagères du
foyer.

- Les pensions de retraites des femmes sont 42 %
inférieures à celles des hommes.

- En 2018, 121 femmes ont été tuées sous les
coups de leur conjoint ou ex conjoint (soit 1 tous
les 3 jours).

Le domaine de la formation n'échappe pas à ces
inégalités. D'abord, on constate que l'orientation
reste très sexuée. Les femmes se dirigent
majoritairement dans les filières littéraires
(70%), les hommes dans celles scientifiques.

Encore aujourd'hui, 85 % des personnes
travaillant dans l'informatique sont des
hommes.

Pourtant, de multiples études en Sciences
humaines ces dernières années, convergent et
sont catégoriques : les différences femmes/
hommes ne s'expliquent pas par des
différences physiques ou anatomiques mais
bien par des différences culturelles.

La **Journée du 8 mars** est ainsi l'occasion de
revenir sur les représentations femmes/
hommes, pour combattre les préjugés.

Quelles pistes pour explorer cette thématique dans nos formations ?

Le site du centre Hubertine Auclert dédié à la
lutte contre les discriminations de genre
regorge d'informations et d'outils
pédagogiques.

<https://www.centre-hubertine-auclert.fr/>

Et si vous souhaitez aborder cette thématique
dans vos cours, n'hésitez pas à me contacter,
je serai ravie d'échanger sur ce sujet qui me
passionne.

Anaïs LEBOEUF



*Conquis : n.d.r acquis grâce à des luttes et malheureusement jamais acquis ! Certains droits sont remis en question comme le droit à l'avortement par ex. »

AFFICHES DE FEMMES CÉLÈBRES

La campagne « L'égalité ça se travaille » mettant en scène des femmes célèbres (mais peu connues du grand public) est un excellent support pour aborder la question de l'égalité professionnelle !

BESSIE COLEMAN
1892 - 1926 — Pilote, pionnière de l'aviation



AUJOURD'HUI SEULEMENT 8% DES PILOTES D'AIR FRANCE SONT DES FEMMES

L'égalité, ça se travaille !

Centre Inter-Fas (ICAT) & Bouffranco

ADA LOVELACE
1815 - 1852 — Mathématicienne, pionnière de la programmation informatique



AUJOURD'HUI EN FRANCE, SEULEMENT 11% DES ÉTUDIANTS EN ÉCOLE D'INFORMATIQUE SONT DES FEMMES

L'égalité, ça se travaille !

Centre Inter-Fas (ICAT) & Bouffranco

LUCIE BAUD
1870 - 1913 — Syndicaliste, pionnière du combat pour un travail et un salaire décent



AUJOURD'HUI EN FRANCE, LES FEMMES GAGNENT EN MOYENNE 24% DE MOINS QUE LES HOMMES

L'égalité, ça se travaille !

Centre Inter-Fas (ICAT) & Bouffranco

ALICE GUY
1873 - 1968 — Réalisatrice, pionnière du cinéma



AUJOURD'HUI EN FRANCE, SEULEMENT 20% DES LONGS MÉTRAGES SONT RÉALISÉS PAR DES FEMMES

L'égalité, ça se travaille !

Centre Inter-Fas (ICAT) & Bouffranco

YVONNE FOINANT
1892 - 1990 — Pionnière de l'entrepreneuriat, créatrice en 1945 d'un réseau de femmes cheffes d'entreprises



AUJOURD'HUI EN FRANCE SEULEMENT 3% DES PDG DES ENTREPRISES COTÉES EN BOURSE SONT DES FEMMES

L'égalité, ça se travaille !

Centre Inter-Fas (ICAT) & Bouffranco

Nos partenaires et financeurs :

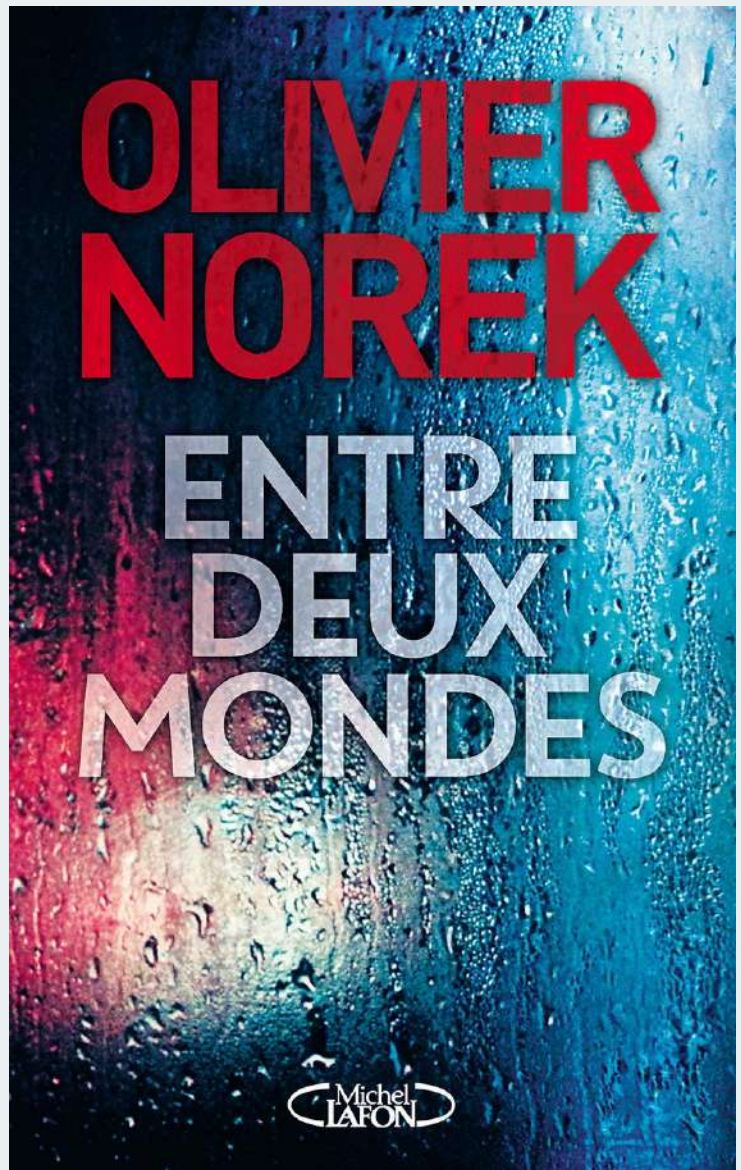


Une idée de lecture proposée par Véronique FAISCA MENDES LATO

Plongez dans l'univers policier de l'auteur au grand cœur Olivier Norek ! Grâce à son expérience dans la police, cet auteur à succès enchante ses lecteurs. Découvrez sa série phare « Capitaine Coste » et son dernier roman noir : « Surface ».

ENTRE DEUX MONDES d' Olivier NOREK.

Fuyant un régime sanguinaire et un pays en guerre, Adam a envoyé sa femme Nora et sa fille Maya à six mille kilomètres de là, dans un endroit où elles devraient l'attendre en sécurité. Il les rejoindra bientôt, et ils organiseront leur avenir. Mais arrivé là-bas, il ne les trouve pas. Ce qu'il découvre, en revanche, c'est un monde entre deux mondes pour damnés de la Terre entre deux vies. Dans cet univers sans loi, aucune police n'ose mettre les pieds. Un assassin va profiter de cette situation. Dès le premier crime, Adam décide d'intervenir. Pourquoi ? Tout simplement parce qu'il est flic, et que face à l'espoir qui s'amenuise de revoir un jour Nora et Maya, cette enquête est le seul moyen pour lui de ne pas devenir fou. Bastien est un policier français. Il connaît cette zone de non-droit et les terreurs qu'elle engendre. Mais lorsque Adam, ce flic étranger, lui demande son aide, le temps est venu pour lui d'ouvrir les yeux sur la réalité et de faire un choix, quitte à se mettre en danger.



Biographie de Olivier Norek

Olivier Norek est né le 2 août 1975 à Toulouse. Après avoir travaillé dans un premier temps en tant que bénévole pour *Pharmaciens sans Frontières* entre autres en Guyane et en ex-Yougoslavie, est devenu lieutenant de police au SDPJ 93. Il reste d'ailleurs actuellement en disponibilité pour ce service de police.

Son expérience au sein du SDPJ 93 a grandement influencé ses oeuvres littéraires puisque dans sa saga Victor Coste, son personnage travaille lui-même au SDPJ 93. C'est ainsi qu'en 2013, il a sorti son premier roman de cette série, intitulé "Code 93".

Aujourd'hui, il continue sa carrière d'écrivain et est également membre du collectif d'artistes La Ligue de l'Imaginaire.

Nos partenaires et financeurs :



LE CHANGEMENT.....

Infos de la part de Marie-Hélène DEMETRIO

SOYEZ LE CHANGEMENT

Par Sèssi Hounkanrin le 13 janvier 2015

Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde

Qui d'entre vous n'a jamais eu envie de changement : changer de vie, changer d'emploi, changer de situation, changer de pays ?

Considéré comme une source d'anxiété pour les uns, une opportunité pour les autres, le changement est un passage d'un état à un autre, intervenant dans des domaines très divers et à différents niveaux de notre vie.

Les anciens comme Héraclite le disaient déjà : Rien n'est permanent, sauf le changement.

En effet, depuis la nuit des temps, il est une réalité incontestable, c'est que tout change, tout le temps, à chaque instant. Le changement est un mouvement permanent, car il appartient au flux naturel de la vie.

Le statu-quo ne fait pas partie de ce monde et nous le savons tous, le changement est la seule chose qui ne changera jamais !

Pourtant, il vient parfois nous déranger, nous bousculer, nous chambouler ou remettre en question nos vieilles habitudes.

Selon le contexte, notre type de personnalité, notre état d'esprit du moment, nous pouvons le craindre, le refuser, le rejeter, nous y opposer, y résister... Ou encore l'attendre impatiemment, l'accueillir à bras ouverts, l'appivoiser, l'embrasser, l'apprécier pleinement.

En effet, certains changements sont agréables et plaisants, d'autres sont beaucoup plus pénibles et douloureux.

Le changement peut-être subi ou choisi.

Parmi les changements qui surviennent dans notre vie sans notre intervention directe, citons : le vieillissement, la maladie, le deuil, les catastrophes naturelles, l'accident...

Il y a aussi les changements que nous suscitons nous-mêmes comme le changement de carrière, le début ou la fin d'une relation amoureuse, la prise en main de sa santé ou de sa remise en forme.

Quelque soit le type de changement, il existe 3 phases :

- La résistance au changement
- L'acceptation du changement
- La réalisation du changement

Nos partenaires et financeurs :



LE CHANGEMENT.....

*Mieux vaut prendre le changement par la main avant qu'il ne nous prenne par la gorge.
Winston Churchill.*

Accueillir le changement comme une opportunité, avec un esprit positif, cela transforme considérablement la vision qu'on peut avoir des difficultés que nous vivons. Il s'agit ici de développer cette qualité d'attention, d'être de plus en plus réceptif aux indices, aux signes et aux opportunités annonciatrices du changement.

Il s'agit aussi de développer une souplesse face au changement : savoir adapter ses actions en fonction de la situation, c'est à dire savoir anticiper les changements, sans se laisser surprendre par les événements :

Que diriez-vous de commencer dès maintenant à vous ouvrir au changement et d'accueillir les bienfaits qu'il apporte avec lui ?

Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde.

Ghandi

N'attendez pas que les choses changent pour vous, soyez proactifs : commencez par changer vous-même pour voir le changement dans votre vie et éventuellement avoir un impact sur votre environnement et dans le monde.

Il n'y a pas de progrès sans changement !

Le changement implique parfois de dépasser les doutes, les peurs, de prendre des risques, de faire un pas en avant même si l'on n'est pas certain du résultat.

Le changement implique d'apprendre à élargir sa zone de confort, à écouter son intuition et à lâcher prise, sur l'égo.

Vous n'avez pas le pouvoir de contrôler tout ce qui se passe à l'extérieur de vous mais vous avez le pouvoir de changer la perception que vous avez de ce qui se passe.

Le temps viendra où vous croirez que tout est fini.

C'est alors que tout commencera.

Citation de Louis L'amour, 1908-1988

Aujourd'hui est le premier jour du reste de votre vie. Alors, que voulez-vous changer ?



Nos partenaires et financeurs :



Le mot du Président

La Communauté de Communes des Cévennes Gangeoises et Suménoises vous présente la nouvelle édition de la Carte Cévennes Club pour la saison 2022. Cette carte est proposée aux jeunes de 18 à 25 ans pour la quatrième année consécutive. Le contexte actuel avec cette crise sanitaire impacte fortement notre économie. Aujourd'hui, plus que jamais, il est important de soutenir nos commerces de proximité. La Communauté de Communes souhaite accompagner la relance de l'activité commerciale et renforcer le pouvoir d'achat des jeunes en développant entre autre ce dispositif. Nos commerçants sont donc prêts à vous recevoir et à vous accueillir dans les meilleures conditions. La jeunesse est une ressource indispensable, une ressource porteuse d'avenir qu'il faut chercher à accompagner. Pour ces raisons, je souhaite maintenir et développer les actions en faveur de la jeunesse de notre territoire. Il vous suffit d'aller visiter le site internet de la Communauté de Communes pour en apprécier toutes les propositions. Je tiens à remercier chaleureusement les nombreux partenaires pour leur confiance et leur investissement au service de notre jeunesse. Alors n'attendez pas, venez retirer gratuitement votre Carte Cévennes Club à partir du mardi 08 février 2022 en Communauté de Communes et bénéficier de ses nombreux avantages.



Michel FRATISSIER
Président de la Communauté de Communes

Comment ça marche ?

Pour qui ?
Les 50 cartes "Cévennes Club" sont destinées aux jeunes de 18/25 ans résidant dans l'une des villes de notre Communauté de Communes.

Comment l'utiliser ?

Sur simple présentation de la carte chez un des commerçants partenaires, elle te permettra de bénéficier d'offres et d'avantages toute l'année 2022. Les commerçants seront également identifiés par un sticker qui reprend le graphisme de la carte. (Liste des commerces et offres associées dans cette brochure)

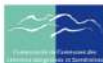
Comment l'obtenir ?

En te présentant à l'accueil de la Communauté de Communes à partir du 08 février 2022. Il te faudra compléter le coupon de renseignements (disponible en Communauté de Communes) et te munir de 2 photos d'identité, des copies de la pièce d'identité et d'un justificatif de domicile.

Le PLUS !

La Communauté de Communes te délivrera en même temps que ta carte un **Bon d'Achat de 20€** utilisable chez l'un des commerçants partenaires.

Communauté de Communes des Cévennes Gangeoises et Suménoises
26 avenue Pasteur - BP 114 - 34190 GANGES - Tél 04 67 73 78 60
Mail : contact@cdcangesumene.fr - Site internet : www.cdcangesumene.fr



Maquette & graphisme : Olivier Bertelet // olivierb@free.fr // 06 06 77 11 44

DISPONIBLE
EN COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
À PARTIR DU 08 FÉVRIER 2022



Commerçants partenaires

Alain Afflelou
Rue des Calzariers - Ganges
04 67 17 73 44
r1b0ja@afflelou.net
20% de remise hors promos et soldes

Au Pied Mignon
14, rue F. Mistral - Ganges
04 67 73 83 72
10% hors soldes et promos

Auto-école du Critérium
42, rue Biron - Ganges
04 67 71 96 36
ae.criterium@orange.fr
50€ offerts sur les frais de dossier ou le Pack Web (code en ligne)

Auto-école Gangeoise
15, av. Pasteur - Ganges
04 67 72 94 76
aegangeoise@aol.com
50€ offerts sur les frais d'inscription

Auto Moto Ecole
Ecole de conduite SEV
1, Le Clos du Pont - Rond Point Super II
Ganges
06 10 34 89 72
as.ecsv18@yahoo.com
50€ offerts sur les frais de dossier ou le Pack Web (code en ligne) et livre de code

Axa Assurances Julien TRICOU
21, av. Pasteur - Ganges
04 67 85 05 25
agence.tricou@axa.fr
10% sur les garanties : auto / habitation / santé / accidents de la vie

C. Sport
7, av. Pasteur - Ganges
04 67 50 93 60
culture-sport@orange.fr
10% hors soldes et promos

CVN Store
15, rue du Jeu de Ballon - Ganges
04 34 35 50 65
cvnstoreganges@gmail.com
10% hors soldes et promos

Dekra - Contrôle technique
Rue Elie Gounelle - Ganges
04 51 73 72 07
10% sur le contrôle technique

Ganges Optique
23, rue Biron - Ganges
04 57 73 81 89
gangesoptique@orange.fr
20% sur tout le magasin

Garage Renault Laroque
555, av. de l'Europe - Laroque
04 67 73 16 00
60% de remise sur le 2^e pneu
10% sur la lecture atelier des 100€
13% sur la lecture atelier des 300€
Franchise offerte sur le bris de glace
50€ pour l'achat d'un véhicule Renault
300€ pour l'achat d'un véhicule d'occasion (avec financement)

Garage Yannick Vivens
4, rue des Ecoles - Sumère
04 34 81 01 17
yannick.vivens1@str.fr
15% sur la facture

Gem Bikes
22, av. du Mont Agoual - Ganges
01 34 64 01 73
34ganges@gem-bikes.com
10% sur les vélos (hors promos, soldes et occasions)
15% sur les accessoires (hors promos, soldes et électroniques)

Générali Assurances
24, av. Pasteur, 1^{er} étage - Ganges
04 67 73 68 63
ganges@agence.generali.fr
10% pour tout nouveau contrat auto
20% pour tout nouveau contrat habitation

GO Sport Ganges
Av. de Jazilhac - Ganges
04 67 73 75 75
ganges@diffles-sport.fr
10% (hors promos, soldes, trampoline, table de ping pong, vélos et volos d'appariement)

Group Digital
Av. du Mont Agoual, CC la Rocaze
Ganges
04 67 73 84 46
10% sur tout le magasin

Hélène Fleurs
16, rue du Jeu de Ballon - Ganges
04 67 73 85 93
10% à partir de 10€ d'achats

Inter Fêtes
20, rue du Souvenir Français - Ganges
09 84 10 25 03
20% de remise sur tout le magasin (hors Noël et promotions)

La Caverne d'Euro Bazar
20, rue Armand Sabatier
04 67 63 20 53
foued.rille2@gmail.com
10% sur tout le magasin

Librairie-Papeterie FABRE
24, av. des Anciens Combattants - Ganges
04 67 73 81 93
o.fabre30@wanadoo.fr
10% sur la papeterie

Librairie l'Arbre sans Fin
7, rue Biron - Ganges
04 99 75 35 46
librairie@arbre.sansfin@gmail.com
5% de remise sur les livres

MSI Informatique
24, av. Pasteur - Ganges
04 67 73 91 71
msi34@orange.fr
5% sur tout le magasin (hors promotion)

Ordidoc
7, rue Emile Planchon - Ganges
04 11 93 48 13
contact@ordidoc.fr
Votre temps offert (10€) sur les réparations de smartphones
Préparation offerte (49€) pour l'achat du PC

Peugeot Ganges « Jourdan »
1, av. du Vigan - Ganges
04 67 73 81 65
jourdan.peugeot@orange.fr
50% sur le second an ou
10% sur une facture supérieure à 50€

Pharmacie Mallet
871, av. du Chemin Neuf
Saint-Razille-de-Putois
04 67 73 70 05
mallet.bernard@orange.fr
10% sur les moyens de contraception
10% sur les crèmes jeunes (acné...)

Tip Top
11, rue Biron - Ganges
04 67 73 48 51
10% hors promos et soldes

Voire Vuc
6, av. Pasteur - Ganges
04 67 73 35 58
20% de remise sur les montures optiques
10% de remise sur les solaires

Nos partenaires et financeurs :



POUR INFO

L'Agantic
Centre Socioculturel

Langues et cultures partagées

L'objectif de l'atelier est de faciliter la vie quotidienne en se familiarisant avec la culture et les usages de la langue française.

L'accompagnement est adapté aux besoins de chacun en fonction de son niveau : Alphabétisation, aide à la préparation des tests de connaissance, conversation, code de la route, règles de jeu...

Lundi et jeudi de 14h à 16h à l'Agantic.
5 euros/trimestre + adhésion 10 euros

8b°x< A\$3'z+é

Centre Socioculturel L'Agantic
6, rue des écoles républicaines
34190 GANGES
tél : 04 67 73 80 05
contact@csc-agantic.fr
www.csc-agantic.fr

PORTES OUVERTES

MFR
MONTPELLIER FERRASSIÈRE

SAMEDI 12 MARS

Prenons rendez-vous
09.80.59.02.92

Le CFP des MFR des Garrigues du Pic St Loup organise :

Une journée Portes Ouvertes le Samedi 12 mars 2022.

Rappel des formations proposées :

- CAP Cuisine
- CAP Commercialisation et services en HCR
- Titre professionnel de Cuisinier
- Titre professionnel Agent de Restauration
- CQP Ouvrier qualifié de l'exploitation viticole
- PIC POEC Taille en viticulture
- Dispositif Prépa Apprentissage
- PIC POEC Opérateur technique de production en électronique

Vous souhaitez nous rencontrer, découvrir nos formations
Prenez rendez-vous au 09 80 59 02 92

POUR PRÉPARER MON AVENIR MA RÉGION M'ACCOMPAGNE

SALON taf
TRAVAIL AVENIR FORMATION

9h-17h

MONTPELLIER
MERCREDI ET JEUDI
09/10 MARS
PARC DES EXPOSITIONS

0 800 00 70 70
laregion.fr/taf

MON ORIENTATION
c'est la Région !
Occitanie

Inscription entreprise 3995 (0,15 €/mois)
pôle emploi
Missions Locales
M
Herault

POUR PRÉPARER MON AVENIR MA RÉGION M'ACCOMPAGNE

SALON taf
TRAVAIL AVENIR FORMATION

9h-17h

MONTPELLIER
MERCREDI ET JEUDI
09/10 MARS
PARC DES EXPOSITIONS

0 800 00 70 70
laregion.fr/taf

MON ORIENTATION
c'est la Région !
Occitanie

Inscription entreprise 3995 (0,15 €/mois)
pôle emploi
Missions Locales
M
Herault

Nos partenaires et financeurs :

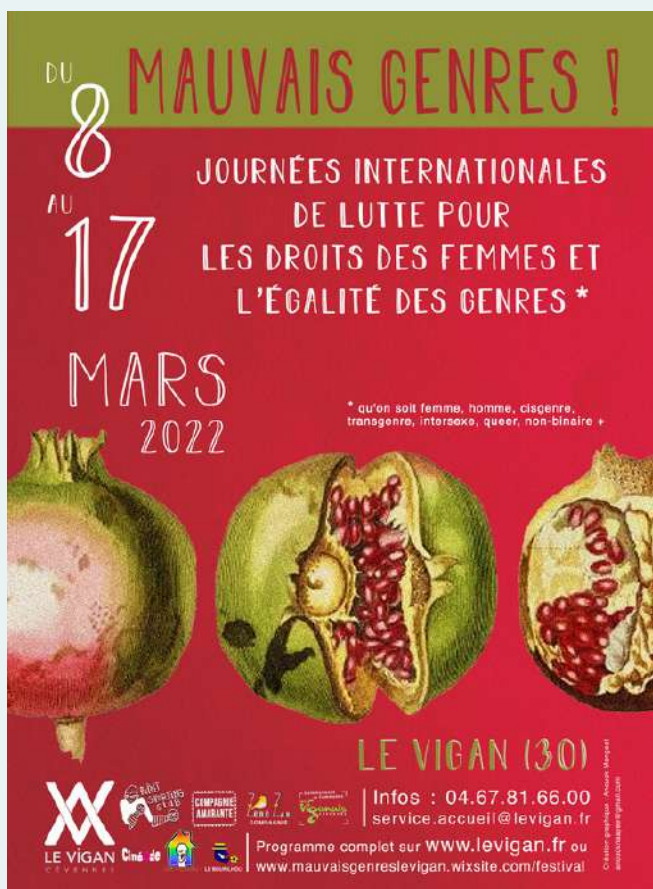


IDÉES DE SORTIE

MAUVAIS GENRES !

JOURNÉES INTERNATIONALES DE LUTTE POUR LES DROITS DES FEMMES ET L'ÉGALITÉ DES GENRES

8 mars - 17 mars

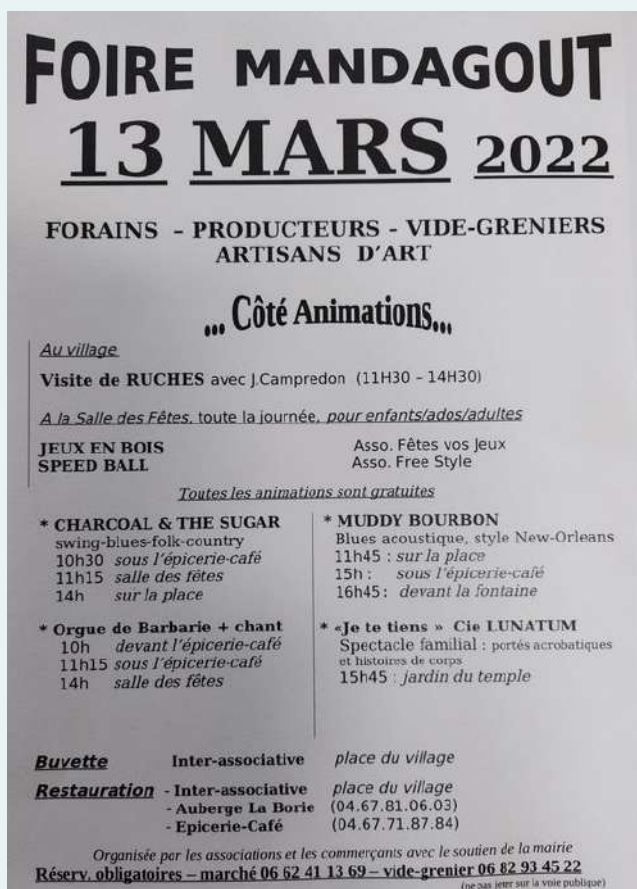


Pour plus d'info cliquer sur le lien ci-dessous : www.levigan.fr



FOIRE DE MANDAGOUT

Producteurs, Artistes et Artisans d'Art à l'honneur le dimanche 13 mars 2022, Mandagout organise sa 20ème foire placée sous le signe du terroir, de l'artisanat d'art, de la convivialité et de l'échange avec nombreuses animations et une folle ambiance musicale. Une agréable journée en perspective, idéale pour découvrir ce joli village formé de nombreux hameaux pittoresques dispersés entre les vallées du Vigan et de Valleraugue et ses deux châteaux de Mandagout et d'Arboux ...



Pour plus d'info : Foire de Mandagout, Agenda manifestations et idées sorties, Mandagout Gard, EscapadesLR

<https://www.escapadeslr.com/agenda-foire-de-mandagout-mandagout-gard-343.html>

Nos partenaires et financeurs :





NOUVEAU LOGO DU RISE



Pensez à associer le logo de la COM COM Grand Pic St-Loup, lorsque vous utilisez le LOGO du RISE comme ci-dessous :



Notre lettre d'information!

A vos plumes !



Comme son nom l'indique, la lettre d'information nous permet de communiquer en interne des informations relatives à la vie de l'entreprise, un renseignement, un message, souhaiter la bienvenue à un nouveau salarié, les actions à venir...

Vous avez du talent dans un domaine et vous souhaitez le partager avec nous, vous avez une idée de sortie et vous souhaitez nous en faire profiter, les prochaines actions à venir de votre service, un travail de vos stagiaires, des informations à partager, des photos ...

Cela peut être aussi, un proverbe ou encore une phrase tirée d'un roman dont vous aimez l'auteur, et pourquoi pas quelques lignes d'un poème....

Donc n'hésitez pas à me faire parvenir toutes infos que vous souhaitez faire circuler entre nous par email à : nancy.imbert@scicifad.fr, je ne manquerai pas de le noter dans la lettre d'information qui suivra.

J'attends donc vos retours et vous remercie pour votre lecture !

(lettre d'information téléchargeable sur notre site internet dans la page actualités : <https://scicifad.fr/lettres-dinformatons>)

