

• ASSOCIATION

n° 263 - Novembre 2020

[www.escal.asso.fr](http://www.escal.asso.fr)



# ESCAL INFO

Le magazine des habitants du territoire

**LE CONSEIL MUNICIPAL DES ENFANTS**



## HORAIRES DE VOTRE CENTRE SOCIOCULTUREL

lundi : 8h-12h / 14h-18h

mardi : 8h30-12h / 15h-19h30

mercredi : 8h-12h / 13h30-18h30

jeudi : 8h30-12h / 14h-18h30

vendredi : 8h30-18h30

samedi : 8h30-12h30 (en périodes scolaires)

## INSCRIPTIONS DES FAMILLES

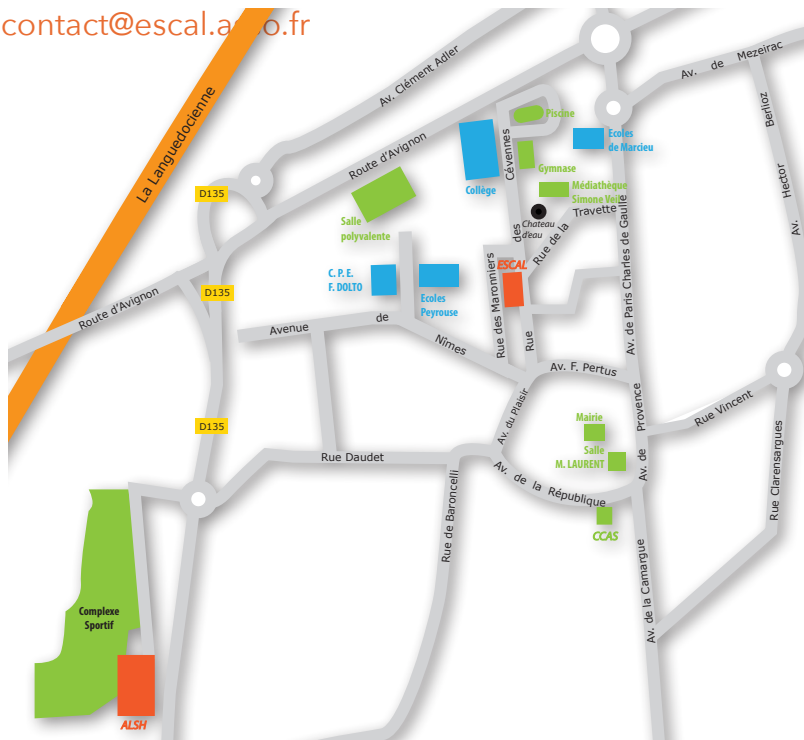
jeudi de 15h30 à 18h30 (toute l'année)

samedi de 8h30 à 12h30 (en périodes scolaires)

ou sur rendez-vous

## ENSEMBLE SOCIO CULTUREL ASSOCIATIF LOCAL

7 ter rue des Cévennes - BP 47 - 30320 MARGUERITTES Tél. : 04 66 75 28 97 –  
contact@escal.asso.fr



Directeur de publication : Jean-Marie BRAHIC

Directeur de rédaction : David DUMAS

Rédacteurs : ESCAL / J'ECRIS MA VIE / LE NID D'ELLES / SOUFFLE D'ANGE / MRS / ITCCA / LES GABARANS /

TENNIS CLUB MARGUERITTES / GV CLAIRE COUR / MDC / KARATE CLUB / MARGUERITTES GRS / AMICALES RENCONTRES / LI COUTE NEGRE

Numéro ISSN : 1638 - 66 55



## RENCONTRE AVEC MORGAN AZAÏS

Ce mois-ci, l'équipe de rédaction de l'ESCAL INFO ASSOCIATION a décidé de rencontrer Morgan AZAÏS, nouvel animateur Enfance-Jeunesse à l'ESCAL, notamment en charge de l'animation au sein du TITA, mais aussi de l'animation du Conseil Municipal des Enfants de la ville.

**ESCAL INFOS ASSOCIATIONS : vous êtes arrivé à l'ESCAL, fin juin, et vous avez plongé directement dans le bain, avec l'animation de la saison estivale, pas trop le temps de prendre ses marques, pour autant comment cela s'est-il passé ?**

**Morgan AZAÏS :** en effet, arrivé fin juin, j'étais déjà en responsabilités d'animation auprès des adolescents du TITA, dès le début des vacances estivales. Mais tout cela s'est très bien passé, puisque professionnel de l'animation, en étant titulaire d'un BP-JEPS, j'ai près de 10 ans d'expérience, composée pour moitié de pratique d'animateur d'un Espace Jeunes dans le nord du département, puis comme responsable de Centres de Loisirs Educatifs péri et extrascolaires, pas très loin d'ici.

Après, je crois que l'on peut affirmer que l'été à l'ESCAL s'est merveilleusement passé, notamment au vu du contexte sanitaire et de l'ambiance générale. Les familles ont été au rendez-vous, que ce soit au Mas Praden, avec un taux de présence des enfants de 70 % par rapport à 2019, au CLUB ADOS, qui a fait le plein, ou en séjours, volontairement repensés par les équipes, organisés au Grau du Roi. Cette crise nous aura conduit à repenser nos pratiques d'animation et repenser les activités, en les centrant sur le local, ce qui fut fort intéressant ! Je crois que nous avons tous été très sensibles à la dynamique d'animation développée à l'ombre des platanes de la cour de l'ESCAL. Les voisins en ont même pu profiter le jour de la BATUCADA, où nous les avons un peu dérangés pendant la sieste ! lol

**EIA : justement les ADOS, c'est votre public de prédilection, et le TITA reste un lieu original et unique sur le territoire, quelles en sont les nouveautés de cette rentrée ?**

**MA :** Comme je le disais précédemment, c'est parce que l'emploi proposé par l'ESCAL était centré sur les ados, que j'ai souhaité rejoindre cette équipe, et ainsi revenir à mes « premières amours » professionnelles, avec un public qui m'est cher !

Depuis septembre, nous avons su maintenir la dynamique de cet été et nous avons de très nombreux nouveaux jeunes, ce qui nous a permis de développer toute une programmation d'activités qui se déroulent jusqu'à la fin de l'année : soirée FAMILLES, après-midi avec la BPDJ (Brigade de Prévention de la délinquance Juvénile), ludothèque, après-midi avec les aînés du foyer du Colombier ... et bientôt une sortie aux Halles de Nîmes, un projet avec la Banque Alimentaire, pour n'en citer que quelques-uns.

Depuis janvier, les jeunes peuvent venir pique-niquer les mercredis midi au TITA, en présence des animateurs. Si le confinement n'avait pas permis de dynamiser pleinement cette nouveauté de l'année 2020, force est de constater que depuis septembre cela fonctionne très bien, avec chaque mercredi entre 10 et 15 adolescents qui participent à ce temps de repas,

en sortant du collège. Ce moment est important pour nous. Il nous permet d'aborder les jeunes dans un contexte différent, en partageant un temps à table avec eux, où il se dit et s'échange beaucoup d'informations.

**EIA : une de vos autres missions, c'est le Conseil Municipal des Enfants, avec des élections prévues prochainement, en quoi cela consiste-t-il ?**

**MA :** Pour la première année, nous serons un binôme en responsabilité de l'animation du CME. J'ai le plaisir de travailler sur cette action avec Johanna MARECHAL, que les familles marguerittoises connaissent déjà bien. Cela nous a semblé important de constituer ce binôme, afin que nous puissions être complémentaires pour accompagner les jeunes élus dans leurs projets !

Le Conseil Municipal des Enfants de Marguerittes est un formidable outil d'éducation, qui concerne les enfants de CM1 et CM2 et qui a pour objectifs de :

- Favoriser l'apprentissage à la citoyenneté, en permettant de mettre en place des projets collectifs et concrets pour tous ;
- Prendre en compte la parole de l'enfant, notamment pour tous les projets qui les concernent ;
- Faire découvrir à l'enfant le cadre institutionnel de la République et son fonctionnement démocratique ;
- Développer chez l'enfant la méthodologie de projet, en se fixant des priorités et des modalités de réalisation.

Nous trouvons essentiel de pouvoir travailler avec ce collectif de 29 jeunes (au même nombre que leurs aînés du Conseil Municipal), afin qu'ils puissent prendre la mesure de leurs responsabilités vis-à-vis de leurs camarades, et qu'ils prennent goût à la chose publique et au développement de projets collectifs, dans l'intérêt de tous !

Sur les mois de novembre - décembre, des sensibilisations auront lieu dans les écoles, avant la campagne électorale et les



leur environnement, cela constitue u



# ESCAL INFOS SERVICES

C'est une offre de services spécifiques pour simplifier et faciliter vos démarches numériques avec les organismes publics (Pôle Emploi, Carsat, Impôts, Préfecture, CAF, CPAM...).

C'est un accueil de proximité adapté aux besoins des habitants de notre territoire par le développement d'actions innovantes d'accompagnement, de conseils, d'informations et d'orientations favorisant l'accès aux droits pour tous.

Novembre 2020

## L'ATELIER DES PARENTS

L'ESCAL vous propose de participer à six ateliers le mardi de 19 h à 21 h.

10, 17, 24 novembre / 01, 08 décembre / 05 janvier 2021

**Ces ateliers, issus de l'approche empathique de l'enfant, ont pour objectif de fournir aux parents des informations et des outils pour une communication plus gratifiante au sein de la famille.**

- Comment faire pour qu'il m'écoute !
- Pourquoi nos échanges finissent-ils toujours en dispute ?
- Mais n'y a-t-il pas une punition qui fonctionne !?
- Comment réagir face aux caprices quotidiens ?
- Comment réagir face à ses colères, chagrins...
- Quel parent ai-je envie d'être ?

**C'est un cycle de 6 ateliers pour :**

- Apprendre à décoder les comportements des enfants.
- Découvrir ou réviser les outils de la parentalité positive.
- Répondre aux besoins d'attachement des enfants.
- Echanger les expériences entre parents.
- Comprendre ce que sont stress et émotions.
- Trouver des outils pour y répondre efficacement.
- Apprendre de manière simple et ludique des techniques de communication et des outils de gestion de crise.



**Pour participer à ces ateliers, vous devez être adhérent de l'ESCAL : 11 €/an**

**L'inscription est obligatoire**

**En raison des mesures barrières, les ateliers sont limités à 12 personnes**

**Contact : Delphine CERVELLIN - 04 66 75 28 97**

**INSCRIPTIONS**

## CLUB EMPLOI SENIORS : LES 5.0 DE L'EMPLOI



En partenariat avec PÔLE EMPLOI Nîmes Courbessac, l'ESCAL met en place des sessions d'ateliers pour les demandeurs d'emploi longue durée (< 12 mois) et de + 50 ans.



Ses sessions de coaching en groupe et en individuel, d'une durée de 3 mois, à raison d'une matinée par semaine, ont pour objectifs de vous remobiliser vers l'accès à l'emploi ou la formation et de créer une dynamique de recherche adaptée.

Venez modifier les mentalités et les croyances sur l'emploi des seniors !

Si vous souhaitez y participer, vous pouvez vous présenter à la première réunion d'information collective, **le vendredi 06 novembre à 09 h à l'ESCAL.**

L'inscription est obligatoire

En raison des mesures barrières, les ateliers sont limités à 12 personnes

**Contact : Delphine PESSAN - 04 66 75 28 97**

## ATELIER SENIORS : MÉDECINES DOUCES : VERS UN MIEUX-ÊTRE AU QUOTIDIEN MARDI 03 NOVEMBRE À 09 H 30



Décriées, il y a encore quelques années, les médecines douces connaissent aujourd'hui un véritable engouement. Ces thérapies naturelles se positionnent davantage en complément de la médecine traditionnelle qu'en solution « Alternative ».

Migraine, douleurs articulaires, mal de dos, allergies, stress... La liste des maux de nos sociétés modernes est longue. Bien souvent, seule, la médecine traditionnelle ne peut en venir à bout.

Basées sur des méthodes de soins naturelles, les médecines douces proposent une nouvelle façon de soigner et de gérer son capital santé :

- sans recours aux médicaments,
- par des traitements naturels : manipulation, massage, remèdes par les plantes...
- et une philosophie qui aborde le corps dans sa globalité.

**L'inscription est obligatoire**

**En raison des mesures barrières, les ateliers sont limités à 12 personnes**

**Contact : Delphine PESSAN / Delphine CERVELLIN - 04 66 75 28 97**



## LA SAISINE DU MÉDIATEUR DE LA CAF

**Pour les allocataires qui rencontrent des difficultés avec la Caf et qui ont essayé de régler le problème avec ses services sans y parvenir, il existe une solution : saisir le médiateur administratif.**



### Qui est le médiateur administratif ?

Le médiateur administratif de la CAF intervient à la suite d'une démarche préalable, lorsqu'une situation de blocage persiste. Il agit afin de résoudre la difficulté et s'assure de la bonne compréhension de sa réponse. Tenu par le secret professionnel, il reste impartial et neutre. Il restaure le lien entre l'utilisateur et l'organisme en rétablissant le dialogue, et s'assure de l'accès au droit, dans le respect de la réglementation en vigueur. L'action du médiateur concerne les prestations familiales et sociales individuelles versées par la Caf. La médiation administrative est un service offert à tous les allocataires.

Ce service se distingue de la médiation familiale, d'une demande de recours auprès de la Commission de recours Amiable ou du Tribunal judiciaire.

La médiation a pour effet de suspendre les délais de recours à compter de la recevabilité de la demande. Dans tous les cas, le médiateur accuse réception de la demande. Il informe par mail, courrier ou téléphone de la suite donnée. Dans certains cas, il peut également recevoir sur rendez-vous.

### Quand le saisir ?

Le médiateur peut être saisi directement, après une démarche préalable auprès de nos services et l'échec de tous les moyens de règlement du dossier (demande d'explications, réclamation...). L'engagement d'un recours contentieux auprès du tribunal met fin à la médiation.

### Pour le contacter :

**Monsieur le Médiateur Caf du Gard - 321 rue Maurice Schumann 30922 NÎMES CEDEX 9**  
mediation-caf30@caf.fr

## DÉCOUVREZ LE PAIEMENT DE PROXIMITÉ

**La direction générale des Finances publiques a noué un partenariat avec le réseau des buralistes afin de proposer une offre de paiement de proximité pour régler vos impôts, amendes ou factures de service public (avis de cantine, de crèche, d'hôpital...).**

Les buralistes partenaires affichent ce logo.

Vous pouvez y effectuer vos paiements en espèces, jusqu'à 300 euros, et par carte bancaire.

Vous devrez vous munir d'une facture contenant un QRcode («datamatrix») et contenant une mention autorisant le paiement auprès d'un buraliste ou partenaire agréé



## SEMAINE EUROPÉENNE POUR L'EMPLOI DES PERSONNES HANDICAPÉES (SEEPH)

**DU LUNDI 16 AU DIMANCHE 22 NOVEMBRE 2020**

**L'Agefiph, le FIPHFP et LADAPT coordonnent la Semaine européenne pour l'emploi des personnes handicapées (SEEPH) pour favoriser chaque année le recrutement des travailleurs handicapés dans les secteurs public et privé.**

La SEEPH est désormais le rendez-vous incontournable de l'agenda social pour l'insertion professionnelle des personnes handicapées. Ainsi une variété de rendez-vous sera organisée au plan national, dans de nombreuses régions, afin de favoriser la rencontre entre les candidats et les établissements privés et publics. Ces rencontres doivent aussi valoriser les initiatives des acteurs du handicap.



## SOIREE MÉDIEVALE EN FAMILLE VENDREDI 13 NOVEMBRE À 19 H

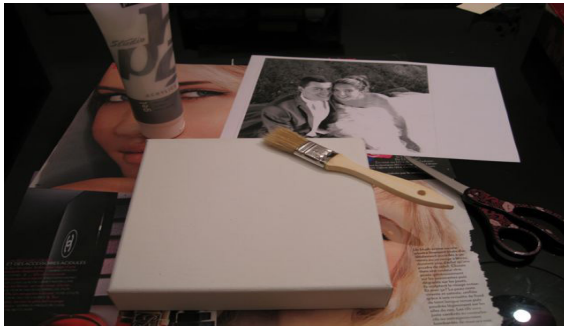
Oyez Oyez gentes dames et nobles damoiseaux ! Festoyez comme au Moyen-Age à l'occasion de votre soirée en famille. Troubadours et ménestrels vous enchanteront. Cette soirée médiévale s'annonce pleine de surprises ! N'hésitez pas à venir déguisés.

*L'inscription est obligatoire, tarif 3 €/personne. En raison des mesures barrières, la soirée est limitée à 30 personnes (sous réserve d'évolution des mesures préfectorales)*

**Contact :** Delphine PESSAN / Delphine CERVELLIN - 04 66 75 28 97



## ATELIER PARENT / ENFANT : SOUVENIRS DE FAMILLE SAMEDI 21 NOVEMBRE DE 10 H À 12 H



En famille, venez réaliser ensemble une œuvre représentant votre famille, cadre photo, toile peinte, ou encore tissage c'est vous qui choisirez votre technique.

A partir de 3 ans, sur inscriptions. En raison des mesures barrières, l'atelier est limité à 12 personnes

**Contact :** Delphine CERVELLIN - 04 66 75 28 97

Margerittois			Exterieurs		
Bas	Moyen	Haut	Bas	Moyen	Haut
2	3	4	6	7	8

**TARIFS**

## NAVETTE DES SÉNIORS

Afin de permettre aux aînés des communes de Bezouze, Cabrières, Lédenon, Marguerittes, Poux et Saint-Gervasy de faire le Marché de Marguerittes, l'ESCAL, en lien avec les communes met en place gratuitement la NAVETTE des SENIORS de plus de 60 ans, deux samedis par mois.

Il vous suffit de vous inscrire dans votre Mairie, et d'adhérer à l'ESCAL (11 € par an).

Prochaines navettes les samedis 7 et 21 novembre



## VOTRE CENTRE SOCIOCULTUREL VOUS ACCUEILLE 6 JOURS / 7

lundi : 8h-12h / 14h-18h  
 mardi : 8h30-12h / 15h-19h30  
 mercredi : 8h-12h / 13h30-18h30  
 jeudi : 8h30-12h / 14h-18h30  
 vendredi : 8h30-18h30  
 samedi : 8h30-12h30 (en périodes scolaires)







## J'ECRIS MA VIE

### ECRIRE SA VIE D'HIER À AUJOURD'HUI...

**MONTAIGNE, Jean-Jacques ROUSSEAU, George SAND...** nous avons abordé ces auteurs, effleurant leurs œuvres durant notre scolarité. Ils nous ont intéressés, beaucoup, moyennement ou pas du tout... A l'atelier cette année nous n'allons pas les « étudier », mais nous laisser inspirer par eux pour écrire notre histoire à la lumière de la leur.

En septembre, nous avons évoqué Saint Augustin qui, le premier, a fait le récit de sa vie dans ses Confessions en utilisant le « je ». Un « je » qui met en mots ses sentiments, ses pensées, ses tourments, sa foi... À partir d'un extrait de cet ouvrage nous avons rencontré l'enfant qui a été : *« livré à l'école pour y apprendre les lettres, ce qu'elles avaient d'utile, je l'ignorais pour mon malheur. Et néanmoins, si j'étais paresseux à apprendre, on me battait. Les grandes personnes et jusqu'à mes parents eux-mêmes, tout en ne voulant pas qu'il m'arrivât le moindre mal, riaient de mes « bleus », qui étaient alors un grand et pénible mal pour moi ».*

Nous avons pu observer que cet ancêtre de l'autobiographie avait le pouvoir de nous rejoindre et de nous toucher. A travers les siècles quelque chose de l'expérience humaine demeure ; nous pouvons nous appuyer sur elle pour faire le lien avec la nôtre et mettre nos mots à la suite des siens.

Sans prétention, c'est avec sérieux et plaisir que nous nous emploierons, séance après séance, à faire le lien entre la vie de ces auteurs du passé et la nôtre. Un voyage passionnant.



Contact : 06 09 49 16 36 ou [jecrismavie@orange.fr](mailto:jecrismavie@orange.fr)

## LE NID D'ELLES

### LA SPONTANÉITÉ DES ENFANTS !

En cette année particulière, nos sorties se font rares aussi nous avons pensé vous faire partager quelques phrases des enfants que nous avons en garde. Âgés de 3 mois à 3 ans, nous les accueillons à notre domicile.



Vous allez découvrir que les enfants ont de la répartie et pour nous ce sont des pensées qui illuminent nos journées :

*Maiwenn m'a dit la semaine dernière : « Mes doigts sont coupés parce qu'ils sont plus petits que tes doigts tata » !*

*Axel va chercher le pain avec son assistante maternelle, ils disent « bonjour » et personne ne répond, alors Axel dit à un papi : « Pourquoi tu dis pas bonjour toi ? ».*

*Quand on pose la question à Shahine, ... « Où est maman ? » ... « au cravail » ! « Où est papa ? »... « au cravail » ! Plus tard, voyant qu'il avait perdu un chausson, je lui demande : où est ton chausson ? ... au cravail !!!*

*A la fin de l'été, c'est Lucas qui raconte à sa maman après avoir ramassé dans le jardin de l'assistante maternelle des tomates cerises « on a ramassé des bébés momates » !*

*Jade, dès qu'elle voit un chien, elle dit « bibi » - non c'est un chien lui dit son assistante maternelle, mais après avoir demandé à la maman, elle dit « bibi », car leur chien s'appelle « Biscuit » !*

*Ethan, lors d'une promenade à pied, en voyant une voiture décapotable dit à son assistante maternelle, dit « regarde on lui a coupé la tête » !*

Contact : 06 85 85 84 67  
[lenidelles@gmail.com](mailto:lenidelles@gmail.com)



## SOUFFLE D'ANGE

### Atelier créatifs multitechniques

Ados/Adultes 2020/2021

un jeudi par mois de 17h30 à 19h30

**17 septembre:** dessin et encre colorée

**15 octobre:** peinture déco sur pot en terre

**12 novembre:** suspension origami grue

**10 décembre:** peinture sur galet

**14 janvier:** mixed media, découpage et collage

**11 février:** composition en quilting

**11 mars:** aquarelle de printemps

**8 avril:** linogravure

**20 mai:** déco origami florale

**10 juin:** peinture sur bois flotté et création mobile

Les 10 ateliers: 180 euros

Atelier à l'unité 20 euros

(matériels artistique compris)

contact : Atelier Souffle d'Ange, 06 64 75 92 74

2 rue de l'olivier à Marguerittes

### PROGRAMME ATELIER ADULTES

Une fois par mois, l'atelier Souffle d'Ange propose un atelier créatif pour adultes et ados souhaitant découvrir des techniques d'arts plastiques et de création déco. Il est aussi possible de venir « parents » et « ados » pour passer un moment de partage et de complicité. Ce sont toujours des moments très agréables ou pendant deux heures on se fait plaisir, on ne pense plus à rien, on crée, on échange et surtout chacun repart toujours avec une jolie création, de quoi rebooster la confiance en soi et en ses capacités créatives.

Chaque mois les propositions sont différentes et Aurore veille toujours à proposer des ateliers adaptés aux débutants. Les plus confirmés trouveront toujours de quoi expérimenter un peu plus leur pratique.

Le matériel est fourni, ce qui est appréciable, plus besoin de sortir tout son matériel pour faire émerger sa créativité. Aurore, l'animatrice d'atelier se charge de tout.

L'atelier au choix : 20 Euros (matériel compris) pour 2 heures de bien être artistique.

**Inscriptions et renseignements à l'association Souffle d'Ange au 06 64 75 92 74 (Aurore) ou sur la page Facebook : Aurore GONNOT (Souffle d'Ange)**

## MARGUERITTES RETRAITE SPORTIVE

*Nous rédigeons cet article le 25 septembre, le jour même où le département passe en zone « Alerte ». Il est difficile de prévoir ce qui va se passer dans les jours à venir.*

### SPORT

MRS a fait le choix de démarrer la rentrée avec les activités sportives habituelles en y intégrant bien sûr un quota par salle (donc des inscriptions préalables aux différentes activités d'intérieur), le respect des gestes barrières avec le port du masque (excepté lors de l'activité elle-même) et l'utilisation de gel hydroalcoolique.

Nous sommes à ce jour autour de **300 adhérents** et nous formulons le vœu de pouvoir continuer aussi longtemps que possible **nos activités sportives, sources de bien-être et de lien social.**



Une première balade dans les environs de Marguerittes, avec une pause masquée !

## ITCCA TAI CHI

### AU JARDIN INTÉRIEUR... DÉCOUVREZ LES PRATIQUES DE SANTÉ GRÂCE À 2 SÉANCES OFFERTES TOUT AU LONG DE L'ANNÉE

- **Tai-Chi-Chuan : lundi 18 h 15 et jeudi 19 h 45**

Art martial chinois ancestral, le Tai Chi s'appuie sur l'énergie interne et amène détente, conscience, tout en harmonisant le physique, l'émotionnel et le mental.

- **Qi Gong : Mardi 10 h**

Pilier de la médecine traditionnelle chinoise, le Qi Gong potentialise la vitalité du corps et de l'esprit. Il s'appuie sur des techniques de respiration, d'étirement et d'attention.

- **Méditation : mardi 18 h et mercredi 18 h 30**

Chaque séance débute par de la toilette taoïste et de l'automassage. Les intervenants transmettent différentes formes de méditations : *pleine conscience, taoïstes, soufies, méditation de la fleur d'or, sons harmoniques...*

- **Yoga : mercredi 12 h 30 et jeudi 19 h 45**

Le Yoga permet d'améliorer la qualité globale de notre vie. Il développe la conscience de soi et la circulation de l'énergie par le travail corporel des postures, du souffle et du geste.

### ACTUALITÉ

- **Lou Yan démarre une formation pour « l'exploration de la méditation ».** Tous les mardis à 18 h + en rediffusion par vidéo.
- **Stage pour tous de tai-chi-chuan** et de Qi Gong le 14 novembre
- **Formation en massage** certifiée FFMBE
- **Modules « Devenir son propre thérapeute »** : formation en connaissance de soi avec psychoénergétique chinoise, ennéagramme, méditation, pratiques corporelles et énergétiques.

**Dates, contenu, tarifs : sur demande ou via notre lettre d'info mensuelle.**

- Infos et contact : [www.le-jardin-interieur.com](http://www.le-jardin-interieur.com)
- [contact@le-jardin-interieur.com](mailto:contact@le-jardin-interieur.com)
- 04 66 26 16 83 - 06 48 35 35 47

## LES GABARANS

**Pour cet automne les Gabarans en plus des randos dominicales ont entraîné leurs godillots sur les chemins de l'arrière-pays niçois : la VESUBIE le temps d'un week-end !** Cette région a, par la suite,

été marquée par une catastrophe naturelle, et nous avons une profonde pensée pour tous les sinistrés.

Fin novembre « Resto » sur le chemin remporte un franc succès.

Venez nous rejoindre le dimanche tous les 15 jours.



## TENNIS CLUB MARGUERITTES

**C'est une nouvelle équipe qui vous accueillera désormais à notre Club house :** Sylvie MONIEZ, Hélène TESSONNIÈRE, Christine DEMAY, Yohann PACINI, Suzel BASSOT

**Ecole de tennis : les cours sont dispensés par un moniteur Breveté d'Etat et un Initiateur de tennis.**

**Pour les jeunes :** 4 modules annuels d'apprentissage : mini tennis, mini tennis plus, club junior, club junior plus (centre d'entraînement).

**Pour les adultes :** cours d'initiation et cours de perfectionnement.

**Compétitions :** le tournoi adulte de printemps du 10 mars au 28 mars 2021.

**Equipes :** plusieurs équipes adultes sont engagées en championnats : Sénior, + 45 ans, + 35 ans, Coupe bleue, Coupe de la convivialité. Plusieurs équipes jeunes sont engagées en championnat par équipe.;



**TENNIS CLUB DE MARGUERITTES - N° FFT 14 30 0313**

**Siège social: Salle Adolphe Cordilhac 30320 MARGUERITTES**

**Adresse postale : rue des Cévennes BP 26 30320 MARGUERITTES**

**Adresse mail : secretariatennismarguerittes@gmail.com**

## GV CLAIRE COUR

### #ENVIEDESSPORT

**C'est le mot d'ordre pour cette année sportive.**

GV Claire Cour vous réserve un super programme : du lundi au jeudi des cours de fitness et de yoga, les vendredis des cours de gym pour enfants (dès 3 ans).

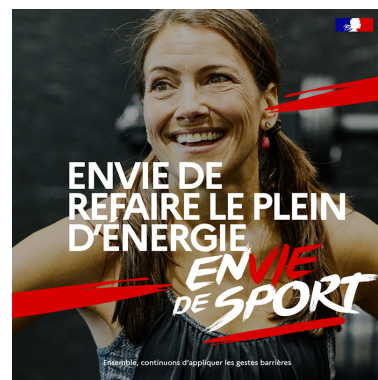
Vous voulez y aller doucement et prendre de nouvelles habitudes ? On vous simplifie la vie et on vous ouvre des cours de **yoga les samedis**. C'est sans engagement, sans abonnement, ouvert également aux non adhérents.

**#agenda#escal : samedi 7 novembre et 21 novembre de 9 h 30 à 11 h. Tarif à partir de 8 euros (salle de l'Escal) inscription conseillée.**

**Anne Marie 0624707528 ou gv.clairecour@gmail.com**

**site gvclairecour.wixsite.com/gvclairecour**

**Le sport va rentrer dans votre vie !**



Mesures de sécurités sanitaires assurées à tous les cours  
(traçabilité, gel hydroalcoolique, masque obligatoire pour la mise en place, distanciation....)

## MDC (MARGUERIT'M DANCE CENTER)

### NOUVEAU SUR MARGUERITES :

### COURS DE ROCK ADULTES

ENVIE DE PRATIQUER UNE ACTIVITÉ EN COUPLE

OU D'ÉPATER VOS AMIS LORS DE SOIRÉES ENTRE AMIS ?

**Venez apprendre le rock chez Marguerit'm Dance Center. Un cours de rock débutant vous est proposé le mardi soir de 20 H 30 à 21 H 30 avec Olivier BLAIN aux commandes !**

Nul besoin d'être un sportif accompli pour danser le **rock'n'roll**. Même avec une condition physique dans la moyenne, vous pouvez apprendre à danser le **rock'n'roll**.

C'est l'occasion rêvée pour se défouler près de chez soi, sans avoir besoin de faire des kilomètres... N'hésitez plus, venez profiter de votre cours d'essai !

Cours de rock : mardi de 20 H 30 à 21 H 30 - Salle Polyvalente de Marguerittes

Attention : Le cours est pour les débutants jusqu'en décembre. Pour les plus aguerris, venez nous rejoindre en janvier !

**Contact : [mdc.assodanse@gmail.com](mailto:mdc.assodanse@gmail.com)**

**et Page Facebook : MDC : Marguerit'm Dance Center**

## KARATÉ CLUB

### LE KARATÉ CLUB MARGUERITES : L'ENTRAÎNEMENT !

**Malgré les restrictions de notre fédération concernant la covid, le Karaté Club Marguerittes s'entraîne dur !**

Les adhérents sont très assidus et se préparent même pour leurs prochains objectifs : les enfants nous parlent de leurs prochaines compétitions, et les adultes sont très motivés pour passer leurs prochains grades du 1<sup>er</sup>, 2<sup>ème</sup> dan au niveau du département et même du 3<sup>ème</sup> et du 4<sup>ème</sup> dan au niveau de la ZID, situé au pôle France à Castelnau-le-Lez. Il faut encore travailler, car l'habitude du Karaté Club Marguerittes n'est pas de faire de la figuration. Lorsqu'on passe un grade après la ceinture noire, on ne s'y présente que si on est parfaitement prêt. Le but étant de se déplacer et de revenir en l'ayant obtenu !

**Nous vous donnons toujours l'occasion de nous rejoindre au dojo Taillefer en vous offrant 2 semaines de cours d'essais gratuits, en présentant ce livret de l'Escal Infos : PROFITEZ-EN !**

**Alors, rejoignez-nous pour un apprentissage d'autodéfense, une pratique en toute sécurité, avec un mélange de remise en forme, cardiotechnique karaté et convivialité !**

**L'équipe du Karaté Club Marguerittes, toujours présente !!!**

**Rens: Tel 06. 33. 63. 92. 53, page Facebook et site internet.**







## MARGUERITTES GRS

### UNE REPRISE SOUS LE SIGNE DU COVID

**Marguerittes GRS est ravie de pouvoir à nouveau enfiler son justaucorps et ses pointes, de faire virevolter ses cordes, rubans et massues et rouler ses ballons et cerceaux.**

De plus, les gymnastes ont répondu massivement à l'appel. Sans compter, bien sûr, la présence de notre invité exceptionnel « le protocole sanitaire » :

- Port du masque obligatoire à l'entrée du gymnase, dans les zones de circulations.
- Vérification de la température des gymnastes par l'entraîneur à leur arrivée.
- Désinfection des mains au gel hydroalcoolique, à l'entrée de la salle d'entraînement.
- Respect de la distance de sécurité pendant le cours, sous la responsabilité de l'entraîneur.
- Port du masque par l'entraîneur et le co-entraîneur pendant les cours.

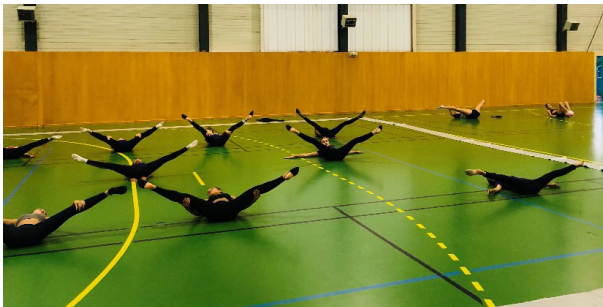
Pour les sections *Baby et Loisir*, les engins sont décontaminés avant et après chaque entraînement par l'entraîneur et le coentraîneur. Ils ne sont ni prêtés ni échangés pendant le cours.

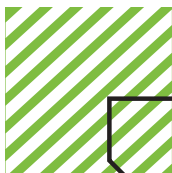
Pour les sections compétition, chaque gymnaste est responsable de la désinfection de l'engin qu'elle utilise pendant le cours, sous le contrôle de l'entraîneur.

Chaque sportive doit se munir d'une gourde individuelle notée à son nom. Le cadrage de ce règlement est mené par une équipe de deux entraîneurs et quatre coentraîneurs : Justine ESTRADA coach des sections compétition avec Alicia Jaumonet en coentraîneur des débutantes et débutantes confirmées et Lison RAVELEAU, coentraîneuse des imposées et des libres.

Delphine GOMEZ entraîne les sections *Baby et Loisir* accompagnées d'Inès LEMOINE et Lisa LAPARLIÈRE, qui débute en tant que coentraîneuse. Malgré les conditions particulières de cette année, treize gymnastes sont engagées pour un éventuel championnat départemental individuel en novembre 2020.

**L'essentiel est de continuer à développer le sport plaisir, le sport pour tous et le « Mieux vivre ensemble ».**





## AMICALES RENCONTRES

Le club Amicales Rencontres a repris ses activités mardi 8 septembre 2020, salle annexe de la salle polyvalente de 13 h 30 à 18 h.

Toutes les consignes sanitaires (gel hydro alcoolique, gestes barrières, masques, distanciation) étaient respectées.

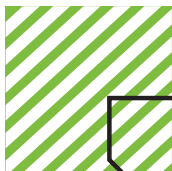
Les adhérents qui participaient à cette première rencontre étaient contents de se retrouver, entre amis, après six mois de fermeture.

Pour compenser, quelque peu, cette période difficile, le Conseil d'Administration, à l'unanimité, a décidé de reporter sur l'exercice 2021 les versements des cotisations perçues

du 1<sup>er</sup> septembre 2019 au 31 décembre 2020. L'année 2020 sera donc, pour le club, une année blanche sur le plan financier.

Toutes les manifestations (repas, voyages, sorties d'un jour) prévues sur le programme distribué sont annulées jusqu'à la fin de l'année 2020.

La permanence hebdomadaire du mardi de 10h à 11 h 30 est maintenue, salle n°1 du CCAS, face à la place Anthémis.



## SOLIDARITES CITOYENNES

La Brasserie OLYSTIK est une nouvelle brasserie artisanale de Saint-Bonnet-du-Gard.

Nicolas, un passionné qui a débuté en brassant «à la maison», propose des bières pur malt brassées traditionnellement à la main sans additif, ni conservateur.

De l'empâtage jusqu'à la mise en bouteille, en passant bien évidemment par la fermentation, tout est fait dans l'atelier situé au cœur du village de Saint-Bonnet-du-Gard.

Les bières brassées revisitent des «classiques» du monde brassicole. Inspirées de styles anglais ou belges, ce sont des bières blondes, rousses ou brunes qui sortent des cuves.

Formé au métier par de véritables passionnés, Nicolas a su s'entourer d'autres brasseurs locaux comme Guilhem de la brasserie Globulles à Marguerittes : «Nous sommes tous très occupés par nos productions respectives, mais leurs savoirs et connaissances me sont précieux et les brasseuses et brasseurs sont des personnes vraiment sympathiques, les rencontrer et échanger avec eux est un plaisir».

Venez le rencontrer ! En plus de vous parler de

ses bières, Nicolas vous expliquera comment il les fabrique et vous fera visiter son atelier de brassage.

Contacts :

[brasserie.olystik@gmail.com](mailto:brasserie.olystik@gmail.com) ou les vendredis de 18 h à 19 h à la MFR de Marguerittes.

Facebook « Agapes Groupement d'Achats Marguerittes »  
ou 06.22.64.05.52



# L'AGENDA DE NOVEMBRE

Retrouvez sur votre agenda du mois, les évènements et rendez-vous culturels, artistiques, sportifs ou encore les loisirs de notre territoire...

**MARDI**

9H30

3

- ESCAL MEDECINES DOUCES  
Vers un mieux-être au quotidien

**VENDREDI**

9H

6

- ESCAL CLUB EMPLOIS SENIORS  
Les 5.0 de l'emploi

**SAMEDI**

9H30 - 11H

7

- GV CLAIRE COUR ESCAL  
Yoga

**SAMEDI**

MATINÉE

7

- ESCAL NAVETTE des SENIORS

**VENDREDI**

19H - 23H

13

- ESCAL ESCAL  
Soirée médiévale en Famille

**SAMEDI**

À 9H30

21

- ESCAL ATELIERS PARENTS / ENFANTS

**SAMEDI**

MATINÉE

21

- ESCAL NAVETTE des SENIORS

**SAMEDI**

9H30 - 11H

21

- GV CLAIRE COUR ESCAL  
Yoga

**LUNDI**

23

- LI COUTE NEGRE  
Présentation et dégustation de produits de charcuterie

**VENDREDI**

JOURNÉE

27

- LI COUTE NEGRE  
Journée au Perthus

**LUNDI**

JOURNÉE

30

- LI COUTE NEGRE  
Journée promotionnelle PRO'CONFORT

Par arrêté préfectoral, les nouvelles mesures en vigueur jusqu'au 8 novembre 2020 à minuit sont :

- Port du masque obligatoire sur tout le territoire pour toutes les personnes de 11 ans et plus.
- Fermeture des buvettes des clubs sportifs et associations.
- Dans les salles polyvalentes et de réunions : interdiction des événements pendant lesquels le port du masque ne peut être assuré de manière continue (repas, apéritifs...).
- Les réunions et activités professionnelles et/ou associatives (dont les lotos) ainsi que le marché restent autorisés, sous la responsabilité des organisateurs et en respectant de nouvelles dispositions : places assises obligatoires, distance minimale d'un mètre entre deux personnes (ou groupes de 6 personnes maximum), port du masque en continu et buvette interdite.

*Enfin, les pratiques sportives et artistiques organisées par les associations restent également possibles, sous réserve du respect des protocoles sanitaires en vigueur.*



**DERNIERE  
MINUTE**





Garantie Jeunes

VOUS AVEZ ENTRE 16 ET 25 ANS ?

VOUS N'ÊTES PAS EN FORMATION,  
EN EMPLOI, SCOLARISÉ ?

LA GARANTIE JEUNES EST  
PEUT-ÊTRE POUR VOUS !

**La Garantie Jeunes organise une session  
au Centre Socio Culturel ESCAL à Marguerittes  
du 2 au 20 novembre 2020  
dépôt des dossiers avant le 20 octobre 2020**

POUR PLUS D'INFORMATIONS INSCRIVEZ-VOUS AUPRÈS DE VOTRE CONSEILLER RÉFÉRENT

La démarche d'accompagnement de la Garantie Jeunes est fondée sur le principe de « l'emploi d'abord » et d'une pluralité des mises en situation professionnelle pour créer des liens directs entre les jeunes et les employeurs.

## INFORMATION COLLECTIVE & CONDITIONS D'ACCÈS

Vous pouvez participer à une information collective :

- À la Mission Locale de Nîmes Métropole ;  
au 261, Chemin de Mas Coquillard à Nîmes ;
- + d'infos auprès de votre conseiller/ère

Vous pouvez vous renseigner :

- Aux 2 permanences de Marguerittes :  
CCAS de Marguerittes - 04.66.75.23.92  
Lundi - Vendredi (jours fériés) & Mardi - Jeudi (après-midi)  
Centre Socio Culturel ESCAL - 04.66.75.28.97  
Jeudi (matin)

