# La lettre

Janv 2021 **05** Fév

# des Longs Prés





## Agenda

4 janvier : Reprise des cours en distanciel. 11 janvier : Mise en service de l'écran intéractif du Centre.

20 janvier : Réunion du Conseil d'Administration. 19 février : Assemblée Générale des Longs Prés visio-conférence.

#### **Edito**

Chères adhérentes, chers adhérents

Je vous adresse mes vœux les plus sincères, à vous et à vos proches, à l'occasion de cette nouvelle année 2021. Je souhaite que le Centre rouvre rapidement et qu'il puisse tous nous accueillir à nouveau dans de bonnes conditions.

Le Conseil d'Administration a fixé notre assemblée générale au 19 février 2021.

Vous recevrez prochainement des consignes pour une assemblée qui se tiendra en visio-conférence pour certains ou qui, pour d'autres, recueillera par correspondance vos approbations (ou non) pour l'année 2019/20 et vos votes pour l'élection de nouveaux membres du Conseil d'Administration.

Cette année il y aura des postes d'administrateurs à pourvoir ; je compte sur votre bonne volonté (seule qualité requise) pour vous porter candidat(e)s afin de

rejoindre le Conseil d'Administration. Il est primordial pour le Centre que de nouveaux adhérents viennent apporter leur vision, renouveler les effectifs, valoriser le travail de nos animateur(trice)s et salarié(e)s.

Déposez votre candidature au plus tard le 31 janvier 2021 au Centre soit par message électronique (accueil@leslongspres.fr) soit par courrier postal, adressé ou déposé dans la boîte aux lettres du Centre.

Des animateurs, les salariés, des bénévoles, le directeur et le Conseil d'Administration se sont mobilisés pour vous permettre de suivre une grande partie des cours et des activités depuis octobre. Nous sommes bien conscients que cela ne peut remplacer que partiellement et temporairement les activités.

Notre association est parmi celles qui se sont le plus engagées pour réaliser des cours en direct ou en différé sur la ville de Rennes.

BONNE ET HEUREUSE ANNÉE A TOUTES ET A TOUS Le président Didier Barbé

#### Le Centre hors les murs...

La fermeture administrative du Centre le 30 octobre 2020 ne nous a plus permis d'accueillir de public dans nos locaux.

Malgré cette contrainte les membres du Conseil d'Administration et les salarié(e)s se sont mobilisé(e)s pour proposer des actions pour les adhérents et les habitants du quartier

Les secteurs enfance, séniors et accompagnement multimédia ont pu continuer à fonctionner en intervenant « hors les murs » afin de favoriser l'entraide et de conserver le lien social avec les plus fragiles.

Pour le secteur enfance, le 2 novembre, après les vacances de la Toussaint, tous les ateliers périscolaires ont pu reprendre dans les écoles Jules Isaac, Jules Ferry et Les Gantelles.

Cette même semaine, Pauline, coordinatrice enfance, et Perrine, service civique, ont pu continuer à soutenir l'équipe d'animation de l'accueil de loisirs de l'école Les Gantelles les mercredis après-midi en proposant des animations à l'école.

Dès le 10 novembre, l'accompagnement à la scolarité du mardi et jeudi soir a été délocalisé à l'école Les Gantelles, dans des classes mises à notre disposition par l'école.

Il était important que cette action reprenne puisqu'elle vise à favoriser l'intégration des populations socialement et culturellement défavorisées, plus spécialement les enfants qui rencontrent des difficultés scolaires

Merci aux bénévoles de l'aide à la scolarité qui ont répondu présents.

Pour le secteur senior, dès le 30 octobre

un accueil et une écoute téléphonique ont été mis en place du mardi au vendredi par Gwendoline coordinatrice seniors. Elle va également à la rencontre des aînés du quartier pendant 3 heures tous les mardis matins sur le marché du Gast. Le marché est le lieu idéal pour que sa présence soit bien repérée par les seniors. Elle propose aux personnes isolées la mise en lien avec d'autres structures du quartier présentes elles aussi sur le marché comme la Cohue, la Direction de quartier, le centre social ou avec le groupe «volontaires solidaires». En janvier 2021, deux jeunes en service civique d'Unis-cité l'accompagneront sur le marché.



Depuis le 10 novembre, des promenades ou des visites de courtoisie à domicile, dans le respect des gestes barrières, sont proposées dans le but de rompre l'isolement.

Cette présence régulière sur le marché, ces visites, ces promenades rassurent les seniors et rythment leur semaine.

Un colis de « Noël solidaire » a été remis à 90 seniors isolés du quartier en partenariat avec Espacil, l'OPAR club de Maurepas, l'EHPAD du

Gast et avec le soutien de la ville de Rennes. Là aussi, merci aux bénévoles qui se sont mobilisés



Pour l'accompagnement multimédia, Célia tient une permanence pour apporter une aide dans les démarches administratives à la Cohue, 200 avenue du général Patton, tous les vendredis de 14h à 16h. Lorsque les rendez-vous des démarches administratives le permettent elle reçoit, à la Cohue, les adhérents du centre qui ont des problèmes avec leur matériel informatique (connexion de la caméra, du son...). Ces mises à jour permettent aux adhérents d'utiliser leur ordinateur, leur tablette ou leur smartphone pour, entre autres, se connecter aux cours en distanciel du centre.

Depuis le 30 octobre, Célia anime, en visio-conférence, les ateliers numériques séniors du vendredi. Elle aborde l'utilisation de l'application Zoom avec pour objectif pour les seniors de savoir créer des réunions et de pouvoir dialoguer via ce média.

Un grand merci à toutes ces bonnes volontés pour leur engagement.

#### Zoom sur...Pendant le confinement, la vie continue.

Dès l'annonce du deuxième confinement, le Bureau du Centre des Longs Prés a pris ses dispositions afin d'assurer une continuité des cours et des ateliers, en recourant à un système de visio-conférence (Zoom), et en décidant de mettre en place à la minovembre une formation afin d'apprendre aux professeurs qui le souhaitaient à réaliser des vidéos de leurs cours et à les mettre en ligne au profit de leurs élèves.

Malheureusement il n'a pas été possible de faire cela pour toutes les activités pour des raisons techniques ou pédagogiques.

Pour certaines activités (Yoga sur chaise, Informatique débutants, Couture, Dessin digital, Théâtre enfants, Cuisine Enfants et Ados, Manga Enfants) il sera proposé une poursuite des cours sur la deuxième quinzaine de juin et/ou des cours de rattrapage sous forme de stages lors des vacances de printemps.

Pour les autres, les cours en ligne ont pu reprendre le 2 novembre (Yoga et Histoire de l'Art), le 16 novembre (Sports de la forme) et enfin le 1er décembre (Peinture/modelage, Pastel/Huile, Informatique 2 et 3).

La fréquentation des cours en distanciel a été importante avec, par exemple, environ 60% des inscrits pour les Sports de la forme, 66% pour le Yoga, et 94% pour l'Informatique niveau 2 et 3.

Nous avons voulu savoir ce qu'en pensaient les personnes qui ont bénéficié de ces cours à distance et nous en avons interrogées quelques-unes, à distance bien entendu, Covid oblige!



Mélanie (cours de Stretch) juge ces cours en distanciel très utiles car « cela permet de continuer l'activité avec une personne qui connaît le groupe, en conservant l'horaire habituel » tout en regrettant que cette solution à distance « ne permette pas au prof de corriger certains mouvements ».

Guislaine (cours de Pilates) a suivi tous les cours en distanciel ce qui «lui aurait manqué sinon ». Elle regrette « l'absence d'interaction avec le prof qui ne nous voit pas et ne nous entend pas ».

Philippe (cours de Yoga) affirme qu'il était «indispensable de continuer l'activité» et que «le recours à Zoom est très bien car il permet une bonne visualisation des postures ».

Marie-Pierre (cours de Dessin) a suivi trois séances et rencontré quelques problèmes informatiques de son et d'image au début, mais qui sont maintenant résolus. « Les cours de dessin se déroulent en direct étape par étape, on peut présenter son dessin au prof par la webcam, et celui-ci peut alors faire un retour sur le travail effectué ».



Au final, ces personnes ont apprécié ces séances à distance, comme un moindre mal dans le contexte sanitaire actuel («c'est mieux que rien»), mais toutes n'aspirent qu'à retourner aux cours en salle en présentiel pour retrouver les échanges et la convivialité du groupe et ne souhaitent pas que cette situation perdure trop longtemps.

Alors, Mesdames, Messieurs, vivement que le centre fourmille à nouveau de votre présence.

PS: N'oublions pas une petite pensée pour les profs qui se sont mobilisés rapidement afin d'offrir une continuité de leurs cours à celles et ceux qui les suivent. Merci à elles et eux.

#### Tradition de la galette des rois

La tradition veut que l'on tire les rois le 6 janvier à l'Épiphanie. On place une fève dans la galette afin d'élire le roi ou la reine du jour.

Autrefois, le roi ou le reine devaient offrir à boire à toute la tablée ; c'est la raison pour laquelle beaucoup préféraient avaler la fève que de se désigner. La fève était initialement une vraie fève ou un haricot, car elle représentait le renouveau et surtout, tout le monde en possédait. La fève en porcelaine existe depuis le 18ème siècle et fait l'objet d'un véritable engouement de la part des collectionneurs de fèves surnommés les fabophiles.

Responsable de publication : Didier BARBÉ

Directeur de publication : Vincent GUILLARD

Comité de rédaction : Didier, Dominique, Georges, Jocelyne, Joëlle, Josette, Vincent, Virginie.

Diffusion bimestrielle par le Centre socioculturel Les Longs Prés par mail aux adhérents et sur le site.

Contact: 3 rue des Longs Prés, 35700 Rennes. 02 99 38 43 86, accueil@leslongspres.fr.

Vous pouvez consulter notre newsletter en PDF sur le site des Longs Prés www.leslongspres.fr.

### Retour sur...Les enfants et les seniors réunis à distance!

Le Noël des seniors traditionnellement organisé tous les ans par les Longs Prés, l'OPAR, Espacil Habitat et l'EHPAD du Gast n'ayant pas eu lieu, un autre projet a vu le jour.



Gwendoline et la commission Bien Être Senior ont préparé des colis à destination des personnes inscrites à ce Noël. A l'intérieur de ce colis, des gourmandises, de la déco de Noël et des dessins d'enfants.

Ces derniers sont nés d'une participation active des classes allant du CP au CM2 de l'Ecole des Gantelles. Chaque enfant a pris le temps et le plaisir de faire un dessin de Noël pour un senior et quelques mots ont été ajoutés :



« Bonjour, passez un joyeux Noël même tout seul, ça peut-être bien. Quand je fêterai Noël je penserai à vous, si je le pouvais je le fêterais avec vous. » Loïse

« Noël tout seul ou avec la famille, la magie reste tout le temps. Alors, passez un merveilleux Noël, profitez de vos cadeaux et de la magie de Noël. Restez toujours heureux quoi qu'il se passe. » Lena

#### A noter!

#### Concours de peinture 2021

Compte tenu de la crise sanitaire actuelle, le concours de peinture qui devait se tenir à partir du 22 mars 2021 pour le dépôt des œuvres est annulé et reporté à l'automne prochain.

Merci de votre compréhension.

