La Croisée des Quartiers

UN JOURNAL PAR ET POUR LES HABITANTS

DES INFORMATIONS SUR LA VIE DES QUARTIERS

DU CHEMIN VERT ET DES HAUTS QUARTIERS DE LA VILLE DE SAUMUR.

Ville de SAUMUR

JANVIER MARS 2019

PARTICIPONS TOUS ENSEMBLE !

ESPACE JACQUES PERCEREAU

SAUMUR agglopropreté

Espace Jacques Percereau

VIE DES QUARTIERS
Les écoles au jardin partagé
p.04

QUARTIER LIBRE
Les chauves-souris
p.06

QUARTIER LIBRE
Basket
p.07

SOMMAIRE

Vie des Quartiers

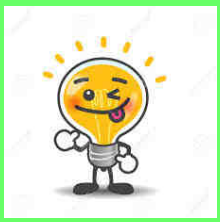
P2 - Édito
P3 - Mon quartier « 0 déchet »

P4 - Jardin Partagé : Visite des écoles

Quartiers Libres

P5 - Musique : The Uprising
P6 - Animaux : Les Chauves - Souris

P7 - Sport : Saumur Loire Basket
P8 - Économie d'énergie
P8 - Labo citoyen ?



Infos Pratiques

P9 - P11

Pause Détente

P12 - Recette
P12 - Jeux

Bonne année 2019 !

Nous sommes très heureux de vous retrouver pour cette nouvelle année. 2019 sera l'occasion pour tous les lecteurs de rejoindre le comité de rédaction. Nous avons préparé pour ce nouveau numéro des interviews exclusives de musiciens (page 5) et de sportifs locaux (page 7). A déguster sans modération.

Pour rappel, voici quelques dates à ne pas manquer concernant Janvier et Février : L'épiphanie le dimanche 6 janvier, la chandeleur le samedi 2 février, Mardi Gras le mardi 13 février et la Saint Valentin le jeudi 14 février. Belles perspectives pour les gourmands !

Habitants, associations, soumettez-nous vos propositions d'articles avant le 6 mars 2018

par courriel : espace.percereau@ville-saumur.fr

ou à l'accueil de l'Espace Jacques PERCEREAU

Ce journal s'inscrit dans le cadre du Contrat de Ville, avec le soutien de la Ville de Saumur et de la CAF

Éditeur : La Croisée des Quartiers
Directeur de publication et responsable de rédaction : Monsieur le Maire de la Ville de Saumur

Rédaction, conception, mise en page : Martine Viémont, Nathalie Claesen, Françoise Leray, Daniel Belot, Cédric Burgevin, Aurélie Guidet, Dominique Couillebault, Gwénael Gicquel.

Distribution : Gratuite dans les commerces et toutes les structures des quartiers du Chemin Vert, des Hauts Quartiers.
Impression/reprographie : Loire Impression 1500 exemplaires, 4 parutions par an

Espace Jacques Percereau - 925 Avenue François Mitterrand - 49400 Saumur
Tél : 02.41.53.51.51 - Mail : espace.percereau@ville-saumur.fr

TRICOT SOLIDAIRE

Oh ! Des restes de laine ! Que puis-je en faire ?

Nous sommes un groupe d'habitantes tricoteuses. Nous réalisons de la layette (brassière, bonnets, chaussons, couvertures, passes couloir, doudous etc…) pour les petits prématurés.

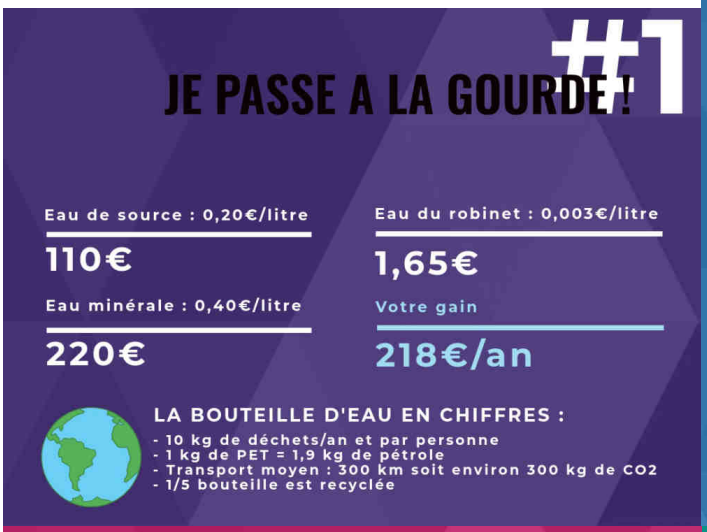
Nos réalisations sont données à l'hôpital de Saumur et d'Angers. Pour cela nous sommes à la recherche de laine, de laine acrylique, du coton, des petits boutons plats.

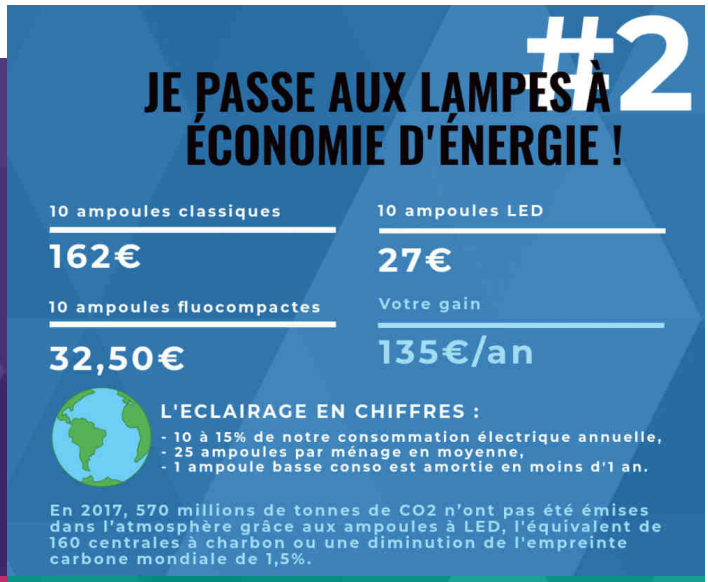
Vos dons peuvent être déposés à l'Espace Jacques Percereau ou à la MJC.

Les bébés et les tricoteuses vous remercient d'avance.

Martine et Dominique.

MON QUARTIER « 0 DÉCHET »





VISITE DES ÉCOLES AU JARDIN PARTAGÉ (Novembre 2018)

Au cours du mois de Novembre 2018, plusieurs classes des écoles du quartier sont venues visiter le jardin partagé qui se trouve Avenue François Mitterrand : Le Petit Poucet (maternelle), Charles Perrault (primaire), Les Violettes (maternelle et primaire). Les enfants étaient accompagnés de leurs enseignants et de parents.

Ils ont été reçus par les habitants jardiniers et les animateurs de l'espace Jacques Percereau (Gwénael et Mokthar).

Témoignage d'une habitante jardinier :

« J'ai été étonnée par l'émerveillement des enfants, leur attention, leur écoute et leur intérêt. Leurs sourires nous ont ravi et récompensé de nos efforts. »

Certaines classes ont pu planter des bulbes de tulipes et de narcisses. Ils reviendront au printemps voir fleurir leurs plantations.

Venez profiter de ce jardin ouvert à tous, en famille ou entre amis, pour y passer un moment convivial.

Les jardiniers : Chantal L., Françoise L., Nathalie C., Martine T., Florence M., Jean-jacques M., Marcel O., Valérie R., Chantal C., Maryse B., Gigi, Robert M, Charles S., Nicole G. …

PAUSE MUSICALE : THE UPRISING

THE UPRISING est un groupe de musique saumurois composé de 9 musiciens (Arnaud et Antoine : chant, Kévin : batterie, Xavier : basse, Mamatt : guitare, Chris : claviers, Arnaud : percussions, David : saxophone ténor et Pierre à la trompette). Leur style musical est le « Reggae New-Roots cuivré ». Suite à la sortie de leur premier single, nous avons décidé de les interviewer.

Comité de Rédaction : Que signifie le nom du groupe ?

Arnaud : (chant) : « The Uprising » signifie « l'élévation », C'est-à-dire que nous sommes tournés vers l'avenir, que l'on avance. « L'élévation » c'est aussi pour devenir meilleur envers soi-même, de s'améliorer.

CR : Vous êtes-vous déjà produit sur scène et quel est l'évènement qui vous a le plus marqué ?

Arnaud : (chant) : Oui, tout à fait, nous nous sommes déjà produit une quarantaine de fois, dont le Chabada à Angers, et ce lieu nous a le plus marqué, car c'est une scène locale où nous avons été bien accueillis. On s'est également produit place Saint Pierre à Saumur. On peut dire que c'est une belle place, car elle absorbe les ondes positives. Chaque personne du groupe à son souvenir lors des concerts, répétitions… Pourquoi pas dans l'avenir se produire, sur des festivals ou concerts plus importants.

CR : Qu'est-ce que le Reggae New Roots ?

Arnaud : (chant) « New » veut dire « Nouveau » et Roots signifie « Racine ». Ce sont deux opposés différents. En effet, le Roots est attribué au Reggae et celui-ci est quand même de la musique qui parle beaucoup de son histoire. Le New-Roots, c'est de l'inspiration de ce qu'ils ont fait jadis avec les nouveaux sons, les nouvelles influences et les rimes. Le Reggae fait partie aussi de ce style de musique et c'est aussi une philosophie.

La différence avec le groupe les « Simawé » (cf. journal d'Octobre-Décembre 2018), par rapport à nous... Eux ont un côté Folk et un côté Blues. Ils ont un univers très particulier avec des parties Rock. Sinon le chanteur du groupe « Simawé » à un grain de voix particulier. Ils jouent un style universel.

CR : Pourquoi alternez-vous chansons en anglais et en français ?

Arnaud : (chant) Le choix de chanter et de composer nos chansons en français est du au fait que la littérature française est assez sympa à manier, on aime ça. Nous chantons aussi en anglais car c'est l'origine du Reggae. L'anglais a des sonorités différentes par rapport au français.

Notre avis : THE UPRISING est un groupe de musiciens qui sont vraiment très cools et super sympas. Nous avons vécu un vrai moment de partage et de rencontre.

Facebook :
The Uprising

Association Live it up

Contact :
Xavier : 06.21.35.88.37

E-mail :
Theuprisingreggae@gmail.com

Article réalisé par : Aurélie GUIDET et Cédric BURGEVIN

LES CHAUVES - SOURIS

Les chauves-souris ne sont pas des oiseaux mais bien des mammifères.
La chauve-souris appartient à l'ordre des Chiroptères (« chiro » main et « ptère » aile). Ce ne sont pas des rongeurs comme les souris, les rats, les lapins qui sont végétariens, mais des insectivores, des prédateurs. Lorsqu'elles ne chassent pas, les chauves-souris sont positionnées la tête en bas.

« Les chauves-souris sont aveugles. »
Faux. Les chauves-souris utilisent prioritairement leur vue pour se repérer. Elles peuvent d'ailleurs être éblouies ou perturbées par l'éclairage artificiel extérieur.
L'écholocalisation est un système comparable au sonar qui leur permet d'évoluer dans l'obscurité la plus totale.
Non, les chauves-souris ne s'accrochent jamais dans les cheveux ! Elles sont capables de détecter un cheveu ! Oui, les chauves-souris sont utiles et inoffensives.

Toutes les chauves-souris européennes se nourrissent exclusivement d'insectes.

Le vampire : mythe ou réalité ? Et bien, les deux !!

Le mythe (Dracula)
La réalité (vampire commun)
Le vampire commun : il se nourrit du sang du bétail.
Dracula : Et bien regardez « Le bal des vampires » !! Très bon film !

J'ai entendu à la radio c'matin : *« On a une chance sur dix millions de se faire mordre par une chauve-souris enragée».*

« Arrive une chauve-souris. Enragée. Elle est là, tu vois, elle bave, elle est enragée.

Bon... Hop !!! Elle s'fout à trifouiller mon code.
Elle est là, elle trifouille. Elle cherche, elle cherche.
Si, si, Monsieur, quand elles sont enragées elles cherchent quand même ! » (Jean-Marie Bigard)

Les chauves-souris de France

Il y a trois familles de chauves-souris en France :

Les rhinolophes (rhino= nez, lophe = houppe) car ces chauves-souris ont une touffe poilue à la base du museau.
Ce sont les seuls à émettre leurs cris par le nez et non par la bouche.

Les oreillards
Si vous avez devant vous un animal gris ou roux, à très grandes oreilles disproportionnées, c'est un oreillard.

Rhinolophe au repos tête en bas

Les pipistrelles, les murins

La pipistrelle est une espèce anthropophile, (anthropos =humain, phile = amour) ! Et oui ! Elle nous aime ! Qui vit principalement dans les villages et les grandes villes. Quand vous apercevez une chauve-souris entre chien et loup, c'est sûrement une pipistrelle. C'est la plus petite des chauves-souris.

Le murin (souris= vient de sa ressemblance avec une souris)
Les Murins chassent à la nuit tombée de gros insectes qu'ils capturent au sol (carabes, hannetons, criquets, grillons, détecté. !

En espérant que cet article enlèvera quelques fausses croyances au sujet de cet animal très utile, sympathique, inoffensif et protégé !

Article réalisé par : Nathalie. CLAESEN

SAUMUR LOIRE BASKET 49

Après avoir découvert l'équipe féminine du Saumur Loire Basket 49 l'année passée, nous sommes partis à la rencontre d'Arnaud Dublé, entraîneur de l'équipe fanion masculine (SM1).

Comité de rédaction : Quel est votre parcours en tant que joueur et entraîneur ?

Arnaud Dublé : *J'ai commencé le Basket-ball à l'âge de 5 ans à Murs-Érigné, à entraîner les jeunes à l'âge de 12 ans et coacher à 16 ans. Entraîneur jusqu'en 2002 à Murs-Érigné, j'ai ensuite pris la direction de l'équipe féminine de Saumur pendant 6 saisons (montée en NF2). J'ai ensuite continué à entraîner à Montreuil-Bellay, Doué la Fontaine, Murs-Érigné pour revenir 11 ans plus tard à Saumur. Chaque saison sportive est une aventure humaine avant tout et c'est ce qui me fait avancer, la richesse des rencontres et des moments partagés avec mes joueurs bien sûr mais aussi avec les dirigeants, les bénévoles et les supporters. A ce titre, il m'est impossible de citer un club plus qu'un autre, chaque saison, quel que soit le niveau, apporte son lot de souvenir inoubliables et d'expériences.*

CR : Quels jours ont lieu les entraînements et les matchs de votre équipe ? Qu'est-ce qu'une bonne préparation physique dans le Basket-ball ?

A.D : *Nous nous entraînons les Mercredis et Vendredis (20h30-22h) à la salle des Hauts sentiers à Bagneux. Les rencontres ont lieu dans la même salle le week-end.*
La préparation physique est une composante essentielle du sport aujourd'hui. Nous évoluons en championnat Départemental, en ce sens le volume d'entraînement n'est pas énorme (2 séances par semaine) et ne nous permet pas de passer trop de temps sur une préparation physique spécifique. Le jeu que j'affectionne et que je transmets à mes équipes demande du rythme, de l'engagement et donc une bonne condition physique. Cette philisophie, rythme et intensité, est nouvelle pour le groupe et bouscule les habitudes mais les joueurs adhèrent et commencent à acquérir de bonnes habitudes de travail. Une préparation physique adaptée doit permettre aux joueurs d'être en pleine possession de leurs moyens pour être performant sur le terrain tout au long de la saison. C'est le rôle du coach de planifier les périodes en fonction des échéances, de l'état de forme, des blessures éventuelles et de composer avec tous ces paramètres.

CR : Quel est l'objectif de l'équipe ?

A.D : *L'objectif fixé par le club est de retrouver le niveau régional. Pour ma part, je pense que nous pouvons raisonnablement viser la montée en championnat régional dans les 2 ans et pourquoi pas dès cette année…*

CR : Y a-t-il eu des arrivés et des départs depuis la saison dernière ? Y a-t-il un mercato ?

A.D : *Le changement majeur de l'intersaison concerne le staff puisque avec moi sont arrivés Éric Faure (responsable d'équipe) et Jérome Raimbault (Assistant-coach) qui me sont d'une aide précieuse et avec qui je bâtis le projet global des SM1. L'effectif de la saison passée a été conservé et nous enregistrons 2 arrivées : Teddy Lefrere, bien connu du basket local fait son retour et nous apporte son adresse, son abnégation et son expérience. Nous avons également eu la chance d'intégrer depuis octobre un joueur américain Don Riley, qui est venu s'installer dans notre région et dont le frère évolue à Chalon au plus haut niveau français. C'est inespéré à notre niveau, et Don a déjà séduit le public par son jeu spectaculaire.*

CR : Participez-vous à des coupes nationales ou locales ?

A.D: *Notre championnat à 14 équipes est très long (26 matchs) de septembre à mai, à cela il faut rajouter les matchs amicaux. J'ai fait le choix cette saison de ne pas participer à la coupe de France pour ne pas surcharger le calendrier et nous concentrer sur notre objectif prioritaire qu'est le championnat. En revanche, nous participerons à la coupe de l'Anjou . Cette coupe est une institution dans notre département et suscite chaque année un réel engouement.*

Avec une victoire à la clé lors de notre passage, l'équipe masculine à des ambitions et de l'énergie à revendre pour espérer gravir les échelons dans les années à venir. Une très belle équipe et un coach sympathique et ambitieux. N'hésitez pas à venir les soutenir, vous ne serez pas déçus !

Facebook : Saumur Loire Basket (SLB49)
Salle des Hauts Sentiers - Rue Guy Doussard - 49400 Saumur.

Article rédigé par : Cédric BURGEVIN et Françoise LERAY

ÉCONOMIE D'ÉNERGIE
Les gestes simples au quotidien

Le Jeudi 6 Décembre 2018 à l'Espace Jean Rostand à Saumur était organisé un forum sur la précarité énergétique.

Une vingtaine de personnes était présentes. L'association « **Alisée** » (Association Ligérienne d'Information et de Sensibilisation à l'Énergie et à l'Environnement.) animait cette rencontre.

Quelques gestes simples ont retenu notre attention :

Sur le réfrigérateur :
- Température entre 3°C et 5°C
- Laisser l'air circuler autour
- Le dégivrer régulièrement

Sur l'eau :
- Prendre une douche plutôt qu'un bain
- Installer des mitigeurs.

Sur les pièces de la maison :
- Ne pas boucher les aérations au-dessus des fenêtres « cela permet à l'air de circuler »
- Aérer son logement 10 minutes au moins par jour
- Installer des ampoules basse consommation dans chaque pièce
- Éteindre les appareils en veille
- Baisser le chauffage de 20°C à 19°C, correspond à 7 % de consommation énergétique en moins.
- Une chasse d'eau qui fuit, c'est plus 600 litres d'eau par jour qui s'écoulent.

Suite au forum, il nous est proposé un diagnostic gratuit de notre logement, afin de nous aider à prendre conscience qu'il faut réduire nos dépenses énergétiques, c'est bon pour notre pouvoir d'achat et pour la planète. Des aides de l'état peuvent nous aider, à mettre notre logement en conformité afin qu'il soit le moins énergivore possible et tout cela selon nos revenus.

Pour plus de renseignements :

Veuillez contacter le C.C.A.S (Centre Communale d'Action Sociale)
7 Rue Corneille, 49400 Saumur
02.41.83.31.62
précariteenergetique@ville-saumur.fr

Article rédigé par : Chantal et Françoise LERAY, Aurélie GUIDET

LABO CITOYEN ?

Le Samedi 10 novembre 2018 avait lieu le premier Labo Citoyen au Lycée Duplessis Mornay à Saumur .
Habitants et citoyens, nous avons décidé de nous y rendre pour y contribuer.

L'objectif du Labo Citoyen, était la naissance d'un 1er laboratoire d'idées consacré à la démocratie à Saumur ! Parce que la démocratie veut et peut toujours progresser, la Ville de Saumur proposait ce nouveau rendez-vous : autour de conférences, d'ateliers participatifs, d'un village citoyen..., l'objectif était clair : créer du dialogue et de l'innovation pour notre démocratie.
Pour nous, le Labo Citoyen permet de faire naître des nouvelles formes de participation à la vie citoyenne et émerger de nouvelles idées pour notre futur.

Pourquoi une telle initiative ?

Cette initiative visait à contribuer à une meilleure compréhension par les citoyens des prochaines mutations de la société et des enjeux futurs. Tous les publics sont visés et surtout ceux qui ne retrouvent pas les outils adaptées pour participer à la vie de la cité.

Durant la journée plusieurs tables rondes étaient organisées :
« Imaginons Saumur dans 50 ans »
Plusieurs projets se dessinent lors de cette discussion : développement des éoliennes, rénovation de l'habitat, évolution des transports, de l'alimentation et du cadre de vie...

« Participer à la vie citoyenne : une question d'âge ? »
Non ce n'est pas une question d'âge, nous sommes tous concernés, pour faire évoluer le monde en mieux dans lequel nous vivons.

« Une révolution numérique pour une révolution démocratique ? »
Présentation d'une application sur les smartphones. Cette application qui est actuellement en phase de développement permettra que les gens donnent leurs avis et reçoivent de l'information.
Il y aura par exemple des sondages, des informations sur les cantines scolaires, l'agenda des festivités, l'emploi… ».

Article réalisé par : Chantal LERAY et Aurélie GUIDET

HABITAT SOLIDARITÉ

L'association **EMMAÜS HABITAT SOLIDARITE** situé à Saumur assure la gestion de **5 hébergements d'urgence spécifiques victimes de violences.**

Dans ce cadre, l'association a pour missions :

- L'accueil qui permet de **mettre à l'abri** la personne, elle et ses enfants au sein de l'hébergement
- L'écoute et l'accompagnement a pour but de soutenir et valoriser la personne, lui permettre de reprendre confiance en elle. En plus de **l'écoute de la personne** vis-à-vis des traumatismes vécus liés aux violences, l'association assure **un accompagnement global** auprès de la personne : projet logement, accès aux droits, démarches administratives diverses et travail budgétaire, …
- **L'orientation** : accompagnement de la personne vers les partenaires et les structures spécifiques pour permettre une ouverture et une plus grande prise d'autonomie.

Concernant les hébergements et les conditions d'accueil :

- Logement de type 3 meublés et équipés
- Adresse confidentielle et anonyme
- Contrat d'hébergement d'un mois renouvelable.

L'association organise chaque année un temps fort autour du 25 Novembre (journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes) en mettant en place une action de sensibilisation et d'information du grand public sur la problématique des violences faites aux femmes.

Mobilisons-nous !

LE PROGRAMME DE RÉUSSITE ÉDUCATIVE (PRE)

Trouvons ensemble des réponses adaptées à votre enfant

LE PROGRAMME DE REUSSITE EDUCATIVE (PRE)

Qu'est-ce que c'est ?

Un coup de pouce à votre enfant
pour son bien-être, sa scolarité, sa santé...
GRATUIT pour les familles

Par exemple ?

Accès à des activités sportives, culturelles ou artistiques
Accès au soin
Accompagnement à la scolarité
Soutien aux parents
(…)

Pour qui ?

Enfants et adolescents
âgés de 2 à 16 ans
habitant au Chemin Vert ou dans les Hauts Quartiers.

Comment ?

Parlez-en à l'un des partenaires du dispositif : l'enseignant de votre enfant, un animateur, un éducateur, un travailleur social…

ou venez directement à notre rencontre :
Espace Jacques Percereau
(à côté de l'épicerie sociale, en face du centre social)
925 av François Mitterrand, au Chemin Vert
06.88.69.52.36 / reussite.educative@ville-saumur.fr

Ville de SAUMUR

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Premier ministre
COMMISSARIAT GÉNÉRAL À L'ÉGALITÉ DES TERRITOIRES
cget

Comité d'Amis d'EMMAÜS SAUMUR

Notre association a été créée en 1988 sous le statut de **comités d'amis** donc composée essentiellement de bénévoles, mais sans compagnon la différenciant ainsi des communautés d'Emmaüs.
Suite à la commission de sécurité incendie communale, notre association a dû déménager de la rue Balzac vers **la rue Moise Ossant** en mai 2018.
Notre comité compte actuellement 9 salariés CDI, 15 contrats d'insertions et 102 bénévoles
Ses activités s'organisent autour du ramassage des dons, des enlèvements gratuits à domicile et réparations d'appareils électroménagers, de meubles, tri textile, tri vaisselle et recyclage des déchets (meubles et appareils électriques).
Ces produits remis en état sont mis à disposition des familles en difficultés, et le reste en vente dans notre boutique solidaire.
Nos recettes nous permettent de développer nos actes de solidarité dans le cadre de notre lutte contre la pauvreté et la précarité.
Notre modèle économique et solidaire est basé sur le bénévolat ; notre comité lance un appel aux volontaires pour renforcer notre équipe.

EMMAÜS
NE PAS SUBIR
TOUJOURS AGIR

EMMAÜS SAUMUR

30 ans

Elio VIVEIROS

EMMAÜS SAUMUR

Directeur du Comité d'Amis d'Emmaüs Saumur
62 rue Moise Ossant, 49400 Saumur
Ligne direct: 02 44 27 82 05 / 06 67 38 05 50

Salle de vente: lundi/mercredi de 14h-18h et le samedi de 10h-12h et de 14h-18h
Dépôt dons: lundi au samedi de 8h-12h et de 13h-18h

Réalisé par Tennch Tcha

RESTOS DU CŒUR DE SAUMUR

Les Jardins du Cœur recherchent un bénévole pour encadrer les jardiniers, afin d'assurer les plantations de légumes au printemps pour 2 à 3 matinées par semaine.

.....

« **Les Artistes du Coeur** », nouvelle activité des Restos du Cœur de Saumur.

Si vous avez envie de vous exprimer par le dessin, la peinture, la mosaïque, la sculpture, le bois etc…, nous vous attendons chaque Vendredi de 9h à 11h.

.....

Bientôt les vacances de Noël !
Nous reprogrammons une séance de cinéma au Palace, pour vos enfants.

LES « VOLONTAIRES DE LA TRANSITION ÉNERGÉTIQUE »

L'association Unis-Cité mobilise 2000 jeunes chaque année sur des missions d'intérêt général, autant utiles à la société qu'aux jeunes eux mêmes. Unis-Cité Saumur mobilise 4 jeunes en service civique sur la transition énergétique d'octobre 2018 à mai 2019.

Pendant **8 mois**, à raison de 2 jours/semaine, **4 volontaires** (Sabrina, Delphine, Stecy, Lola) en service civique seront mobilisés pour **sensibiliser les habitants et familles aux enjeux environnementaux** et à la maîtrise de leur consommation d'énergie. Le Saumurois est l'un des territoires d'expérimentation de ce grand programme.

Des **rendez-vous individuels** d'initiation aux éco-gestes et d'accompagnement à l'utilisation du compteur linky pour les familles qui le souhaitent. Cet accompagnement personnalisé se déroulera en porte-à-porte le mardi après-midi en **3 rendez-vous** :

- Bilan de la consommation énergétique avec relevé de compteur
- Présentation des éco-gestes afin de permettre aux familles de réaliser des économies d'énergies
- Relevé de la consommation (deux semaines plus tard) et bilan qui permettra de constater ou non une réelle différence.

Des **animations collectives, 1 à 2 fois par mois** sur différents territoires. Ces animations ont pour but de sensibiliser un plus grand nombre de personnes aux éco-gestes **sous forme de jeux** (jeux de société…) autour desquels nous apporterons aux habitants des petits gestes et des astuces à mettre en place au quotidien.

Pour nous contacter :
uc49.lenergieorange@gmail.com

AGIS AUTO : LA MOBILITÉ POUR TOUS

Le garage solidaire Agis Auto a pour mission de faciliter la mobilité en proposant des activités différentes :

Un atelier mécanique pour réparer votre véhicule au taux horaire en fonction de vos revenus

Location de scooters et de voitures pour se rendre à son lieu de travail (après validation d'un prescripteur)

Vente de véhicules d'occasion pour les personnes à faibles revenus

Pour toute information sur les services mobilités rendez-vous 388 rue Robert Amy 49400 Saumur 02.41.40.25.50 www.agisauto.fr

Pour postuler :

Si vous souhaitez postuler à Agis Auto, vous devez vous inscrire à une information collective auprès d'Aspire 270 rue du Clos Bonnet 02.41.67.74.00.
Il vous sera présenté l'ensemble des activités de la structure. La réunion pourra être suivie d'un entretien individuel.

Des missions pourront être proposées aux personnes répondant au profil des postes disponibles. Chaque salarié pourra bénéficier d'un temps d'accompagnement social et professionnel ainsi que de formations internes en adéquation avec les missions confiées ou bien le projet.

Tarifs prestations :
Réparation et entretien de votre véhicule : en fonction de vos revenus
Location cyclomoteur à partir de 3,60 € la journée
Location voiture : 8 € la journée

Crème au chocolat aux points blancs

Ingrédients pour 1 litre de lait :

60 g de farine

4 œufs

150 g de sucre

3 cuillères à soupe de chocolat en poudre.

Préparation :

1 - Dans un saladier, mélangez d'abord le sucre et les jaunes d'œufs, puis ajoutez la farine. Délayez avec du lait chaud pour obtenir une pâte liquide.

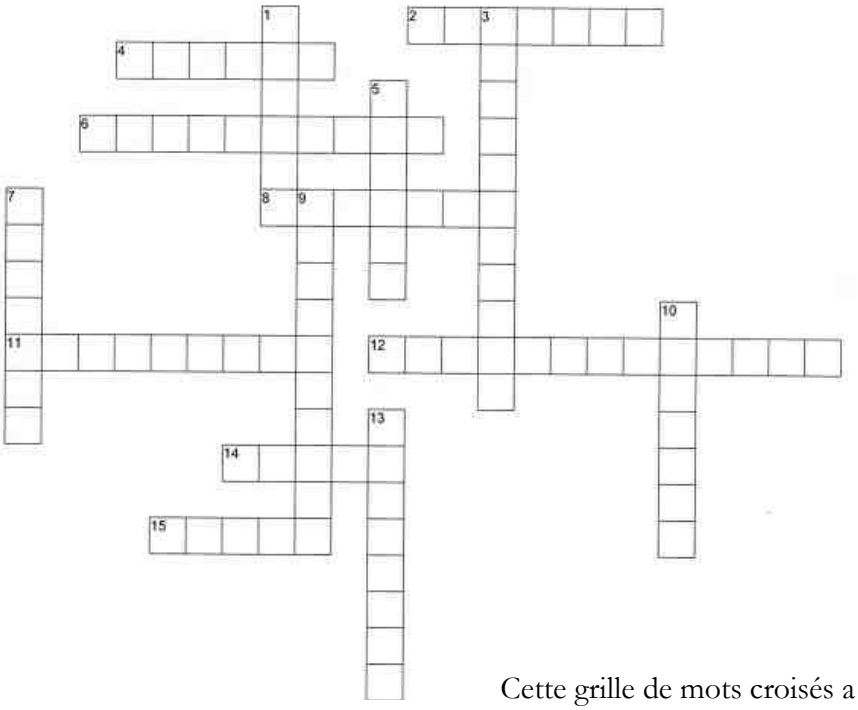
2 - Versez ce mélange dans le reste de lait chaud et portez à ébullition tout en remuant. Quand la crème est assez consistante, arrêtez la cuisson.

3 - Battez les blancs en neige et incorporez-les délicatement à la crème. Ajoutez ensuite du chocolat en poudre.

4 - Laissez refroidir en tournant de temps en temps, puis versez dans un saladier ou dans des ramequins.

L'Astuce d'Aurélie : Vous pouvez remplacer le chocolat en poudre par du café en poudre ou de la chicoré liquide.

Sport et dérivés



Vertical

1. Monter dessus est signe de victoire.
3. Porté avant et après l'effort.
5. Les joueurs et les arbitres doivent les respecter.
7. Bâtiment fermé multisports.
9. Dans une de ses disciplines, le témoin est précieu
10. Droit au but (verbe).
13. En sport, elle n'est pas en chocolat.

Horizontal

2. Tiens compte des règles et des autres.
4. Sphère avec laquelle on joue.
6. Partenaire de jeu.
8. Les supporters le porte avec fierté.
11. Indispensable en cas de désaccord.
12. Mauvaise odeur de vestiaire.
14. Envoi et/ou reception par un joueur .
15. Il peut rester nul ou augmenter au fil du temps.

Horizontal	Vertical
2. Respect	1. Podium
4. Ballon	3. Survêtement
6. Coéquipier	5. Règles
8. Maillot	7. Gymnase
11. Arbitrage	9. Athlétisme
12. Transpiration	10. Marquer
14. Passe	13. Médaille
15. Score	

Cette grille de mots croisés a été réalisée par les jeunes bénéficiaires de l'accompagnement à la scolarité de l'association SCOOPE. Merci à Celia, Dylan, Lali, Léa, Malicia, Yoan et Younes.

Merci également aux bénévoles qui les accompagnent tous les mardis et jeudis de 17h00 à 18h30.

Préparation du journal Avril - Juin 2019
Les prochains comités de rédaction du journal des quartiers

- **Mercredi 23 janvier**
- **Mercredi 6 février**
- **Mercredi 20 février**
- **Mercredi 6 mars**

} **à 10h00 à l'Espace Jacques PERCEREAU**