



ALIMENTATION

Démo et échanges culinaires

Depuis plus d'un an, des parents, des élus et le Centre Social... échangent sur le thème de l'alimentation : plaisir de cuisiner, diversifier et veiller à la qualité des aliments, prendre le temps de manger...

Des idées émergent : atelier cuisine parent-enfant, spectacle pour enfants sur le sujet, échanges de bonnes adresses pour acheter ses produits...

Le **Samedi 22 février 2020** de 17 h à 19 h, Bruno COUDERC, formateur et auteur angevin, cuisinera et échangera avec les familles autour de la cuisine simple et bonne.

RDV dans le Hall de la Salle Charlie Chaplin - Espace aux 3 jardins - 2 passage Pierre Réthoré à Bourgneuf en Mauges - sur inscription (places limitées) - espace enfants.

> **Pour toutes informations, contactez :**
Anne LEBLIN, animatrice au 02 41 31 75 45



NOUVEAU

Bien être et conciliation des temps

Lors du diagnostic, des parents ont évoqué le besoin de prendre du temps pour eux et se pose la question de concilier les temps : temps personnel, temps familial, temps professionnel...

Des séances de découvertes de relaxation sont proposées pour :

- Apprendre de nouvelles méthodes pour se détendre,
- Échanger entre parents pour prendre du temps pour soi.

Premières dates « relaxation guidée et auto massage » par Dolorès TRAINÉAU :

le **Vendredi 27 Mars** en soirée à Botz-en-Mauges (salle 25 rue de la Croix Baron) et le **Samedi 11 avril 2020** en matinée à Saint-Laurent-de-la-Plaine (Hall du théâtre / place de l'église).

Durée 2h - sur inscription (places limitées)

> **Pour toutes informations, contactez :**
Magali DENIAUD, animatrice au 02 41 31 75 45

La Charte AVEC LES FAMILLES

C'est quoi ?

Une méthodologie collaborative qui associe les habitants, les acteurs d'un territoire avec un accompagnement soutenu par la MSA (Mutualité Sociale Agricole) :

À quoi ça sert ?

- ✓ Développer l'accès aux services
- ✓ Créer du lien social
- ✓ Construire des réseaux d'entraide
- ✓ Développer la citoyenneté
- ✓ Faciliter le quotidien des familles
- ✓ Améliorer le cadre de vie des familles

Étapes de la démarche ?

1. Démarrage de la démarche début 2018. La commune de Mauges-sur-Loire est partie prenante de ce projet (appui des élus, soutien technique...) en partenariat avec la CAF, la MDS, le Centre Social Val'Mauges et Familles Rurales.

2. Recueils des points de vue des familles réalisés à travers une carte postale envoyée largement et des données des acteurs locaux au 1^{er} semestre 2018.

3. Restitution théâtralisée des 185 réponses du diagnostic : le 17 novembre 2018 à Cap Loire - Montjean-sur-Loire. Constitution de 2 groupes autour des questions de l'alimentation et des déplacements.

4. Réflexion transverse avec les familles, habitants, les acteurs locaux (élus, organismes, associations...)

5. Optimisation d'actions existantes ou réalisation de nouvelles en réponse aux besoins des familles.

6. Fin 2020, évaluation des actions menées auprès des familles concernées par la démarche.

NOUS SOMMES ICI

DÉPLACEMENTS

Découverte des chemins sécurisants

Pour permettre aux enfants et aux familles de circuler en toute sécurité sur les routes de Mauges sur Loire, une randonnée avec deux circuits est proposée sur La Pommeraye « intra-muros » et entre Montjean-La Pommeraye le **Dimanche 15 mars 2020** - départ groupé à 10 heures. Un jeu de piste sera remis aux enfants.

Venez rejoindre le groupe pour préparer ce temps et pour proposer d'autres circuits.

> **Pour toutes informations, contactez :**
Annabelle MARTIN-CICARD, animatrice au 02 41 31 75 45



Témoignage d'un participant

J'ai commencé à participer à la Charte des Familles en novembre 2018, au moment de la restitution du diagnostic sous forme de scènes de théâtre ; j'ai apprécié sur ce temps qu'une garderie soit mise en place pour mes enfants.

Je me suis inscrite dans les groupes « déplacement » et « alimentation » car les 2 thèmes me parlent. Mes enfants sont encore petits mais je veux que les projets soient mis en place avant que cela n'arrive :

se déplacer en toute sécurité et l'alimentation.

La démarche m'intéresse car on peut donner son avis, être partie prenante dans les actions. On a 2 choix : critiquer ce qui nous convient ou agir ! Il faut au moins essayer de faire bouger les choses ; même s'il peut y avoir des freins. C'est mieux ensemble que chacun dans son coin.

À travers les groupes, j'ai appris plein de choses sur l'existant au niveau du territoire. C'est fait de façon conviviale. On ne changera pas tout d'un seul coup, ça peut prendre du temps.

C'est un échange constructif avec un accompagnement sur 3 ans pour qu'ensuite cela continue d'exister.

En tant qu'habitant, on nous propose d'être acteurs, on nous écoute.

Si des personnes ont des idées, des questionnements et n'ont pas le temps de venir, ils peuvent m'envoyer des idées, leurs questionnements ; je veux bien être porte-parole. Motivée, je crois dans cette évolution. Ça nous concerne tous car j'entends d'autres parents en parler autour de moi.

Anne MAINGUY

En partenariat avec :

la CAF de Maine-et-Loire

la Maison Départementale des Solidarités des Mauges

le Centre Social Val Mauges et Familles Rurales



L'essentiel & plus encore

