

# Le Troène

Depuis 1978

Journal de la Bugallière et des quartiers environnants

## LES DATES À RETENIR

L'agenda version numérique



MARS

**Mardi 4 / 20h15 à 22h**

**Trocs & Astuces**

S. Damia - UAHB

**Samedi 15 / 11h**

**Atelier Self Défense**

S. de danse - UAHB

**Samedi 15 / 20h**

**Conférence gesticulée  
"J'vous prête ma blouse"**

S. G. Brassens - UAHB

**Vendredi 21 / 20h30**

CSC Bugallière

**Dimanche 23 / 16h**

**Les Imposteurs**

Ferme du Bignon - UAHB

**Mercredi 26 / 16h à 17h30**

**Atelier d'Arpentage jeunesse**

RDV à Tulitujou - UAHB

## CHAQUE SEMAINE

gratuit, sans inscription

**Le lundi / 14h30 - 17h30**

**Entr'Acte**

Tulitujou - UAHB

**Le mercredi / 16h30 - 17h30**

**Le dimanche / 10h - 12h30**

**Ludothèque**

Tulitujou - UAHB

**Le jeudi / 10h - 12h et 14h - 18h**

**Caverne de l'Espoir**

Centre Stévin - ESPOIR ORVALTAIS

**Le jeudi / 14h30 - 17h**

**Bug-Caf'Fêt**

Salle Pont Marchand - UAHB

**Le jeudi / 16h - 18h30**

**Part'âges**

Salle de danse - UAHB

**Le vendredi / 14h30 - 17h**

**Repaire numérique**

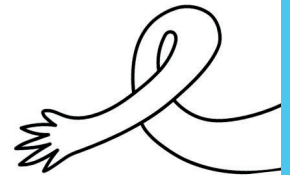
Salle Yves Montand - UAHB

EXPOSITION

## Formes et Couleurs

Jacotte Richard

du 25 février au 14 mars 2025



Vernissage  
le 27 février  
18h30



CSC DE LA BUGALLIÈRE  
10 rue du Pont-Marchand, 44700 Orvault



## LES ÉCRANS, ON EN PARLE !

➔ Atelier collectif "pour un usage adapté des écrans en famille" avec l'association Envole

Samedi 1er mars de 10h à 11h30 / Tulitujou

➔ Conférence populaire sur les usages des écrans avec la Fabrique des gestes (parents/ados)

Vendredi 7 mars de 19h à 22h / CSC de la Bugallière

Inscription conseillée au 02.40.63.44.45 ou par mail à [accueil@cscbugalliere.fr](mailto:accueil@cscbugalliere.fr)

Lire page intérieure

## Exposition peintures "Formes et Couleurs"



### EXPOSITION Formes et Couleurs

Jacotte Richard

du 25 février au 14 mars 2025

*"J'ai toujours aimé dessiner et colorier quand j'étais enfant ; c'est donc tout naturellement que je me suis intéressée à la peinture. Depuis 5 ans, ma meilleure amie, artiste, m'a fait découvrir plusieurs techniques qui m'ont permis de développer ma créativité. "*

Un vernissage aura lieu le **jeudi 27 février à 18h30** à l'accueil au Centre Socioculturel.

Jacotte Richard

## Les écrans, on en parle ! (parents/enfants/ados)

### • Atelier collectif "pour un usage responsable des écrans en famille" avec l'association Envole (association de parents)

Si nous savons désormais qu'il est préférable de limiter et encadrer le temps d'écrans des enfants, surtout des jeunes, en pratique il n'est pas toujours facile de savoir comment poser les règles qui sont adaptées à toutes et tous au sein de la famille, sans générer de conflits. Cet atelier doit nous permettre de questionner notre rapport et notre utilisation des écrans et de réfléchir ensemble à un cadre responsable.

Deux intervenantes de l'association Envole seront là pour nous permettre de nous poser les bonnes questions. L'atelier se veut également fondé sur l'échange d'expériences entre participants.

**Samedi 1er mars de 10h à 11h30 - Tulutujou**

Temps pour les parents (d'enfants entre 2 et 8 ans) sans les enfants.

Si vous souhaitez participer mais que vous avez des difficultés pour faire garder vos/votre enfant, vous pouvez nous en informer.

Inscriptions conseillées auprès de l'accueil du Centre Socioculturel **02.40.63.44.45** ou par mail à [accueil@cscbugalliere.fr](mailto:accueil@cscbugalliere.fr)

### • Conférence populaire sur les usages des écrans avec la Fabrique des gestes (Parents/ados)

**Vendredi 7 mars de 19h à 22h - Centre Socioculturel de la Bugallière**

La conférence populaire, c'est l'idée de partager les savoirs et les expériences de toutes et tous pour enrichir nos réflexions et nos pratiques.

A partir d'échanges croisés jeunes et parents, en petits groupes, sur le rapport aux écrans, les avantages et les risques, il s'agit de faire un pas de côté sur notre manière de voir et de faire pour mieux trouver les équilibres au sein des familles. Débat animé par l'association La Fabrique des gestes (théâtre et éducation populaire).

Pour les ados (à partir de 11 ans) et leurs parents / Grignotage prévu.

Inscription conseillée au **02.40.63.44.45** ou par mail à [accueil@cscbugalliere.fr](mailto:accueil@cscbugalliere.fr)

ET AUSSI...

deux temps avec l'association FRAGIL, un temps partagé parents-enfants pour échanger entre générations, jouer ensemble et faciliter le dialogue entre les membres de la famille, un temps sur les réseaux sociaux et le cyberharcèlement.

## Journées internationales des droits des femmes

Le groupe "Lutte contre les discriminations" du Centre Socioculturel vous propose quelques ateliers qui s'inscrivent dans la dynamique du 8 mars, journée internationale des droits des femmes.

### • Atelier self défense

**Samedi 15 mars - 11h**

Apprendre à réagir face à des situations à risques avec une initiation au self défense. Il s'agira de découvrir ou redécouvrir des techniques simples pour se sortir de situations difficiles.

Centre Socioculturel de la Bugallière - Salle de danse.

Public mixte ado et adulte.

Gratuit sur inscription :

[accueil@cscbugalliere.fr](mailto:accueil@cscbugalliere.fr) / **02 40 63 44 45**

### • Conférence gesticulée " J'vous prête ma blouse " par Juliette Coanet

**Samedi 15 mars - 20h**

*"Bonjour, je suis Juliette, Assistante De Vie aux Familles, A.D.V.F niveau 2.*

*Ça claque non ? On dit plus généralement "Aide à domicile". Métier mal connu, je pense. Peu considéré et mal rémunéré, c'est sûr !*

*Dans " J'vous prête ma blouse ", je parle d'un boulot que j'aime et de nos conditions de travail ; les miennes et celles de mes collègues ; je parle des corps, du vieillissement, du soin... Mais aussi de la danse et de la chaux qui fait du lien entre les pierres".*

Centre Socioculturel de la Bugallière - Salle Brassens - 20h

Nombre de places limité -

Réservation conseillée :

[accueil@cscbugalliere.fr](mailto:accueil@cscbugalliere.fr) / **02 40 63 44 45**

### • Atelier d'arpentage jeunesse

Atelier pour découvrir collectivement la BD "Basta - Guide d'autodéfense féministe pour ados", et en discuter librement sans tabou.

Atelier d'arpentage animé par Estelle.

**Mercredi 26 mars de 16h - 17h30 -**

Gratuit sur inscription au **02 40 63 44 45**

Rdv à Tulutujou

# Vie de l'U.A.H.B

## 8 mois à la Bug

8 mois au Centre Socioculturel de la Bugallière, quartier que je ne connaissais pas. Niché dans un creux d'Orvault, entre le Cens et le périph, une drôle de géographie. Lors de ma balade avec Céline, pour découvrir le quartier, je me suis parfois très vite sentie à la campagne. Un point très positif pour moi. Quand j'arrivais à la Bug, j'apercevais parfois Joseph sortir du bois, marchant, revenant du Bourg ou y allant. J'ai même, un matin, ralenti, pour laisser traverser un jeune chevreuil, je me suis dit alors, que ma journée commençait merveilleusement bien.

J'ai donc eu le plaisir de travailler au CSC de la Bugallière et je ne le regrette pas. Même s'il a fallu intégrer beaucoup d'informations en y arrivant, j'ai eu la sensation de parler le même langage que l'équipe. Nous pouvions ne pas être d'accord mais toujours il y avait de l'attention à ce que l'autre exprimait pour essayer de comprendre. La même vision de la société, des valeurs communes, je ne sais pas, mais c'était fluide.

Bon parfois, c'était un peu "speed" et parfois un peu trop pour mon rythme ; fatiguée, je ne suis plus très « efficace » voire pas très diplomate.

Mais danser à la fête de quartier, boire un verre au Bugabar, jouer des heures le samedi et le dimanche aussi, partir en week-end avec 25 personnes et manger encore ces horribles marshmallows grillés, dormir dans une super cabane en bois avec trois couvertures fin septembre et battre les papas au chamballa, tout cela valait bien un peu de fatigue.

Je me suis alors dit, quoi de mieux que d'écrire un article dans le fameux Troène pour dire au revoir et à bientôt à toutes les personnes que j'ai pu croiser, qui m'ont accueillie avec le sourire, et dont j'oublierai les prénoms si je devais parler de toutes et de tous.

Alors, merci à toutes et tous, à l'équipe d'avoir répondu à "mes petites questions", surtout à toi Estelle, de m'avoir sauvée en informatique, surtout à toi Lisa, et de m'avoir fait confiance.

Merci à vous Jacotte et Thomas, qui la première et le premier, se sont dit qu'on allait travailler ensemble.

Merci à toi Mélanie de m'avoir permis de te remplacer sur le secteur famille.

Merci à toi Loïc pour les prolongations, même si je n'aime pas le foot, et heureuse que tu sois de retour.

Bon voilà, si à notre petite échelle il est possible de vivre de bons moments, de partager le pouvoir, d'écouter, d'apprendre des autres, de créer plein de projets, de se mobiliser, de s'entraider, de se confronter aux idées, de construire des ponts et non des murs, ben on a qu'à faire plein de petites échelles.

Pour conclure, vous saluer et vous remercier. ET surtout comme le chante un joyeux poète d'HK et les Saltimbank, Kaddour Hadadi « On ne lâche rien ! ».

Continuons de cultiver l'Art de la Joie.

Manuela

## Trocs & Astuces



Après la fabrication de petits savons solides et d'un savon liquide spécial mains, la prochaine rencontre sera consacrée à la réalisation d'un liquide vaisselle et d'un produit lessive pour lave-linge.

Si vous êtes intéressé(e)s, n'hésitez pas à venir découvrir notre prochain atelier qui aura lieu le :

**mardi 4 mars 2025, salle Damia, de 20h15 à 22h.**

Bienvenue à tous !

*Le groupe "Trocs & Astuces"*

## Vie de quartier

### Braderie avec l'Espoir Orvaltais



Braderie de printemps, organisée par l'Espoir Orvaltais, le **samedi 1er MARS 2025, de 10h à 18h**, sans interruption, dans les locaux de " la Caverne de l'Espoir ".

Centre Stévin - La Bugallière . 

## Soleil d'Automne

L'Assemblée Générale de l'association Soleil d'Automne s'est tenue le 30 janvier 2025. Moyennant une cotisation annuelle de 15 euros, ses membres se réunissent tous les jeudis après-midi pour jouer gratuitement à la pétanque, aux palets, aux fléchettes, à divers jeux de société : belote, tarots, scrabble, Rummikub, dominos etc. L'association organise des sorties extérieures en privilégiant le covoiturage pour limiter le coût d'un transport en car, avec déjeuner et spectacle.

Ses membres se réunissent également lors d'un repas convivial dans son enceinte plusieurs fois par an.

Contact : **02 40 63 85 51**

## Démarchage abusif, escroqueries, vols...



La ville d'Orvault et les forces de l'ordre viennent à la rencontre des habitants, lors d'ateliers de prévention sur le démarchage abusif, les escroqueries, les vols, afin d'adopter les bons réflexes.

Ateliers de prévention :

- Mercredi 26 février - 18h à 20h  
Centre Stévin, salle Antoine Lavoisier (1er étage, pas d'accès PMR)
- Mardi 18 mars - 18h à 20h / Maison de la Carrière, salle Pacaille
- Mardi 8 avril - 18h à 20h / Salle Saint-René - Bois Raguenet
- Mercredi 9 avril - 18h à 20h / Salle Maurice Poujade (ex ELIA)

Des séances gratuites animées par la Police nationale avec la Police municipale, pour adopter les bons réflexes.

Entrée libre sans inscription. Informations : **02 51 78 31 45**

## La Transition écologique de la Ville d'Orvault



### • Taille des arbres fruitiers : comment faire ?

Au cours de cet après-midi, vous découvrirez différentes techniques de taille, de greffage, de bouture... Vous pourrez ensuite prendre soin de vos arbres fruitiers chez vous !

**Samedi 01 mars, 14h à 17h** - Gobinière, 37 avenue de la Ferrière

Avec la Société Nantaise d'Horticulture (SNH)

Sur inscription : **02 51 78 31 09** ou [sedd@mairie-orvault.fr](mailto:sedd@mairie-orvault.fr)

### • Opérations de broyat

Vous avez taillé des arbres, chez vous, cet hiver ?

Venez faire broyer vos branches sur un des deux sites. Vous repartirez avec les copeaux de bois que vous pourrez utiliser en paillage ou au compost.

Diamètre maximum : 10 cm. Pensez à apporter des contenants pour le transport du broyat. Avec le service Patrimoine végétal de la ville. Opérations destinées aux particuliers orvaltais.

**Samedi 08 mars**

**9h-12h** : parking de l'église - Bourg

**13h30-16h30** : stade du Verger, rue du Stade

Sur inscription : **02 51 78 31 09** ou [sedd@mairie-orvault.fr](mailto:sedd@mairie-orvault.fr)

Des créneaux horaires vous seront proposés.

## Citation

« Ce n'est pas à cause de l'attraction terrestre que des gens tombent... »

amoureux. »

**Albert Einstein**

## Tabac Bug

### Changement d'horaire de votre magasin

Depuis le 12 février, votre magasin Tabac Presse de la Bugallière est fermé tous les mercredis après-midi.

Nous sommes ravis de vous accueillir le mercredi matin et les autres jours de la semaine aux horaires habituels.

## Ciné Cens



Théâtre de la Gobinière

**Mardi 25 février à 20h30,**

Soirée ciné-débat sur le thème du Parkour en

Palestine, avec la projection du film "One more jump".

Infos et réservations :

[www.cinecens.net](http://www.cinecens.net)



## Le coin des annonces

### TROUVE

Paire de lunettes salle Pont Marchand.

Contact : CSC **02 40 63 44 45**

### VENDS

Renault Zoé 2016 - 63000km

Contactez-moi si vous êtes intéressé :

**07 45 13 92 95** (Vincent)

### PERDU

Collier de mon défunt époux.

Récompense.

Contact CSC Bug : **02 40 63 44 45**

### DONNE

Série de magazines anciens pour enfants et adolescents, en très bon état.

Wapiti / Pomme d'Api / Astrapi / Okapi

N'hésitez pas à me contacter.

**06 71 80 22 73**

