

# Le Troëne

Journal de la Bugallière et des quartiers environnants

Depuis 1978

## AGENDA

Agenda : les dates à venir

[https://padlet.com/communication/266/Agenda\\_CSC\\_Bugalliere](https://padlet.com/communication/266/Agenda_CSC_Bugalliere)

SAVE  
THE  
DATE



**Ludothèque Tulujuou**  
Mercredi de 16h30 à 17h30  
Dimanche 15 octobre  
10h-12h30 - UAHB



**Cuisine et Cie**  
Mardi 17 octobre, 12h  
Salle Pont Marchand - UAHB



**Exposition de photos  
de Juliet Avot**  
Jusqu'au 19 octobre  
Accueil CSC - UAHB



**Théâtre d'improvisation**  
Stage découverte  
Lundi 23 octobre  
de 15h à 17h  
Salle Pont Marchand  
Sur inscription - UAHB



**Exposition de peintures  
de Yves-André Abraham**  
Du 23 octobre au 9 novembre  
Accueil CSC - UAHB



**Activités en familles**  
Du 20 au 27 octobre - UAHB



**Echanges et parentalité**  
Temps d'échanges  
Mercredi 8 novembre  
17h - 18h30  
Serre Ondine - UAHB



**Part'âges**  
Chaque jeudi : 16h - 18h30  
Salle de danse - UAHB



**Bug-Caf' Fêt**  
Chaque jeudi : 14h30 - 17h  
Salle Pont Marchand - UAHB



**Repaire numérique**  
Chaque vendredi  
de 14h30 à 17h  
Salle Yves Montand - UAHB



**Braderie de l'Espoir Orvaltais**  
Samedi 21 octobre  
de 10h à 18h  
Centre Stévin - ESPOIR ORVALTAIS



## BRETAGNE

DU 23 OCTOBRE AU  
9 NOVEMBRE 2023

VERNISSAGE  
26 OCTOBRE  
18H30

## EXPOSITION de PEINTURE



YVES-ANDRÉ  
ABRAHAM

CENTRE SOCIOCULTUREL DE LA BUGALLIERE  
10 RUE DU PONT MARCHAND  
44700 ORVAULT



Les vacances scolaires approchent ! L'accueil du Centre Socioculturel sera fermé le 1er - 2 et 3 novembre.

Le prochain Troëne sera publié et distribué dans vos boîtes aux lettres le lundi 6 novembre. **Merci d'envoyer vos articles avant le 25 octobre.**

## COUP DE COEUR JEU : MIND BUG

Sébastien, bénévole à Tultujou vous présente son coup de coeur :

### Mind Bug

" Jeu très facile d'accès qui s'explique rapidement.

Chouette jeu d'affrontement pour deux joueurs. On peut prendre le contrôle d'une carte de son adversaire et voici un retournement de situation que l'on n'attendait pas. Très drôle.

De belles illustrations de cartes qui apportent " un plus " au jeu.

Bienvenue dans un univers complètement déjanté."



Vous pouvez trouver ce jeu à la ludothèque Tultujou de la Bugallière. C'est un espace pour jouer, tester des jeux ouverts à toutes et à tous, **le mercredi entre 16h30 et 17h30 et le dimanche entre 10h et 12h30.**

Pour emprunter des jeux, il suffit d'être adhérent du Centre Socioculturel +1€ par jeu (3 jeux max. pour 3 semaines).

Vous aussi, vous souhaitez partager votre coup de cœur ? Faites-nous parvenir vos quelques lignes à l'adresse [tultujou@cscbugalliere.fr](mailto:tultujou@cscbugalliere.fr)

## 2023/2024 Les activités du Centre au taquet

Le saviez-vous ? 497 familles ont adhéré au Centre Socioculturel en 2023. 727 personnes ont effectué une activité.

Fini les années COVID ; les adhésions auprès de notre Centre augmentent d'année en année. Son rayonnement dépasse le quartier et les quartiers environnants. Deux nouveaux lotissements (Garenne et Flore et Cens) sont sources de nouvelles demandes et un nombre croissant des autres quartiers d'Orvault dont le bourg nous sollicite.

Si nous sommes fiers de cette reconnaissance, il nous faut les moyens de les administrer.

Le savoir-faire, le professionnalisme, le vivre-ensemble des salariés et habitants du quartier sont soulignés au niveau communal, départemental et national pour plusieurs actions. Souhaitons que ces aspects positifs se traduisent également financièrement auprès de nos partenaires à la hauteur de nos investissements et de nos projets.

Si vous êtes intéressés, il nous reste quelques places en :

aquagym, foot en marchant, gym dynamique adulte, renforcement musculaire, théâtre enfant et impro, yoga famille (parents/enfant), Zumba.

Nous vous attendons ; n'hésitez pas à contacter le Centre pour connaître les créneaux disponibles.

Enfin la chorale recrute volontiers (basses appréciées). Mesdames et Messieurs nous vous attendons (en gym douce entre autres pour la saison prochaine).

C'est parti pour une nouvelle aventure !

**Jean-Paul MONNIER**  
Administrateur UAHB

## Échanges et parentalité : construire ensemble les temps de l'année !

Nous vous invitons à un temps de rencontre pour partager et construire ensemble des soirées ou temps d'échanges sur des questions de parentalité. Un temps pour partager vos préoccupations et réfléchir ensemble aux manières d'y répondre.

**Mercredi 8 novembre dans la Serre Ondine de 17h à 18h30**

**Nous pourrions mettre quelques jeux à disposition pour les enfants présents !**

## Enfin les vacances !

L'espace Jeunes passe en horaire vacances dès le 23 octobre :

Du lundi au vendredi de 10h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h30.

Rdv lundi matin dès 10h30 pour compléter le planning des vacances autour d'un petit déj', venez partager vos idées !!!

Voici les activités possibles :

- Réalité virtuelle et cuisine avec l'ADAPEI
- Soirée Loup Garou à Blain
- Journée Jeux de société inter-centres à Couëron
- Court-métrage
- Soirée film d'horreur qui fait peur pour halloween
- Sports collectifs...
- Patinoire...

Certaines activités sont sur inscription, passez nous voir pour avoir les infos qu'il vous faut !

 **07 68 66 12 21**

  **jeunesse\_bugalliere**

## Cycle d'échanges entre parents "Frères et soeurs sans rivalité"

Ce cycle vise à transmettre et tester des outils pour faciliter, réguler, apaiser les relations frères/sœurs en changeant notre regard. Il s'appuie sur la méthode tirée du livre "Frères et soeurs sans rivalité" d'Adele Faber et Elaine Mazlish. Les aller-retours entre les échanges d'expériences, l'apport des outils, les tests "à la maison" visent à inscrire des changements dans le temps dans les relations avec les enfants. Ouvert à tous les parents qui se posent des questions sur les relations dans la fratrie (de tout âge).

Engagement pour l'ensemble du cycle sur 6 séances, les mardis entre 20h et 22h30.

**21 novembre - 12 décembre - 16 janvier - 30 janvier - 20 février**

Adhésion souhaitée au CSC Bugallière  
Inscription auprès de l'accueil du CSC.

## Mais qui es-tu... Lisa ?



Caennaise de naissance, tu as suivi toute ta scolarité dans ta ville natale jusqu'à l'obtention en 2019 de ton baccalauréat option E.S. (Economique et Sociale).

Afin de poursuivre ta formation, tu as quitté la maison familiale, tes parents et ton petit frère. Avec un statut tout neuf d'étudiante, tu t'es engagée à Rouen dans une filière... un peu ésotérique aux yeux des non-initiés ! Trois années dans un lycée pour décrocher *un diplôme national des métiers d'art et du design, mention graphisme, spécialité édition* ! Excusez du peu ! Et maintenant, te voilà « alternante en communication » !

### Dis-nous Lisa... comment est née cette vocation si surprenante ?

En fait, j'ai toujours aimé dessiner. Quand j'étais à l'école, pour mieux suivre les cours, je m'occupais en crayonnant mes cahiers. C'est d'abord à mes parents que je dois ce goût pour l'expression artistique. Bien que ce ne soit pas du tout son activité professionnelle, papa a toujours aimé peindre la nature et je l'ai souvent accompagné avec son chevalet. De son côté, maman m'a initiée à toutes sortes de travaux manuels : couture, tricot, décoration, déguisements, carnaval, « land-art » avec les ressources de la nature, etc.

### Comment se fait-il qu'après Caen et Rouen, tu te sois éloignée encore davantage de ton ancrage familial ?

C'est que, pour élargir mes compétences, j'ai cherché à continuer mon parcours vers *un mastère en direction artistique 360 ° (niveau Bac + 5)*. Comprenez : élargir mon horizon en conjuguant formation théorique et expérience pratique. C'est à Nantes que j'ai trouvé la possibilité de réaliser ce projet en alternance : une semaine en cours, trois semaines sur le terrain. Et ce terrain, vous l'avez deviné, c'est le Centre Socioculturel de la Bugallière où j'entame ma deuxième année...

### Mais alors, depuis ton arrivée en 2022, quelle est au juste ta mission ?

Tout d'abord, je dois dire que j'ai été accueillie très chaleureusement par une équipe dynamique. J'y ai été rapidement associée pour travailler principalement sur deux projets :

- la synthétisation du nouveau projet social de l'association (2023-2026). Il s'agissait notamment de lui donner une forme concentrée et attractive qui parle à tous les adhérents et aux lecteurs du « Troëne ». C'est le dépliant original en forme de maison que vous connaissez maintenant et que vous pouvez trouver à l'accueil du Centre.
- La définition d'une nouvelle charte graphique. Celle-ci est maintenant utilisée sur tous les tampons, cartes de visite, en-têtes et bas de page des courriers et des factures de l'association. On l'identifie facilement sur la bâche ambulante dépliée lors des rencontres et des manifestations culturelles de notre quartier.

Dans le cadre de ma dernière année d'études, je travaille en deux dimensions :

- Une dimension d'équipe. Avec trois autres étudiants, nous « inventons » un lieu pédagogique et culturel dédié à l'algue marine. (un peu inspirés par les fermes pédagogiques bien connues). Notre réalisation sera évaluée sur son identité graphique, sur la campagne de communication préalable à son ouverture fictive en 2026, sur tous les « goodies » (produits et services dérivés) autour de ce lieu, etc. Un jury professionnel appréciera ce travail en juin.
- Une dimension individuelle. A partir de janvier 2024, chacun devra rédiger un mémoire en lien avec l'activité qu'il ou elle aura exercée au sein de son entreprise d'accueil. Ce mémoire est à présenter en septembre ou octobre 2024.

### ET APRÈS ?

Je ne sais pas encore. J'ai quelques idées. Aller à l'étranger ? Peut-être... mais je me sens si bien à Nantes et à la Bug ! ! !

## Le Théâtre d'impro débarque au Centre Socioculturel de La Bugallière

C'est tout nouveau et ça a débuté en septembre les lundis soir de 18h30 à 20h pour les ados entre 12 et 17 ans.

Envie de rire, de passer un bon moment, de t'amuser ? L'atelier d'improvisation théâtre est fait pour toi !

**" L'improvisation théâtrale, c'est tout d'abord jouer, mais aussi créer ensemble ses propres personnages, décors et scènes. Et tout ceci, sans texte à apprendre ! "**

**" Et avec le droit de se tromper, car en impro, il n'y a jamais d'erreur "**, précise Julie A., intervenante théâtre au Centre Socioculturel.

Expérimentée, elle propose une pédagogie progressive basée sur le jeu, l'écoute et la bienveillance.

Alors, que tu sois timide, fan de fun, rêveur, bavard des mains, raconteur d'histoires, poète, clown, statue, sauterelle... mais surtout intéressé, rejoins-nous !

Afin de découvrir cette nouvelle activité, le Centre Socioculturel propose un stage-découverte le :

- **Lundi 23 octobre de 15h à 17h** dans la salle Pont Marchand au tarif de 2€ (gratuit pour celles et ceux qui sont déjà inscrits à l'atelier annuel).



THÉÂTRE D'IMPROVISATION

### Inscriptions et informations :

=> [accueil@cscbugalliere.fr](mailto:accueil@cscbugalliere.fr)  
ou 02.40.63.44.45

Hubert Ploquin

## Encore un beau succès ensoleillé

POUR LES AUTOMNALES D'ENCHANFANTINES ! 

Sous un soleil exceptionnel, faisant oublier que c'est l'automne, toute la semaine du 3 au 8 octobre 2023, l'association Enchanfantines, en partenariat avec les CSC de la Bugallière et de Plaisance, la Fabric, la médiathèque Ormedo, l'ADAPEI : classe UPAVS et la mairie d'Orvault, a proposé aux parents et leurs tout-petits (naissance à 3 ans) des ateliers, une conférence et des spectacles.

Grâce à tous nos partenaires, la version nomade des Automnales d'Enchanfantines s'avère une réussite. Tout au long de la semaine, les différentes propositions sur réservation ont affiché complet. Une centaine de familles et une trentaine de professionnels petite enfance ont répondu présents.

Certaines familles se sont entièrement saisies de ces Automnales en venant à notre rencontre, à différents moments dans la semaine, et pour deux d'entre elles en venant co-animer "T'enchantes les automnales".

Merci à elles et eux.



Samedi, l'été indien a offert un temps chanson sous les arbres du Centre et une clôture musicale dans la cour du Centre Socioculturel de la Bugallière sous la houlette de nos fidèles Matous. Durant un court instant, les bénévoles et les Matous ont mêlés leurs voix. Merci à eux.

Pour terminer, nous tenons à remercier tous les bénévoles présents tout au long de cette semaine. Sans elles et sans eux, ce festival n'existerait pas. Nous tenons également à remercier les bibliothécaires qui se sont engagées pour la réussite de cet événement : Maëla, Réjane, Marie et Anne, ainsi que leur fidèle musicien, Jérôme. Merci également à Mélanie du CSC de la Bugallière présente à nos côtés toute la journée du samedi : temps pendant lequel elle a accueilli les familles dans un espace de jeux libres. Merci à Abra du CSC Plaisance, qui nous a ouvert ses portes pour vivre un spectacle suivi d'un temps chanson partagé avec les familles.

Et surtout, merci à vous parents. Sans votre présence, notre engagement et nos convictions que la culture pour le tout-petit est une nécessité n'aurait pas de sens. Cet événement, Les Automnales, dont c'était la troisième édition, prend de l'ampleur, et se voit qualifié dorénavant de festival !

Nous souhaitons d'ores et déjà travailler sur la programmation 2024. Nous avons besoin de votre soutien, merci à celles et eux qui adhèrent ou donnent en soutien à l'association : <https://www.helloasso.com/associations/enchanfantines>

A l'année prochaine !

*Toute l'équipe Enchanfantines*

## P'tit bal folk à la Madoire

Dimanche 22 octobre après-midi : P'tit bal folk à la Madoire. Jeunes, vieux, enfants bienvenus. Initiation aux danses (cercle circassien, hanterdro, branle de l'ours, chapeloise...) avec notre petit orchestre familial.

Symphonie & troubadours. Participation libre aux frais.

**Le 22 octobre, à 16h**, à la maison d'artistes de la Diaconie de la Beauté - 5, chemin de la Madoire. Contact : **06 56 77 54 00 - symphonietroubadours@outlook.fr**

## Citation

"Je ne retomberai jamais en enfance, j'y suis toujours resté."

**De Tristan Bernard / Portraits sans retouches -1952 (R Dorgelès)**

## Braderie de l'Espoir Orvaltais

**Samedi 21 Octobre 2023**

Centre STEVIN - La Bugallière

**Ouvert à tous de 10H à 18H**

Vêtements - Chaussures - Vaisselle -  
Linge de maison - Bibelots  
**Deux articles achetés, un article offert**  
**TOUT PETITS PRIX VENEZ NOMBREUX**



**Ligne de bus 89 - Arrêt Pont Marchand**



**07 88 67 95 16**

**espoir.orvaltais@gmail.com**

## La chorale Or'Vocal en concert

Chorale de l'Association des Résidents du Bois Ragueuet (ARBR) 

**CONCERT**

**Samedi 21 octobre 2023, 20h45**

Eglise Saint-Thomas,

4 Esplanade des Quatre Vents,

Saint-Herblain, proche de la médiathèque, quartier du Tillay.

Entrée libre

**Arrêt TAN 'Hermeland'** - lignes C6, 59 et 71  
Lieu accessible aux Personnes à Mobilité Réduite.

Nous vous invitons pour une soirée dynamique où les styles sont volontairement variés : variété française, chant sacré, musique de film, chanson romantique.

Contact :

**communication.orvocal@gmail.com**

**Nos partenaires :**

