

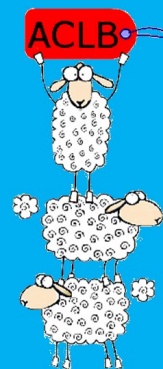
LA BERGE

N°83

MARS 2017



ASSOCIATION CULTURE
LOISIRS DE LA BERGERIE



Le journal du quartier de la bergerie !! Distribué artisanalement dans vos boîtes à lettres- Merci de ne pas jeter sur la voie publique !



EDITO

Les activités Gymnastique et Qigong ont retrouvé leur salle. La randonnée et le rock apportent beaucoup de plaisir à ses participants. Le club nature avec LA CICADELLE remporte un vif succès ; 22 enfants ravis.

Pour le journal La Berge nous sommes motivés pour une parution plus régulière avec une équipe de rédaction enthousiaste. Ceux qui veulent nous rejoindre sont les bienvenus.

Venez nombreux participer aux moments à partager que propose notre association.



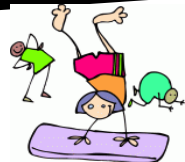
N'hésitez pas à communiquer avec l'ACLB soit sur son site aclb.net, soit par email : lola.aclb@gmail.com

Toutes vos idées, questions, commentaires (avenir du quartier et de ses environs, proposition d'activité ou d'atelier, ...) nous aident à faire vivre notre quartier.

L'équipe ACLB - Brigitte, Lola, Nathalie, Emmanuelle, Virginie, Manoubia, Marco, Gilles, Sébastien, Cyril, Matthieu & Christophe

LES TEMPS FORT DE 2016-2017

GYM



Les cours de gymnastique d'entretien c'est tous les Mardis et Jeudis de 19h00 à 20h00 dans la Salle Polyvalente de l'école RG Cadou. Ils sont animés par Sylvia le Mardi, et Patricia le Jeudi. Très bonne ambiance en musique



QIGONG



Des impressions de novice en première année de « Qi gong » (prononcer tchi kong) à la salle polyvalente de la Bergerie, avec Charlotte notre patiente professeur.

Dans cette activité de l'ACLB, je suis venu secourir Joseph, jusque là seul représentant masculin parmi une bande de filles déjà bien rodées...

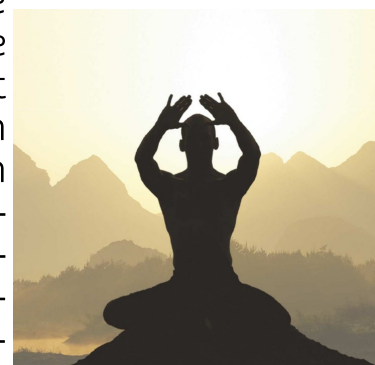


Mais j'y suis aussi pour compenser les rigidités induites par d'autres activités sportives plus traumatisantes pour mes chères articulations. Au début, on a l'impression de brasser du vent. En fait c'est bien vrai, car chaque gestuelle est calquée sur les éléments fondamentaux de la vie (terre, ciel, eau, feu, soleil et le vent ...)

Mais l'impression de ne pas se dépenser (de ne pas en baver un peu !) est en fait contrebalancée en

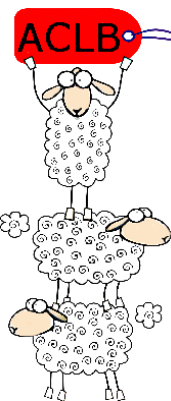
sortie de séance d'une heure et demie, par une sensation de plus de liberté et de souplesse au niveau des articulations. Bref on parvient à atténuer quelques rigidités acquises inconsciemment dans nos modes de vie plutôt sédentaires. Cerise sur le gâteau, un zest de relaxation et voilà nos neurones remis à neuf pour affronter la dure réalité des chemins sombres de la Bergerie en cette période hivernale !

Il y a encore plein de choses à découvrir. J'attends impatiemment la prochaine séance...



Denis

LA CICADELLE ! COMPLET !



Le club nature ! À la Bergerie ! Ça roule !



Comme évoqué dans le dernier numéro de la Berge', le partenariat avec l'association La Cicadelle a pour but de faire découvrir la nature et d'éduquer à l'environnement tous les publics et en particulier les enfants. L'activité a été financée par l'ACLB et aussi par le Csc du Sillon & la CAF à part égale. Et les 22 enfants y participants sont ravis !!

Avant les vacances de Février, nos 2 reporters en « Herbe » Eden & Nolan ont participé à cette activité Nichoir (qu'on retrouve dans les arbres, non-loin du local des associations, vers le terrain de basket) Marteaux, Planchettes de bois, Clous & Hop nous voilà en train de bricoler un abris pour les oiseaux de la Berge ! Merci à eux pour les sympathiques photos de cet article !



Déjà 8 animations depuis le mois d'octobre, reste encore 8, la prochaine sera le 15 mars, (les petites bêtes de la mare) 29 mars (les jouets du ord de l'eau), 12 avril, (les arbres et les fleurs au printemps) 3 mai (les couleurs de la nature), 17 mai (les hirondelles et les oiseaux migrants) , 7 Juin, (les libellules) 21 Juin (aprem Trappeur) & le Vendredi 23 Juin (21h à 22h30 Nocture, la Nature au crépuscule)



BIBLIOTHEQUE

Des nouvelles de la nouvelle bibliothèque

DU NOUVEAU!

- La Bibliothèque a fait peau neuve pour cette rentrée 2017. Oui mais voilà, le nouveau mobilier n'était pas encore commandé ! C'est maintenant chose faite. Après ces vacances de février, la bibliothèque va être entièrement réaménagée.



Nous n'avons pas encore de photos, mais mieux que ces dernières, nous vous invitons à venir découvrir ce nouvel aménagement lors des permanences du vendredi à partir de 16H00.

- De nouveaux ouvrages vous sont proposés et sont exposés momentanément dans les bacs « nouveautés »



LES ATELIERS

- Les ateliers réservés aux assistantes maternelles du quartier de la Bergerie, vous sont toujours proposés les vendredis matin entre 9H30 et 11H30.
- Un atelier carterie vous a été proposé avant Noël, ce fut un succès!



LES PERMANENCES

- Vous pouvez toujours vous manifester par email :

bibliothequelabergerie@gmail.com

si vous souhaitez être **bénévole** à la bibliothèque pour tenir une permanence le vendredi soir de 16H00 à 18H00. Condition requise: avoir entre 18 et 85 ans !

Nous avons toujours besoin de vous !

Nous vous rappelons que la bibliothèque est ouverte à tous les enfants du quartier de la Bergerie (qu'ils soient scolarisés ou non à l'école René Guy Cadou, ainsi qu'aux enfants de l'école n'habitant pas le quartier.

Emmanuelle

PIQUE-NIQUE 2016

Des barbecues ont eu lieu dans notre quartier de « La Bergerie » sur 3 mardis soir (05, 12 et 19 Juillet 2016), tous les habitants du quartier (jeunes, anciens, nouveaux) étaient conviés pour échanger, se connaître et partager un moment de convivialité. Ils avaient lieu entre le local des jeunes et le local de l'association « ACLB » près du terrain de basket-ball. L'association offrait l'apéritif tous les soirs pour trinquer autour d'un verre de l'amitié et chaque habitant apportait son repas mais dans la soirée, les plats circulaient de table en table et aussi la boisson.



L'association offrait l'apéritif tous les soirs pour trinquer autour d'un verre de l'amitié et chaque habitant apportait son repas mais dans la soirée, les plats circulaient de table en table et aussi la boisson.

Le premier mardi, nous avons eu la présence de l'association « La Cicadelle » avec son bus qui a pour but de faire découvrir la nature et d'éduquer particulier



l'environnement à tous les publics et en les enfants. Le bus leur permet d'être au plus proche du public et dans les quartiers. Tous les enfants avaient pris domicile dans le bus et n'en bougeaient plus de la soirée jusqu'au départ du bus. Sur les 3 soirs, un groupe de musique (Samuel, Nathan ou Fred) était présents pour animer une partie de la soirée. Leur registre était de la variété française et quelque fois revisitée accompagné d'instruments de musique originaux ; par exemple un tonneau sur roue avec un siège pour le batteur ou le guitariste, une enceinte et pour le pousseur da barrique des instruments à vent.

Chaque soir, les anciens jeunes du quartier (entre une dizaine et une vingtaine) se sont réunis et se sont mélangés avec les autres habitants du quartier. Tout le monde a profité du barbecue prêté par l'ACLB et fait cuire sa viande mais aussi celle des autres.

Quelques parties de pétanque et de palets ont lieu chaque soir pour continuer sur des moments d'échange entre les différentes générations du quartier. Les enfants ont pu profiter des espaces verts, du terrain de basket-ball et jouer dans la salle associative à des jeux de société ludiques-Educatifs empruntés à la Ludothèque de Saint Herblain par l'ACLB. Au plaisir de voir d'autres voisins du quartier venir à ces événements chaleureux car nous avons passé de très bon moments.



Matthieu



MARCHONS, MARCHONS...

Habitants et voisins de la bergerie, depuis de nombreuses années, les sentiers s'offrent à vos randonnées et à vos balades.

Venez rejoindre notre petit groupe. Vous y trouverez la convivialité, les rencontres, etc ... et aussi la découverte des saisons, des paysages et même des petits coins cachés tout près de chez vous.

Lors de la première rando du 25 septembre autour de la Bergerie nous avons pu admirer ce joli site (photo à droite)

LE GAVRE

La rando d'une journée en forêt du GAVRE en novembre :

Celle du 5 février, une matinée également sur Saint herblain :

Il reste 3 randos pour cette saison :

- ◆ le 26 mars une rando surprise, avec pique-nique (petite 7 à 8 Kms),
- ◆ le 23 avril à Maisdon sur Sèvre Pont Caffino,
- ◆ le 11 juin à Tharon 10 à 12 Kms avec pique-nique et baignade pour les courageux,
- ◆ et notre week-end qui se déroulera les 21 et 22 mai entre Terre et Mer à la Trinité et Carnac

SAINT-HERBLAIN

A très bientôt sur les sentiers pour vous émerveiller de la nature ou pour papoter.

Gilles PICHARD

LOCAL DES JEUNES OU LJ'



C'était une demande forte !! Vœux exhaussés ! Certain(e)s du quartier vont partir sur Paris !

Si vous avez un projet des idées et que vous avez entre 10 & 17 ans !

Passez une tête au local des jeunes (à côté du terrain de basket, local vert)

Vous y retrouverez Marine ! Entre 16h30 & 18h30 tous les mardis



ACCUEILLONS LE PRINTEMPS !



Aux Hirondelles

De l'aile effleurant mon visage,
Volez, doux oiseaux de passage,
Volez sans peur tout près de
moi !
Avec amour je vous salue ;
Descendez du haut de la nue,
Volez, et n'ayez nul effroi !

Des mois d'or aux heures lé-
gères,
Venez, rapides messagères,
Venez, mes sœurs, je vous at-
tends !
Comme vous je hais la froidure,
Comme vous j'aime la verdure,
Comme vous j'aime le prin-
temps !

Vous qui des pays de l'aurore
Nous arrivez tièdes encore,
Dites, les froids vont donc finir

Ah ! contez-nous de jeunes choses,
Parlez-nous de nids et de roses,
Parlez-nous d'un doux avenir !

Parlez-moi de soleil et d'ondes,
D'épis flottants, de plaines blondes,
De jours dorés, d'horizons verts ;
De la terre enfin réveillée,
Qui se mourait froide et mouillée
Sous le dais brumeux des hivers.

L'hiver, c'est le deuil de la terre !
Les arbres n'ont plus leur mystères

Oiseaux et bardes sont sans toits ;
Une bise à l'aile glacée
A nos fronts tarit la pensée,
Tarit la sève au front des bois.

Le ciel est gris, l'eau sans mur-
mure,
Et tout se meurt ; sur la nature
S'étend le linceul des frimas.
Heureux, alors, sur d'autres plages,
Ceux qui vont chercher les feuil-
lages

Et les beaux jours des beaux cli-
mats !

O très heureuses hirondelles !
Si comme vous j'avais des ailes,
J'irais me baigner d'air vermeil ;
Et, loin de moi laissant les ombres,
Je fuirais toujours les cieux
sombres
Pour toujours suivre le soleil !

Tel un hymne au printemps, ce
poème nous transporte des brumes
de l'hiver et ses «cieux sombres»
aux «épis flottants» et plaines fleu-
ries.

Auguste Lacaussade (1815/1897)
poète français l'a écrit en 1840 à
Saint-Nazaire et l'a publié dans le
recueil *Poèmes et paysages* qui lui
a valu le *Prix Bordin*.



GERMES D'IDEES

Dans la perspective de l'ouverture
Herblain, je recherche d'une part
de petit électroménager et d'autre
cueillir et guider les propriétaires
Pour plus d'informations sur cette formule anti gaspi, allez sur le wèbe et
tapez "repair café" dans votre navigateur préféré.

Si l'expérience vous tente, contactez-moi au 06 82 09 74 24.

Denis



d'un "Repair Café" à Saint
des bénévoles en réparation
part des bénévoles pour ac-
des appareils défectueux.



APREM JEUX !

DIMANCHE 12 MARS

Après la semaine des jeux « Festival la ville se met en jeux » à Saint-Herblain...



L'APRES-MIDI JEUX DE LA BERGERIE

Le Dimanche 12 Mars 2017

(Dans et autour de la Salle Associative et le Local Jeunes, situés juste à côté de la crèche.)

Jeux de société pour toute la famille, Jeux de cartes
Ping-pong, Billard, Jeux de fléchettes, Jeux de palets, Jeux de boules...

Vous pouvez apporter vos jeux !

L'ACLB proposera un goûter (boissons chaudes, boissons fraîches, gâteaux).
Vous pouvez aussi venir faire partager vos recettes gourmandes !



LA MALINA - COURSE SOLIDAIRE

SAMEDI 13 MAI

Répondre pour le Mercredi 10 Mai



Venez participer à la course Solidaire de la Bergerie au profit d'une association humanitaire : **La MALINA.**



Afin que ce moment soit joyeux et convivial, nous vous proposons de courir déguisé (si vous le souhaitez !) et de prolonger ce bon moment par un barbecue géant.

Emmenez vos pique-niques et autres grillades, nous nous occupons de l'apéritif et de la collation du matin !

Nous vous y attendons nombreux .



Afin de parfaire notre organisation, nous vous demandons de vous inscrire au préalable en envoyant un email à Cyril :

Course-solidaire@aclb.net

En précisant le nombre de coureurs, ainsi que l'âge de chacun, et le nombre de personne restant le midi.
Merci d'avance de votre participation.

Course Solidaire

La Malina

SAMEDI 13 mai 2017
de 10H à 12H

Venez prendre un bol d'air en famille lors de la course solidaire organisée par l'ACLB au profit d'une association humanitaire :

Le parcours se fera dans le quartier de La Bergerie, sur une distance de moins d'1 km et limité à 10 tours.

La participation financière est libre : l'intégralité des sommes récoltées sera entièrement reversée à l'association.

Afin que cette course soit festive, nous vous proposons d'y participer DÉGUISÉ et de prolonger ce bon moment en mettant à votre disposition un grand BARBECUE, venez avec vos grillades !

Inscription par e-mail obligatoire sur : cchaboury@gmail.com avant le mercredi 10 mai de parfaire notre organisation et de prévoir le ravitaillement : café, thé, jus de fruits le matin, et l'apéro pour ceux qui restent pour le barbecue!

REPAS JAMBALAYA ET SOIRÉE DANSANTE

VENDREDI 7 AVRIL

**INSCRIPTION
AVANT le
21 Mars !!**

organisé par l'école René Guy Cadou.

Le Vendredi 7 Avril 2017, dans la salle associative du Vigneau, aura lieu le traditionnel repas convivial, cette année, autour d'un surprenant Jambalaya : Le plat Cajun ! Une des plus fameuses spécialités culinaires de la Louisiane préparé par :



Vous êtes TOUS les bienvenus!

Les bénéfices de cette soirée serviront à financer les projets de l'école René Guy Cadou. Nous comptons sur vous, vos amis et familles pour venir partager avec nous ce repas. N'oubliez pas vos assiettes (rigides), couverts et verres ! Vous pouvez vous inscrire avec un chèque joint, en remplissant le bulletin ci-dessous et en le déposant dans la boîte aux lettres de l'école René Guy Cadou, rue du bois de LAGLAND.

Nom : _____
 Prénom : _____
 Tel: _____
 Nombre de Repas adulte à 14€ : _____ soit _____ €
 Nombre de Repas enfant de moins de 15 ans à 9€ : _____
 soit _____ €
 Montant Total : _____ €
 À rendre avant le 21 mars 2017
 Chèque (à l'ordre de : Ecole René Guy Cadou), à remettre lors de la remise de ce coupon à l'école René Guy Cadou, rue du Bois de Lagland, Saint Herblain.
 Places limitées, vos amis et familles sont les bienvenus.
 Réservation effective dès réception du chèque et non remboursable.

.Ne pas jeter sur la voie publique

PLANNING 2017 !

A découper !

<p>Le dimanche 12 Mars !!</p> <p>Terminé !</p> <p>Jeux!</p> <p>L'ACLB, organise un aprem autour des jeux Local des asso' près du terrain de basket</p>	<p>Le vendredi 7 Avril !!</p> <p>Soirée avec l'école !</p> <p>autour d'un repas</p> <p>Précisez ici votre adresse et les moyens d'accès.</p>	<p>Le samedi 13 Mai !!</p> <p>La Malina !</p> <p>Course solidaire avec L'ACLB Dans votre quartier ! De 10h à 12h</p>
<p>Le samedi 1er Juillet !!</p> <p>Fête du Quartier!</p> <p>L'ACLB organise un après-midi festif ainsi qu'une soirée ! Précision à venir dans le prochain journal !</p>	<p>Cet été 2017 !!</p> <p>Ça continu !</p> <p>Précision à venir dans le prochain journal !</p>	<p>Le dimanche 17 Sept !</p> <p>Pique-Nique Géant!</p> <p>Venez griller vos brochettes ou autres ! Vers le terrain de basket</p>

LAEP(*)



Dans le dernier numéro de la berge, nous vous parlions de notre volonté de créer un Lieu d'Accueil Enfants-Parents dans notre quartier. Ce lieu de rencontre anonyme et gratuit aura pour but d'accompagner celles et ceux qui, responsables d'un enfant, voudront bien partager quelques moments avec les écoutants. Concrètement, il y aura du jeu, de la joie, du partage....et peut-être quelques émotions.



Nous vous invitons à regarder ce lien qui présente un LAEP de Vendée en Flashant ce QR Code(*) :



Notre projet avance grâce à l'aide de la CAF et du CSC du sillon. Nous rencontrerons bientôt les responsables de ce secteur à la mairie de Saint-Herblain.

Nous sommes motivés pour ouvrir ce lieu d'accueil en 2017 mais il reste encore beaucoup de travail à faire. Ceux qui aimeraient s'investir dans ce projet, nous apporter leur expérience ou faire partie des écoutants sont les bienvenus. Il suffit juste de nous contacter et nous vous répondrons au plus vite.

À bientôt donc pour parler autour d'un café, jouer avec nos petits et accepter chacun comme il vient

Pour tous renseignements, vous pouvez contacter : lola.aclb@gmail.com

Nathalie

QR Code : pictogramme que vous pouvez flasher avec un smartphone (chercher QR Code)

N'OUBLIEZ PAS !

L'association, est visible sur sa page Facebook, son site internet, mais aussi sur Twitter & Instagram !



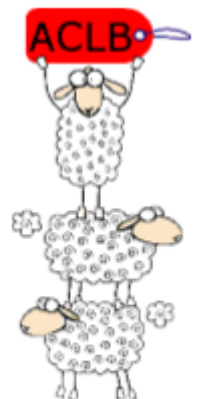
<https://www.facebook.com/ACLB.44800>



https://twitter.com/@_ACLB



https://www.instagram.com/_ACLB/



*Nous avons toujours besoin de bénévoles !
n'hésitez pas à nous contacter
@ : lola.aclb@gmail.com*

