



Octobre 2022

Les évènements d'octobre

- du 3 au 9 : **Semaine Bleue**
- 04/10 et 22/10 : **séances d'eutonie à la Valette**
- 07/10 : **réunion du Café des Familles**
- 11/10 : **Ça s'passe chez moi... chez Cookie**
- 27/10 : **T.I.P. : Présentation de Ğ1, la monnaie libre**



En octobre dans la vallée

La Semaine Bleue



Du 3 au 9 octobre 2022, la **Semaine Bleue** (<https://semaine-bleue.org/>) arrive dans la vallée avec plein d'activités pour les séniors !

Au programme :

- **Lundi 3/10** : atelier numérique au sujet des arnaques sur Internet, à la bibliothèque de Burzet de 14h à 16h.
- **Mardi 4/10** : activité Eutonie avec Noëlle à la salle multi-activités de la Valette à 15h.
- **Mercredi 5/10** : excursion à Vogüé-village : balade, pique-nique et visite de l'exposition au château (10h-16h) - 3€ la journée / 8 places.
- **Vendredi 7/10** : atelier artistique au parc de Burzet avec le Camping'art (places limitées !) / Loto à l'EHPAD de 14h30 à 16h.
- **Dimanche 9/10** : Projection "La petite bande" au cinéma de Thueyts à 16h. Goûter offert dès 15h30. Un film à voir en famille (à partir de 10 ans) !

Pour participer, inscriptions obligatoires au 04.75.94.43.99 / leagisselmann@maisondevallee.fr

Les places sont limitées en fonction des ateliers ou sorties !

Les séances d'eutonie à la Valette

Deux séances d'**eutonie** vous sont proposées par Noëlle en octobre à la salle multi-activités de la Valette :

- mardi 4/10 à 15h
- samedi 22/10 à 15h

Adresse : 1572 route de la Valette, 07450 BURZET – terrasse du haut par les escaliers à droite du garage.
Contact : Noëlle - 06.32.83.84.48

Apporter des vêtements souples, un drap de bain ou plaid et un coussin pour la tête.

De préférence, opter pour le covoiturage. Rendez-vous à 14h45 à la Place du Temple à Burzet



Présentation de l'eutonie :

L'eutonie est une pratique basée sur la conscience corporelle qui permet d'aller vers un mieux-être par une libération des tensions musculaires qui résultent, la plupart du temps, de stress physiques ou psychiques.

L'eutonie permet d'être à l'écoute et de percevoir les sensations corporelles, de créer des états de détente et d'équilibre tonique, de trouver une manière de se mouvoir dans la vie en relation avec l'environnement.

La pratique de l'eutonie s'adresse à toutes et à tous quel que soit son âge et sa condition physique, et permet de :

- découvrir et connaître son corps,
- prendre conscience de ses tensions corporelles et expérimenter les moyens de les atténuer,
- développer sa sensibilité et affiner ses perceptions,
- trouver une unité corporelle,
- faciliter sa relation à l'autre et à l'environnement,
- aller vers une économie de l'effort par l'approche du geste juste, adapté aux circonstances,
- mieux se prendre en charge dans les différents actes de la vie.

Ca s'passe chez moi...chez Cookie



Mardi 11 octobre 2022, Cookie vous accueillera à partir de 19h au "Tunnel des Pas-Sages", une éco-construction dans un tunnel agricole en cours d'aménagement.

Comment ça marche ?

Il s'agit d'un temps de rencontres conviviales pour apprendre à se connaître. Chacun apporte un plat et éventuellement une boisson d'accompagnement.

Comment s'y rendre ?

À Saint-Pierre-de-Colombier, Route d'Hauteyzac, sous le hameau de Pruneyrolles.

Covoiturage

2 RDV sont fixés :

- 18h45 place du marché à St-Pierre de Colombier
- 18h45 place du Temple à Burzet

Renseignements

Cookie, au 06.87.33.74.10

Cookie vous présentera ses projets et ceux de l'association Ve a Pamda nouvellement créée dans la vallée, qui a pour objet :

1. L'expérimentation, le développement d'activités et la transmission de savoirs dans les domaines suivant :

- l'agriculture vivrière et paysanne,
- l'accompagnement et développement humain,
- la construction écologique et durable,
- la culture et l'expression artistique

2. La mise en commun des ressources matérielles et humaines

Pour ce faire, l'association Ve a Pamda pourra organiser tout événement permettant la réalisation de son objet.

Elle utilisera prioritairement les ressources disponibles dans son réseau et au niveau local.

Elle se veut une association d'éducation populaire. Elle veillera à ce que ses activités soient accessibles à touTEs sans distinction, dans un esprit d'échanges, de collaboration et de progrès.

Temps d'Initiative Populaire : Ğ1, la monnaie libre

Dans le cadre des Temps d'Initiative Populaire, Philippe Lods et Gaëlle Berge vous proposent un **conférence sur la monnaie libre** ce jeudi 27 octobre 2022 à 18h30 à la salle des fêtes de Burzet (*lieu sous réserves*).

Un modèle économique plus juste et durable est possible. Une monnaie libre place l'homme au cœur de l'économie et prend en compte les générations futures.

La **Ğ1 (la "June")** est la première monnaie libre. Conçue sur une blockchain écologique, c'est une expérience citoyenne, solidaire... Bien que légale, elle peut-être subversive !



Formez-vous à distance aux P'tits Bureaux !



Des cours en ligne pour découvrir, apprendre, progresser et réussir

Aujourd'hui, il existe des **cours et formations à distance**, en ligne, ouverts à toutes et tous, qui permettent de se former tout au long de l'année. C'est une alternative intéressante dans nos villages où l'offre de formation est bien moins étoffée qu'en ville.

Cependant, il est parfois difficile, en étant seul chez soi devant un ordinateur, de se motiver à être assidu

et à suivre la formation jusqu'au bout.

Il arrive également que la connexion à Internet à domicile soit difficile. Ou même que les compétences numériques des personnes soient un frein à l'utilisation de ces plateformes de formation.

Les P'tits Bureaux, des espaces dédiés, aménagés, équipés et connectés avec un espace de convivialité

Les P'tits bureaux, c'est un espace de formation et de travail partagé situé à Chirols, propice au calme, et à la concentration, équipé d'un coin cuisine qui permet les échanges et la rencontre avec les autres utilisateurs, en toute convivialité

Les P'tits bureaux disposent d'un équipement informatique adapté à des formations à distance (ordinateurs, casques pour visio-conférences, connexion à Internet, espace reprographie, etc.). Maxime Gauthey, Conseiller Numérique de la Maison de Vallée peut vous accompagner dans la prise en main des outils numériques nécessaires (matériel, logiciels, etc.).



L'idée des P'tits Bureaux, c'est de rendre plus collectif ces formations en se retrouvant entre usagers à des périodes régulières. Cette proposition permet l'auto-émulation du groupe, de réagir et d'échanger sur les apprentissages, cela pourrait limiter les freins à la formation professionnelles et permettre l'accès à la formation à un plus grand nombre en brisant les difficultés à l'accès au numérique.

Si vous avez des envies de formation, retrouvez-nous aux P'tits Bureaux.

Maxime Gauthey, Conseiller Numérique vous accueillera chaque mercredi de 14h à 17h pour trouver avec vous la meilleure formule possible, adaptée à vos besoins et vos contraintes.

**Et si vous n'êtes pas disponibles le mercredi,
n'hésitez pas à prendre rendez-vous au 06.84.28.46.18
pour trouver un créneau qui vous conviendra mieux.**

Retour sur les événements de septembre

Retour sur le forum des associations

La Maison de Vallée était présente pour le premier **forum intercommunal des associations** qui a eu lieu le samedi 10 septembre au gymnase de Montpezat-sous-Bauzon. Et du monde, il y en a eu !

Que pouvons-nous retenir de cette journée : Fred et son stand rucher école riche en couleurs, Isabelle et les profs de musique pour une présentation de l'école de musique, un espace de jeux pour les enfants pour le café des familles, un stand "conseiller numérique" pour faire connaître les ateliers numériques, et des salariés et bénévoles motivés pour présenter les activités de la Maison de Vallée.



La journée a permis d'ouvrir son regard et de découvrir plus de 60 associations du territoire !

Retour sur la rentrée de l'école de musique

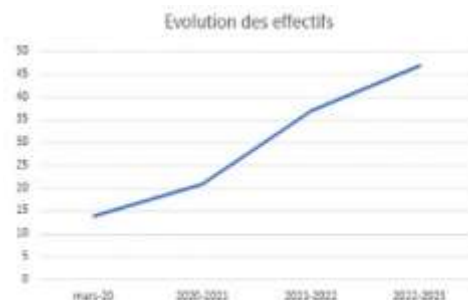


La rentrée des classes 2022 est très prometteuse pour cette nouvelle année scolaire à l'école de musique. La



Cette nouvelle année scolaire à l'école de musique, la journée portes ouvertes à Burzet et le forum des associations à Montpezat ont permis à une multitude de nouveaux élèves de venir nous rencontrer.

Pour sa 3^{ème} année complète, l'**école de musique** approche les 50 inscriptions (contre 37 l'année dernière), et un ensemble d'adultes se forme !



Ci-dessous, le tableau des horaires des cours de Formation Musicale pour cette année :

Classe d'éveil (5-6 ans)	FM1*	FM2	FM3
LUNDI	JEUDI	JEUDI	LUNDI
17h30 - 18h00	18h00 - 18h45	17h15 - 18h00	19h00 - 19h45

Légende : FM1 : Formation musicale 1^{ère} année, FM2 : 2^{ème} année, etc.

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à contactez Isabelle au 06.81.34.45.17 ou au 09.77.06.02.66.

Les ateliers numériques de l'automne

Les **ateliers numériques**, c'est reparti pour cet automne !

Durant ce mois de septembre, les premières séances d'accompagnement numérique en collectif ont (re)démarré dans plusieurs communes de la vallée et des environs.

Des ateliers pour lesquels les habitants sont venus nombreux pour rencontrer le conseiller numérique de la Maison de Vallée afin de mieux utiliser leur équipement (PC, smartphone, tablette).



Voici le calendrier prévu pour cet automne :

- à **Burzet** : tous les jeudis (14h-16h) à la bibliothèque. Atelier supplémentaire pour les utilisateurs débutants, sur demande le lundi après-midi à partir du 10 octobre.
- à **Meyras** : le vendredi des semaines paires (14h-16h) à la salle Maurice Nicolas.
- à **Sagnes-et-Goudoulet** : le vendredi des semaines impaires (10h-12h), à la salle des fêtes.
- à **Sainte-Eulalie** : le vendredi des semaines impaires (14h-16h), à l'espace de co-working La Source (<http://www.lasource-coworking.com/>).
- à **Chirols** : *calendrier en construction*.

Consultez l'agenda (<https://vu.fr/mdv.agenda>) pour connaître les dates et lieux des prochains ateliers numériques (en couleur bleue).

Si vous souhaitez participer aux ateliers numériques, en collectif ou de manière individuelle, prenez contact avec Maxime, par mail à maximegauthey@maisondevallee.fr ou par téléphone au 06.84.28.46.18.

Retour sur la rentrée du café des familles



Le **Café des Familles** a fait sa réunion de rentrée le 19 septembre dernier, et c'était bien ! Nous avons accueilli de nouvelles familles, nous continuons de faire grandir le projet, les parents de la vallée ont de belles idées et sont motivés !

Si vous voulez rejoindre ce projet, nous vous donnons rendez-vous à une deuxième réunion le **vendredi 7 octobre** de 10h à 12h au Café des Familles (10 Rue de l'Église, à Burzet).



Un **atelier de soutien à la parentalité** vous est proposé à l'espace des P'tits Bureaux en visio le lundi 17 octobre à 20h : "Être parent, ça fatigue !".

Retour sur le "Ça s'passe chez moi" à la Valette

Le 20 septembre dernier, Noëlle nous a invité-e-s à la découverte du futur **lieu multi-activités** à la Valette, pour échanger avec les habitants sur les possibilités d'utilisation.

Nous y avons découvert un magnifique lieu. Les deux salles que nous a présentées Noëlle pour les futures activités sont spacieuses, lumineuses et, cerise sur le gâteau, donnent sur une belle vue.

Chacun a apporté plat et boisson que nous avons partagés pour le plus grand plaisir de nos papilles.

Les échanges furent des plus diversifiés, car initiés par des convives variés : natives de Burzet, habitants de Montpezat et de Burzet de plus ou moins longue date.

D'aucuns retraités ont partagé leurs savoirs, d'autres ont évoqué leurs projets, leurs passions.

Ce fut donc un très beau moment dans cet espace et nous souhaitons à Noëlle que ce "Ça s'passe chez moi" soit le début d'une belle aventure de multi-activités.



Autres événements de la vallée... et ailleurs

Les autres événements de la vallée (et ailleurs) en octobre

- **Reprise de la chorale de Burzet le jeudi 6 octobre à 20h.**
- Dans le cadre du Festival "**Les jours de la Dame**", un concert vous est proposé à la salle des fêtes de Saint-Pierre-de-Colombier le vendredi 28 octobre à 20h30. "Tout fout l'camp!", ce sont des chansons qui mordent en souriant, un accordéon et une voix pour un joli voyage pleins d'émotions. Tarif: 8€ ou 10€.
- Lindy hop et claquettes :
Un **stage de claquettes** aura lieu le vendredi 7 octobre de 17h30 à 19h30 et le samedi 8 octobre de 14h30 à 16h30.
Un **stage de Lindy Hop** aura lieu le 7 octobre de 20h à 22h et le 8 octobre de 17h à 19h.
Ça se passe au moulinage de Chirols. Un petit bal clôturera cette journée ! Tarifs : entre 15 et 20€ pour 2h. La salle est à prix libre, afin de soutenir Le moulinage de Chirols ! Questions et inscriptions : Charlie au 06.60.68.89.57.
- **Troc de plantes et de graines** entre particuliers, le samedi 22 octobre de 10h à 13h à la bibliothèque de Burzet.
- Oyé ! Oyé ! Les 22 et 23 octobre prochains, après 2 années d'abstinence, le **Festival de la BD d'Humour** revient à Burzet avec un programme haut en couleurs. Expo d'auteurs et de talents en herbe, dédicaces, repas cévenol.
- Après le succès de la 24ème édition, le **Rallye de l'Ardèche** sera concentré autour de Burzet - Lachamp-Raphaël - Sagnes-et-Goudoulet - Col de Moucheyre, avec un parc fermé à Vals-les-Bains et une assistance à Lalevade-d'Ardèche. Dates à retenir : Les 22 et 23 octobre prochains.
- La radio **FRÉQUENCE 7** (<https://www.frequence7.net/>) est en difficulté financière. ENSEMBLE nous pouvons faire face et nous mobiliser. Soutenez Fréquence 7. L'adhésion à Fréquence 7 est un soutien moral précieux pour cette radio originale, locale et indépendante.
Adhésions et dons : <https://www.frequence7.net/adhesion.php>

