

# Le petit Bavard de Grenoux

Magazine d'infos des habitants de Grenoux

N°24 - Juin - 2014

## Éditorial

Mois de juin, mois de l'arrivée de l'été, des jours les plus longs, des projets de vacances et aussi des grands événements puisque quand vous lirez cette édition n°24 de votre « Petit Bavard de Grenoux », la coupe du monde football au Brésil sera sur le point de commencer.

Même sans être « accro » de foot, vous allez sûrement passer quelques heures devant votre télé à suivre les exploits des vedettes du ballon rond.

Pour vous détendre entre deux soirées télé, pizza, coca, bière, ce numéro 24 vous rappelle tout ce qui a fait l'actualité dernièrement et tout ce qui va se passer prochainement dans notre quartier de Grenoux.

Découvrez avec les jardiniers les joies de cultiver son carré de terre, avec les enfants les trésors de la ferme, avec les jeunes « Mon club Nintendo » ; réservez votre journée du 14 juin pour participer à « Grenoux en fête » et notez les fêtes des écoles Françoise Dolto et Sainte Marie le 29 juin.

Après le résultat du tricotin de Grenoux, découvrez dans les bons coins, les astuces pour lutter contre la chaleur, une bonne recette de Mamie Framboise et des jeux pour sortir la tête de vos écrans télé.

« Le petit Bavard » se veut être un lien entre tous les habitants du quartier comme le ballon qui passe de l'un à l'autre, pour se connaître, partager de bons moments et cultiver le bien vivre à Grenoux. Il est désormais consultable sur internet à partir du site <http://www.grenoux.org/>.

Le groupe de Rédaction

“La vie est toujours trop cruelle.

Tout ce que nous pouvons faire, c'est essayer de passer le ballon et laisser le soleil briller. En espérant qu'il brille pour tout le monde ! ”.

*Eric Cantona*



## Sommaire

|  |                                      |             |
|--|--------------------------------------|-------------|
|  | Grenoux à la loupe .....             | 2           |
|  | Place du Bavard .....                | 2           |
|  | Pleins feux sur.....                 | 3           |
|  | Ça s'est passé hier .....            | 4-5-6       |
|  | Place aux jeunes et seniors.....     | 7           |
|  | Ça se passera demain .....           | 8-9         |
|  | Les loisirs du Bavard .....          | 10-11       |
|  | Les bons coins du petit bavard ..... | 12-13-14-15 |



**LAVAJ**  
LA VILLE



# Grenoux à la LOUPE

## Il était une fois « Grenoux » (suite)...

Le printemps est enfin arrivé et les fleurs éclosent dans les jardins ; c'est quand même beau la nature ; tout se fait naturellement et le résultat est superbe ; dans le numéro 24 de notre petit journal, nous allons continuer à progresser dans la future Annexion de Grenoux à la Ville de Laval un peu plus rapidement ; la dernière édition était quand même un peu trop technique et puis... toutes ces taxes agissent d'une façon trop négative sur notre moral..

En cette période d'annexion, 26000 habitants de population sédentaire et 3000 de population mobile, en tout 29000, sont actuellement réunis dans la même enceinte mais ils appartiennent à quatre communes et sur le plan légal, Laval n'est encore qu'une ville de 20000 personnes ; elle ne peut pas être mise dans une autre catégorie par les étrangers, le département

ou l'état ; les communes d'Avesnières, de Grenoux et de Changé ne sont que des communes rurales ce qui n'apporte aucune importance à Laval ; quand celles-ci seront rattachées légalement à Laval, elles devraient apporter un intérêt certain dont elles mêmes pourront profiter ; le progrès n'est pas seulement la loi des nations ; n'oublions pas que, pour Laval, le moyen d'obtenir cet heureux résultat, c'est l'Annexion.

En abordant la question d'opportunité, les grands travaux publics exécutés ou en cours d'exécution ont déplacé de nombreux intérêts et modifié l'état ancien de Laval et des communes limitrophes.

Sur les routes de Rennes et d'Ernée, sur la commune de Grenoux, sur la rive gauche de la Mayenne, et aux environs de la gare, sur la commune de Changé, des

quartiers se sont transformés ; le quai de l'Impératrice n'est pas achevé et déjà il y a de nouvelles maisons ; des commerces, des ateliers, des fabriques fleurissent en dehors de Laval et on remarque un mouvement d'émigration de plus en plus important ; le risque de l'Annexion aura aussi des conséquences néfastes pour Laval car il y a aura une redoutable concurrence pour son industrie..

Mais nous n'en sommes pas encore là puisque ce ne sont encore que des projets. ; Nous poursuivrons notre petite avancée dans l'évolution de cette fameuse Annexion dans notre prochain « Petit Bavard ».

*Françoise Chauvelé*

*Sources : bibliothèque départementale*



## Place du BAVARD

### Des bancs pour la pause...

Le situation géographique de notre quartier de Grenoux en périphérie de la ville offre la possibilité de promenades. L'environnement naturel valorise cette impression de vivre en marge de l'animation urbaine mais il y manque des installations pour faire la pause : des bancs.

Sur la demande d'un participant à une assemblée de quartier, initiée par le Maire de l'époque, ce dernier avait pris l'engagement de donner suite à la suggestion.



Début mars, une délégation d'élus municipaux accompagnée de quelques grenois ont parcouru les rues, chemins et circuits de proximité. Un agent des services techniques de la ville a pris note des souhaits de lieux d'implantation d'une dizaine de bancs.

Les beaux jours arrivant, il est souhaitable que cette initiative aboutisse à la satisfaction de l'ensemble de la population, toutes générations confondues.

Suivant une information récente de la maison de quartier, le projet est en cours de réalisation.

*Jean Clayer*



# Pleins FEUX sur...

## L'envie du pokéclub

Mon copain Pierre m'a fait découvrir les jeux de pokémon. Longtemps après il a eu l'idée de monter un club mais ça n'a pas fonctionné. Ses copains, qui voulaient y participer habitaient trop loin.

Du coup j'ai eu envie de le créer parce que cette idée me plaisait beaucoup car j'aime les pokémons et j'espérais me faire des amis comme ça.

J'aime jouer à la nintendo. Je regarde les films à la télévision, des vidéos sur internet, je fais la collection des jeux. Et j'en avais marre de jouer tout seul.

J'en ai parlé à mes parents et ma mère m'a répondu d'essayer d'aller voir la maison de quartier de Grenoux. C'était au début de l'année 2013. J'y suis retourné plusieurs fois. La première fois je leur ai présenté mon idée :

- un club de jeu de Pokémon sur Nintendo
- pour des enfants de 8 à 12 ans
- dans une salle pour faire du jeu à plusieurs
- avec tous les jeux de version couleur
- pour Nintendo 2D et 3D parce qu'on peut tous les connecter
- pour parler de notre passion

Ils m'ont dit qu'ils allaient en discuter entre eux pour voir si c'était possible.

La deuxième fois que j'y suis retourné, la maison de quartier m'a demandé mon numéro de téléphone et mon adresse et elle m'a dit qu'ils étudieraient ma demande.

La troisième fois c'était oui et ils ont appelé mes parents pour savoir s'ils étaient au courant de mon projet et si on pouvait se rencontrer avec maman et moi.

A la réunion après l'été entre maman, Alexia et moi, j'avais déménagé et du coup je faisais partie du quartier d'Hilard. Alexia m'a dit qu'elle m'aidait quand même à monter le club et que ça se passerait dans une salle à Sainte Catherine (annexe de la maison de quartier d'Hilard).



**Mon club nintendo**



On a simplifié les conditions pour entrer dans le club en disant que toutes les versions de Pokémon étaient possibles. On m'a proposé de créer l'affiche et les flyers (annexe) à distribuer.

Les maisons de quartier d'Hilard et Grenoux voulaient que 2 parents soient présents à tour de rôle pendant les séances pour la sécurité et pour qu'ils se rencontrent. Il faut que ce soit un moment de rencontre pour nous mais aussi pour les parents.

On a aussi décidé de proposer les réunions un samedi sur 2 de 10H à midi, sauf pendant les vacances scolaires.

Le club a commencé juste avant les vacances de Noël. On a fait 2 réunions mais il n'y avait pas assez de personnes. Une fois il n'y avait personne du coup on a discuté. Alexia a proposé de faire une séance du club pendant les vacances de février.

Ça a bien marché, on était nombreux (9 enfants et 3 mamans). Certains avaient des jeux autres que ceux de Pokémon. On s'est prêté les jeux, on s'est connecté en réseau et certains regardaient d'autres jouer par moment. Du coup on a pensé à étendre le club sur tous les jeux de Nintendo DS, 2DS et 3DS. Tout le monde a décidé de recommencer pendant les vacances scolaires, une fois par semaine, même cet été, toujours de 10H à midi.

*Gabriel Guillou  
11 ans*



# Ça s'est passé **HIER**



## 4 nouveaux carrés dans les jardins partagés

Dans le cadre des Temps d'Activités Péri-scolaire (TAP), un cycle d'animations autour du jardinage est proposé aux enfants des écoles de Grenoux. L'objectif de ce travail est de découvrir des modes de cultures à la fois bio et écologique, découvrir la faune et la flore de nos jardins et de sensibiliser les enfants à l'environnement (protection de la nature, compostage...).



Ces ateliers sont réalisés en partenariat avec l'accueil de Loisirs, L'Association Vivre à Grenoux, la maison de quartier de Grenoux et le Centre Initiation Nature. Une parcelle a été réaménagée avec 4 bacs en carré. Pour information, la répartition se fera de la façon suivante : 3 bacs pour les TAP et 1 bac pour les animations petite enfance RAM/Bouts d'chou/ maison de quartier. Nous tenons à remercier Michel MOISDON, les jeunes du chantier argent de poche ainsi que tous les bénévoles pour l'installation et la fabrication des 4 bacs.

*Khalid MEKKI*

## CELTIC SHOW

Fête de la St Patrick à Rennes  
le Samedi 22 mars 2014.

39 personnes sont partis de Grenoux à 18h15 pour aller voir le Celtic Show au Liberté à Rennes. 3 h de spectacle avec le Bagad de Lann-Bihoue, The Royal Scots Pipe Band et CelticDances.

Une soirée inoubliable. Les meilleures troupes irlandaises, écossaises et bretonnes étaient réunies pour cette soirée à Rennes !

Un voyage dans l'âme d'une tradition bien vivante.

Nous sommes revenus à Laval le Dimanche à 1h00 du matin.

*Isabelle Sorel*



## « Le petit chaperon rouge »

Samedi 22 mars 2014

« J'ai aimé cette représentation mitigée pleine de suspens et d'interrogations. Ça nous a fait voir une autre version assez contemporaine du petit chaperon rouge que nous connaissons traditionnellement »

«Noorhane Yassine 12 ans»  
"Ce spectacle représente de la danse contemporaine qui exprime des sentiments. Il faut donc avoir de l'imagination".

*"Sara Gallai 11 ans"*



## Après-midi Country

le 6 avril 2014

C'est par un bel après-midi ensoleillé que le groupe Country Western de L'AVAG s'est retrouvé le dimanche 6 avril dans une salle de la maison de quartier d'Hilard pour danser avec d'autres personnes ou d'autres groupes des chorégraphies de danse country. Accompagnés par Anne Brunet professeur de danse, nous avons ainsi passé l'après-midi entre danses et dégustation de desserts préparés par les danseuses de Country Western. Ce fut un bel après-midi très sympathique et réussi.

*Isabelle Sorel*

## Ecole Sainte Marie

L'année scolaire s'avance à grands pas... et beaucoup d'événements se sont déroulés à l'école.

Le samedi 5 avril, des parents d'élèves et des enseignantes se sont retrouvés pour mettre de la lasure sur les murs extérieurs afin de redonner une belle apparence à notre école.

Les portes ouvertes ont connu un franc succès en rassemblant autour de l'équipe enseignante les élèves, les parents d'élèves et également les nouveaux parents venus découvrir nos locaux et prendre des renseignements sur notre projet éducatif et pédagogique.

Chaque classe mène à bien des projets divers et variés :

-La classe de PS/MS travaille autour du thème de l'année « Le temps qu'il fait, le temps qui passe » en observant les différentes manifestations du temps avec un thermomètre, un moulin à vent et un pluviomètre.

-Les classes de MS/GS et de CP/CE1 travaillent avec un professeur de l'école de musique le rythme et le chant.

-Les classes de cycle 3 préparent leur départ en classe de mer à Paimpol qui se déroulera du 12 au 16 mai prochain.

Le voyage scolaire des élèves de cycle 1 et 2 aura lieu le vendredi 16 mai et se déroulera dans la forêt de Brocéliande où les enfants participeront à des ateliers pédagogiques comme par exemple un parcours sensoriel.

Vous pouvez toujours contacter la Directrice qui se tient à votre disposition au 02 43 90 70 13 pour tous renseignements et pour les inscriptions de la rentrée de septembre.

*M<sup>me</sup> LEVACHER*





# Ça s'est passé **HIER**

## Le temps des tout-petits...

Les enfants de 0 à 5 ans ont pu découvrir durant 3 semaines, du 22 avril au 17 mai, les animaux de la ferme. Chaque professionnel du quartier et parfois des services de la ville ont ainsi partagé des supports différents et adaptés aux plus petits. Une richesse appréciée par tous comme l'exprime les témoignages suivants :

### Lors des ateliers en matinée :

- « Nous trouvons intéressant de travailler en partenariat avec la maison de quartier de Grenoux, cela nous permet de côtoyer des enfants des écoles ainsi que ceux accompagnés par leurs parents ou / et assistantes maternelles. Chacun a été attentif aux histoires d'animaux de la ferme que nous leur avons racontées » *Fathia et Christelle (Bibliothèque municipale de Laval)*



- « Belle participation des enfants ce matin aux ateliers proposés par la ludothèque et la bibliothèque de la ville. Ronan semble très intéressé par le jeu de Domino. Après avoir réalisé quelques encastrement Léna, Marius, Pauline et Orane ont écouté avec attention, parmi de nombreuses histoires, celle d'une poule et son œuf mis en scène sous la forme d'un petit théâtre japonais (kamichibaï) » *Yolaine (Relais Assistantes Maternelles, service petite enfance de Laval)*.

Parents et grands-parents accompagnateurs des élèves de petite section de l'école Ste Marie :

- « J'ai accompagné la classe de mon fils. L'animation proposée permettait aux enfants de découvrir les animaux de la ferme de façon complète » *Aurore*
- « C'est sympa ici, c'est varié. C'est bien pour le quartier » *-Annick*
- « C'est bien pour les enfants, il y a beaucoup de jeu à découvrir en même temps. Les enfants se sont bien rappelés des histoires du coin bibliothèque » *Yvon*
- "Mon fils a rencontré d'autres enfants. Je suis venue aussi pour la lecture de livres proposée par la bibliothèque. J'ai trouvé ça très intéressant » *Anna*

- « Parents, grands parents et assistantes maternelles ont caressé veaux, volailles et chats avec leurs tout-petits. Ensemble, ils ont observé le fonctionnement d'une ferme, testé l'utilisation d'une trayeuse, compris la provenance des produits agricole et goûté le lait. Même les flaques de boue et la paille, éléments nouveaux pour certains, ont animés ce bel endroit. Un joli moment de partage et de convivialité » *Alexia (maison de quartier de Grenoux)*.



### Autour de la mini ferme de Tiligolo installée aux jardins partagés :

- « Les petits Bouts d'chou ont été ravis que la ferme Tiligolo leur fasse découvrir les bébés animaux. Pouvoir les caresser et leur donner à manger, quelle joie ! Les petits ont adoré ». *Isabelle, Nathalie et Laurence (membres de la commission Bouts d'chou)*.

*Les jeux de la ludothèque ainsi que les livres de la bibliothèque étaient bien choisis car adaptés au public de ces jeunes enfants; le tout a été bien pensé et s'est déroulé dans le calme et la bonne humeur ! C'est une animation réussie à renouveler...*

*L'animation proposée par la ferme de TILIGOLO était de qualité: les caresses possibles faites par les enfants aux animaux, l'action partagée de donner à manger à la volaille avec des graines, celle de faire traire une chèvre puis de donner le biberon ainsi que la possibilité de faire des photos ont été réalisées; peut-être aurait-il fallu faire participer davantage d'enfants à tour de rôle ? Un de mes élèves a été très affecté de ne pas avoir été pris....* *Françoise JOLIVET (École Sainte Marie)*



### Remarques d'enfants :

- « peut-être qu'il y aura des crocodiles à la ferme de TILIGOLO ? »
- un enfant concernant les animaux de la basse-cour : «ce sont des animaux volants !»
- suite à l'interrogation de TILIGOLO «où est le lait pour nourrir le chevreau ?», un enfant dit «le lait ? il est dans ça» (en montrant les mamelles).

Alexia VABRE



# Ça s'est passé **HIER**



## "Au rendez-vous des jardiniers"

**Les jardins partagés de Grenoux étaient en fête le samedi 17 mai dernier**



Cette manifestation a connu un vif succès sous un soleil splendide, le dicton du mois a pu se vérifier "En mai, fais ce qu'il te plaît".

Toutes les animations proposées ont été fréquentées et appréciées comme en témoigne ces quelques commentaires recueillis par l'animateur du jour, un jardinier, Guy Rouault.



**Guy :**  
*"Que trouvez-vous d'intéressant ici?"*  
**Jacques :**  
*"Depuis un moment, je n'ai pas eu*

*encore le temps de tout voir tellement le contact avec les personnes est facile et puis le cadre ici est agréable, la qualité des jardins est remarquable"*

**Guy :**  
*"Il y a ici, de nombreux enfants, qu'est-ce qui vous a plu les enfants?"*

**Clélia :**  
*"Pour moi, les animaux de la ferme m'ont attiré, j'ai pu caresser les lapins, le cochon, le canard, l'agneau..."*

**Eléonore :**  
*"se retrouver au milieu des animaux m'a plu, j'ai même pu traire la chèvre"*

**Guy :**  
*"Il y avait des animations pour tous les goûts, voici encore quelques commentaires recueillis au cours de l'après-midi :*

*"Les explications données au stand sur les tomates m'ont appris beaucoup"*  
*"Je ne savais pas que tant de plantes sauvages ont leur utilité, maintenant*

*je peux en reconnaître certaines"*  
*"Savoir que la mare de Grenoux contient autant de vies m'impressionne, les tritons pêchés pour l'animation sont extraordinaires"*

*"J'ai fait ici mon marché aux plantes, les produits sont vraiment de qualité"*  
*"Les peintres, Annie et Danielle certes silencieuses, ont exprimé leurs talents, les tableaux inspirés des jardins sont magnifiques"*

Nous avons recueilli seulement quelques commentaires, mais tout le monde est reparti très satisfait de cette manifestation réussie. Celle-ci sera sûrement reconduite l'année prochaine...

Robert Chollet



## Les jardins partagés de Grenoux s'animent

Depuis le printemps, les jardins partagés de Grenoux connaissent un renouveau. En effet, 13 nouvelles familles se sont nouvellement inscrites et goûtent maintenant aux joies du jardinage.

Nous avons rencontré et interrogé quelques jardiniers pour savoir comment ils perçoivent ce nouveau loisir.

Interviews :

**Robert : Avez-vous déjà jardiné par le passé ?**

Audrey : « Non, c'est la première fois, j'apprends ici »

Mickaël : « Pour moi aussi, c'est nouveau, je m'initie »

Claudette : « Moi, j'ai déjà jardiné, il y a longtemps, je suis contente de m'y remettre »

**Robert : Qu'est-ce que vous aimez faire sur votre terrain ?**

Audrey : « J'ai fait, entre autres, des betteraves, des pommes de terre... »

Mickaël : « J'ai planté des fraises et semé des carottes »

Claudette : « Moi je fais des haricots, des pommes de terre, j'aime aussi les fleurs »

**Robert : Qu'est-ce qui vous attirent dans les jardins partagés ?**

Audrey : « Ici, c'est convivial, on échange et on bénéficie de conseils »

Mickaël : « Pour moi, c'est pratique, j'habite tout près, je peux venir à pied, c'est un

jardin de proximité »

Claudette : « Il y a un bon accueil, on discute entre nous, c'est super »

Comme le montrent ces commentaires, une bonne ambiance existe bien dans ces lieux, c'est une expérience enrichissante. Nous n'avons pas pu interroger tout le monde mais nous souhaitons à tous les jardiniers de Grenoux la meilleure saison possible !

Robert Chollet



L'un des nouveaux jardiniers à l'œuvre



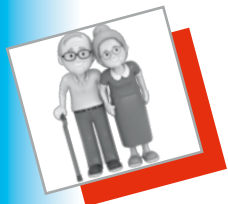
# PLACE aux JEUNES

## Décoration de l'accueil de la maison de quartier

La maison de quartier de Grenoux a organisé un chantier argent de poche afin de réaliser la décoration de l'accueil ainsi que la préparation des bacs de jardin en bois. Nous étions 4 jeunes pour ce chantier. Nous avons repeint l'accueil avec de la peinture aimantée et de la peinture ardoise. Pendant le temps de séchage de la peinture nous avons réalisé et décoré des présentoirs.

Nous avons également fabriqué des carrés de jardin en bois qui serviront pour les enfants. Nous tenons à remercier Michel MOISDON habitant du quartier pour tout le travail réalisé préalablement (peinture, coupe de bois, conseils...) ainsi que Khalid MEKKI l'animateur de la maison de quartier.

*Marie, Lucie, Corentin, Baptiste*



# PLACE aux SENIORS

## Initiation à l'informatique

Pour certains parmi nous, particulièrement ceux qui n'ont pas appris la pratique de l'ordinateur dès leur jeune âge, la communication par internet et autres applications restent mystérieuses – ceci vaut particulièrement pour les seniors. La nécessité d'assimiler les notions informatiques est telle qu'un apprentissage est ressenti obligatoire. C'est pour répondre à cette demande que la maison de quartier organise une session d'initiation avec un groupe de 5 personnes accompagné par une animatrice technicienne en informatique.

Le calendrier des cours est établi.  
Une expérience dont nous reparlerons

*Jean Clayer*



# Ça se passera **DEMAIN**



## GRENOUX EN FÊTE



### “Grenoux en fête”

Et oui, le 14 juin 2014 nous serons dans les années 80 pour notre traditionnel fête de quartier !

Des animations, des jeux pour adultes et enfants, avec pour la première fois une compétition du jeu du mölkky pour tous. Des mascottes comme Casimir et Winnie

l'ourson seront là pour cet après-midi haut en couleur.

Et confiance pour confiance, le repas du soir sera animé par Claude-Noël Animation.

Venez manger et pour le plaisir, prendre le micro avec un karaoké qui vous fera retourner 34 en arrière. Et quand la musique est bonne...

Le meilleur chanteur adulte et les meilleurs chanteurs enfants se verront remettre un cadeau.

Isabelle Sorel



Amicale Laïque Françoise Dolto  
organise sa fête de l'école

**Le dimanche 29 Juin 2014 de 10h à 18h**  
**Le thème est : Les Voyages dans le temps**

De 10h à 11h30 aura lieu le spectacle de la maternelle. Ensuite sera offert aux parents le verre de l'amitié et à partir de 12H, les parents et enfants qui le souhaitent pourront se restaurer par le biais du menu qui sera proposé (le menu n'étant pas encore défini à ce jour).

14H reprise du spectacle avec l'école élémentaire.

Un défi famille sera proposé aux familles, stand de maquillage et de nombreux stands de jeux.

A.L.E.D

École Sainte Marie  
organise sa fête d'école

**le dimanche 29 juin 2014.**

Elle s'animera autour du thème de l'année :  
« Le temps qu'il fait, le temps qui passe ».

**le chaînon manquant**  
**du 17 au 21 septembre**

Ce festival propose une programmation artistique  
pluridisciplinaire internationale : théâtre, danse, cirque,  
chanson, musique, spectacles jeune public, arts de la rue...



# Ça se passera **DEMAIN**

## Sortie Randonnée sur la grande île de Chausey Le 7 Septembre 2014

Départ 7h00 devant l'Église de Grenoux pour Granville où un bateau nous attendra pour une traversée de 40 mn jusqu'à la grande île de Chausey.

Le point de départ de la rando se fera sur le port de Chausey. Une marche d'environ 5 km d'une durée de 1h30 à 3h30. C'est un circuit commenté de difficulté moyenne accessible aux familles.

Départ de Chausey à 16h pour Granville (visite libre).  
Retour vers 21h15 devant l'Église de Grenoux.

Tarifs : Adulte (+ de 14 ans) : 18 €  
Enfant (de 5 à 14 ans) : 13 €

Isabelle Sorel



MAISON DE QUARTIER GRENOUX  
COMITÉ D'ANIMATION «L'ASSOCIATION VIVRE À GRENOUX»

## VIDE-GRENIER

Dimanche 14 septembre 2014  
de 8h à 18h

Parking SAV du Magasin Carrefour



Infos pratiques :

Tarif : 4€ les 2 mètres

Installation des exposants : à partir de 7h00

Réervations : du 23 juin au 12 septembre 2014 -  
Se munir d'une pièce d'identité



MAISON DE QUARTIER GRENOUX  
COMITÉ D'ANIMATION «L'ASSOCIATION VIVRE À GRENOUX»

## SPECTACLE IRISH CELTIC

Dimanche 30 novembre 2014  
à 15h30

Salle polyvalente – LAVAL



Tarif unique : 25€

Renseignements et inscriptions à la maison de  
quartier de Grenoux du 21 avril au 27 juin 2014



## DISNEYLAND PARIS Le 29 novembre 2014

Venez découvrir les deux parcs Disney .  
Plongez dans la magie Disney avec plus de 50 attractions,  
spectacles et parades.  
Vivez les célèbres contes de fées dans un tourbillon de magie,  
couleurs et lumières à travers le Parc Disneyland.  
Et retrouvez-vous devant et derrière la caméra, au Parc Walt  
Disney Studios. Découvrez les cinq pays magiques autour des  
grands classiques Disney.



Départ :  
samedi 29 novembre  
à 6h00 devant l'Église  
de Grenoux.

Retour :  
dimanche 30 novembre  
vers 1h30.

Tarifs : Adulte : 33 € (12 ans et +)  
Enfant : 29 € (3 à 11 ans inclus)

Isabelle Sorel



# Les loisirs du BAVARD

**LAVAJ**  
LA VILLE

## LES ANIMATIONS ESTIVALES SUR LE QUARTIER



L'ÉTÉ À LA MAISON DE QUARTIER

« A Grenoux, un été gourmand qui bouge »

Les équipes d'animation des maisons de quartier Grenoux et d'Hilard en partenariat avec les comités d'animation L'AVAG et le CALNO s'associent pour vous faire passer à vous, votre famille, vos amis et vos voisins un bel été ensoleillé.



**Devenez le master chef de votre quartier !!!**

Un concours de cuisine se déroulant tout l'été dans les quartiers d'Hilard et de Grenoux, les mercredis 9, 16, 23 et 30 juillet ainsi que les 6 et 13 août à partir de 20 heures.

La finale aura lieu le 21 août lors de la soirée cinéma de plein air.

L'objectif est avant tout de réunir des cuisiniers ou de simples gourmands autour d'un concours de cuisine et de soirées festives. Règlement disponible à la maison de quartier de Grenoux.



### Des journées détente en plein-air "Brin de vacances" au jardin

Pique-nique, barbecue, jeux de plein-air, ateliers artistiques et bricolage.



### Des sorties à la journée

les samedi au bord de la mer : St Malo...

En semaine, Parc d'attractions, PAPEA, Echologia...

### Des soirées pour tous "A votre porte"

Des temps conviviaux et festifs animés par le bus 2 vaches de Carabistouille, la caravane à chansons de Dédé la gratte, l'association Top Brésil, la compagnie des arbres et des hommes et autres chanteurs, danseurs, musiciens...

### Des temps fort festifs

Samedi 05 juillet : Journée familiale sportive pour tous au City-stade.

Jeu 21 août : cinéma de plein-air quartier Ferrié (ex 42ème)

Mercredi 27 août : journée de clôture de l'été pour tous les quartiers au square de Boston.

### Des activités spécifiques par tranche d'âges

#### Quinzaine de la petite enfance à Grenoux / Hilard

Les maisons de quartier Grenoux / Hilard, le relais assistantes maternelles, le lieux d'accueil enfants parents d'Hilard (LEAP) s'associent pour proposer différentes animations adaptées aux tout-petits accompagnés de leurs parents, grands-parents, assistantes maternelles...

**du 07 au 11 juillet : thème le voyage à Hilard**

**du 15 au 18/07 thème : la gourmandise à Grenoux**

#### Les enfants et les jeunes

Projet argent de poche

**Les 7 et 8 août 2014**, séjour sportif pour les 11 / 15 ans avec Anjou Sport Nature à la Jailles Yvon (49)

#### Les seniors

Des sorties : pêche, domaine de la petite Couère

Les vendredis, de 15h à 17h00 : atelier Gym équilibre

Les mardis après-midi : belote et jeux de société

### «L'ETE A L'ACCUEIL DE LOISIRS DE GRENOUX»

Les vacances d'été à l'accueil de loisirs de Grenoux s'articuleront autour du thème suivant : «BIENVENUE A BORD A DESTINATION DE...». Les équipes d'animation proposeront des activités manuelles, sportives, artistiques... variées pour tous les enfants.

*Les plannings et les fiches de réservation seront à disposition à l'accueil de loisirs de Grenoux à compter du mercredi 14 mai 2014 et à retourner au plus tard pour le vendredi 6 juin 2014.*

**Les enfants, qui le souhaitent, pourront aussi partir en séjours :**

**SAULGES (53)** pour les enfants nés en 2006/2007

9 places en juillet et 9 places en août



**THARON-PLAGE (44)**

pour les enfants nés en 2002, 2003, 2004 et 2005  
16 places en juillet et 16 places en août



**LAVAL**  
LA VILLE

# Les loisirs du BAVARD

## ACTIVITES TECHNIQUES 2014/2015

Activités proposées  
(sous réserve de modification)



### Activités ville

**Patchwork** : lundi de 14h00 à 16h00, animé par Catherine Trolet. Réalisation d'ouvrages décoratifs personnalisés.

**Anglais** : lundi de 18h30 à 19h30, animé par Dioti Gendron. Cours adultes et jeunes qui désirent pratiquer un anglais "pratique" et non scolaire.

**Couture** : jeudi de 9h00 à 11h00, animée par Catherine Trolet. Apprentissage des techniques de la couture à partir de réalisations personnelles (vêtements, décorations...)

**Gymnastique** : mardi de 20h30 à 21h30, animée par Kader MEKKI. Renforcement musculaire et remise en forme.

**Gymnastique équilibre** : vendredi de 14h à 15h animée par Siel Bleu

### Activités comité d'animation "L'Association Vivre à Grenoux"

**Randonnée pédestre** : mardi à 13h45, animée par Eugène, bénévole du comité d'animation. Randonnée de 7 à 8 km sur Laval et ses alentours.

**Belote** : mardi de 14H à 17H30. Rencontres conviviales de seniors autour de la belote. Organisation occasionnelle de tournois, sorties et visites.

**Yoga** : mercredi de 20H30 à 21h30, animé par David LEURANT.

**Danse country** : vendredi de 20H à 21H, animée par Anne Brunet de l'association SMSP de Montigné et deux bénévoles du comité.

### Tarification

Pour les lavallois, la tarification est calculée en fonction des revenus.

### Inscription

A partir du lundi 25 août 2014 à la maison de quartier de Grenoux

### Modalités

Afin de faciliter votre inscription aux activités pour la rentrée prochaine, vous êtes invités à aller faire calculer votre nouveau quotient familial et signaler tout changement de situation familiale au centre administratif municipal de la ville de Laval, au guichet n°5 « démarches administratives ». Il sera demandé à l'inscription pour déterminer votre tarif à l'activité.

### Pièces à fournir :

- Montant des prestations familiales éventuellement perçues par la famille (disponible sur internet avec votre identifiant et mot de passe).
- Avis d'imposition 2013
- Justificatif de domicile

### Prévoir dès maintenant

- Votre démarche auprès du Centre Administratif Municipal, guichet n°5 « démarches administratives » pour l'établissement de votre nouveau quotient familial 2014.

- Un relevé d'identité bancaire si vous optez pour le prélèvement échelonné.

- Un certificat médical obligatoire pour les activités gymnastique, yoga et randonnée pédestre

*NB : le certificat médical est valable plusieurs mois. Merci d'anticiper vos rendez-vous afin d'éviter tout retard dans le démarrage de votre activité.*

### Renseignements :

Maison de quartier de Grenoux  
57 rue de la Gabelle  
53000 LAVAL

Tél. : 02 53 74 15 30

### DEFI TRICOTIN au 19 mai 2014

Quartier de Grenoux : 1726,62 m  
Ville de Laval : 20365,38 m

DEFIONS jusqu'à la fin de l'été le record mondial de 24 km!!





# Les bons COINS du petit bavard

## Le coin des Astuces

### Quelques astuces pour lutter contre la chaleur de l'été

#### Pour rafraîchir votre logement

Dès le matin, fermez au  $\frac{3}{4}$  les volets ou les stores et laissez votre fenêtre ouverte. Votre maison sera aérée sans pour autant être chauffée par les rayons du soleil.

Étendez de grands linges humides chez vous, de préférence devant votre ventilateur, c'est une méthode simple et pas chère pour faire baisser de quelques degrés la température chez vous.

Installez une serviette mouillée devant une fenêtre aux volets fermés et en courant d'air (il faut remouiller la serviette quand elle est sèche !)

Mettez des couvertures de survie à vos fenêtres, cela permettra d'empêcher en partie la chaleur d'entrer.

Passez plusieurs fois une serpillière très mouillée sur le carrelage afin de laisser évaporer l'eau pour apporter un peu de fraîcheur par le sol.

N'hésitez pas à inviter des plantes vertes chez vous. Elles retiennent, régulent l'humidité et décorent ! Profitez-en pour choisir des plantes dépolluantes, une pierre deux coups !

Enfin, si vous ne subissez pas de restriction d'eau, arrosez votre maison ainsi que votre toiture.



#### Pour passer la nuit au frais :

Accrochez votre linge de lit dans la partie la plus fraîche de votre maison durant la journée. Dès que vous vous levez, mettez votre linge de lit dans la pièce la plus fraîche de la maison.

Placez un petit oreiller au congélateur une ou deux heures avant d'aller au lit. Enveloppez-le au préalable de quelques sacs en plastique pour empêcher la formation de glace sur le tissu.

Enfin, un dernier conseil pour tous, n'oubliez pas de boire de l'eau.

*Pierre Vachette*

### BAVARD'ÂGE

#### À l'atelier d'écriture, quelques pensées poétiques...

Cette femme est assise là, paisible ; tout est silencieux autour d'elle ; le temps s'écoule doucement et, soudain tout se met à changer, à bouger..mais elle ne sent rien ; une ombre passe près d'elle ; elle lui sourit comme si elle la connaissait et puis disparaît.

Pour revenir plus tard, habillée différemment, comme si le vent la poussait vers cette femme attendrie qui attend...mais qu'attend-t-elle donc enfin ??

Et puis le film de sa vie se déroule et tout devient transparent, fluide comme du sable qui glisse entre vos doigts ; tout cela se dévoile avec l'image de sa propre vie, comme un envoûtement, une découverte.

Son passé lui appartient mais elle ne le sait pas encore ; il se précise et, en même temps, lui fait peur.

*Françoise Chauvelé*



# Les bons COINS du petit bavard

## Le COIN des Gourmand

### Les recettes de Mamie Framboise COQUILLES ST-JACQUES A LA PARISIENNE



#### Ingrédients (4 à 6 personnes)

6 coquilles st-jacques,  
1 verre de vin blanc,  
1 oignon, 1 échalote, bouquet garni,  
2 pincées de poivre,  
80g de beurre,  
un peu de sel  
2 cuillères à soupe de farine,  
50 g de gruyère râpé  
6 cuillères à café de chapelure (facultatif)  
une petite boîte de champignons émincés,  
du lait selon la consistance.

Les noix de st jacques étant bien nettoyées à cause du sable, il faut les cuire dans un court-bouillon composé du vin blanc (assez pour baigner les chairs), de l'oignon et de l'échalote émincés avec le bouquet garni, sel, poivre ; les laisser cuire sans bouillir pendant 10 minutes.

Faire ensuite une sauce assez épaisse avec le beurre, la farine ; mouiller avec la cuisson des coquilles, le jus de la boîte de champignons et le lait (pour enlever l'acidité du vin blanc) ; bien mélanger le tout ; quand vous avez obtenu une préparation assez épaisse (pas trop quand même) couper les chairs des coquilles en petits morceaux et les ajouter à la préparation ainsi que les champignons émincés ; bien relever l'assaisonnement ; remuer sur le feu pendant environ 5 minutes puis retirer et ajouter une partie du gruyère râpé (2/3) ; bien mélanger ; bien répartir le contenu de votre casserole dans les coquilles (4 ou 6) ; semer ensuite le reste du gruyère râpé sur chaque coquille pleine, de la chapelure (pas obligatoire) une noisette de beurre ; Faire gratiner rapidement et Server vos coquilles « brûlantes »,

Voilà, c'est terminé, il ne reste plus qu'à déguster en faisant attention de ne pas se brûler la langue !!!

Mamie Framboise

## Le COIN "Philatélistes"

### Actualité

A l'affiche : Toutes les nouveautés à la Poste

### Timbres de collection

pour l'avenir du climat

|                  |        |                                                  |
|------------------|--------|--------------------------------------------------|
| 4-7 avril        | 0,61 € | Salon philatélique de printemps Clermont Ferrand |
| 4 avril – 19 mai | 1,10 € | Marguerite Duras 1914-1996                       |
| 5-7 avril        | 5,55 € | Caroline Aigle Aviatrice 1974-2007               |
| 6-7 avril        | 0,61 € | Rafle des enfants juifs d'Izieu                  |
| 18-21 mai        | 2,64 € | Capitales européennes – Vienne                   |
| 25-28 mai        | 3,30 € | Bloc Les grandes heures de l'histoire de France  |

### Futures émissions

|       |                                     |
|-------|-------------------------------------|
| 5 mai | Carnet de vacances                  |
|       | Poitiers – Timbres passion 2014     |
|       | Europe : les instruments de musique |





# Les bons COINS du petit bavard

Le COIN des grands Joueurs

## Sudoku

Moyen

19

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   | 2 | 1 |   |   |   | 5 |   |
| 5 | 6 | 3 |   |   | 2 |   |   | 4 |
|   |   | 4 |   | 7 | 3 | 6 |   |   |
| 1 |   | 9 |   | 3 |   |   | 7 |   |
| 4 |   |   |   |   |   |   |   | 8 |
|   | 8 |   |   | 5 |   | 1 |   | 6 |
|   |   | 1 | 8 | 6 |   | 3 |   |   |
| 6 |   |   | 4 |   |   | 8 | 2 | 9 |
|   | 4 |   |   |   | 9 | 5 |   |   |

Solution des mots croisés n°23

|      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|
| I    | S | E | L | E | C | T | I | F |
| II   | E | C | U | M | O | I | R | E |
| III  | D | R |   | M | U | R | I | R |
| IV   | E | U | R | E |   | O | S | A |
| V    | N |   | E | N | V | I | E |   |
| VI   | T | A | R | T | A | R | E | S |
| VII  | A | N |   | H | L |   | S | A |
| VIII | R | E | S | A | L | E |   | G |
| IX   | I |   | B | L | E | T | T | E |
| X    | S | P | I |   | E | R | O | S |
| XI   | E | U | R | O |   | E | P | S |
| XII  | R | E | E | L | S |   | O | E |

Le COIN des petits Joueurs

Dans le dessin, page suivante, tu peux colorier :

- 1 Un glaïeul
- 2 Un arum
- 3 Un lys
- 4 Un freesia
- 5 Une paquerette

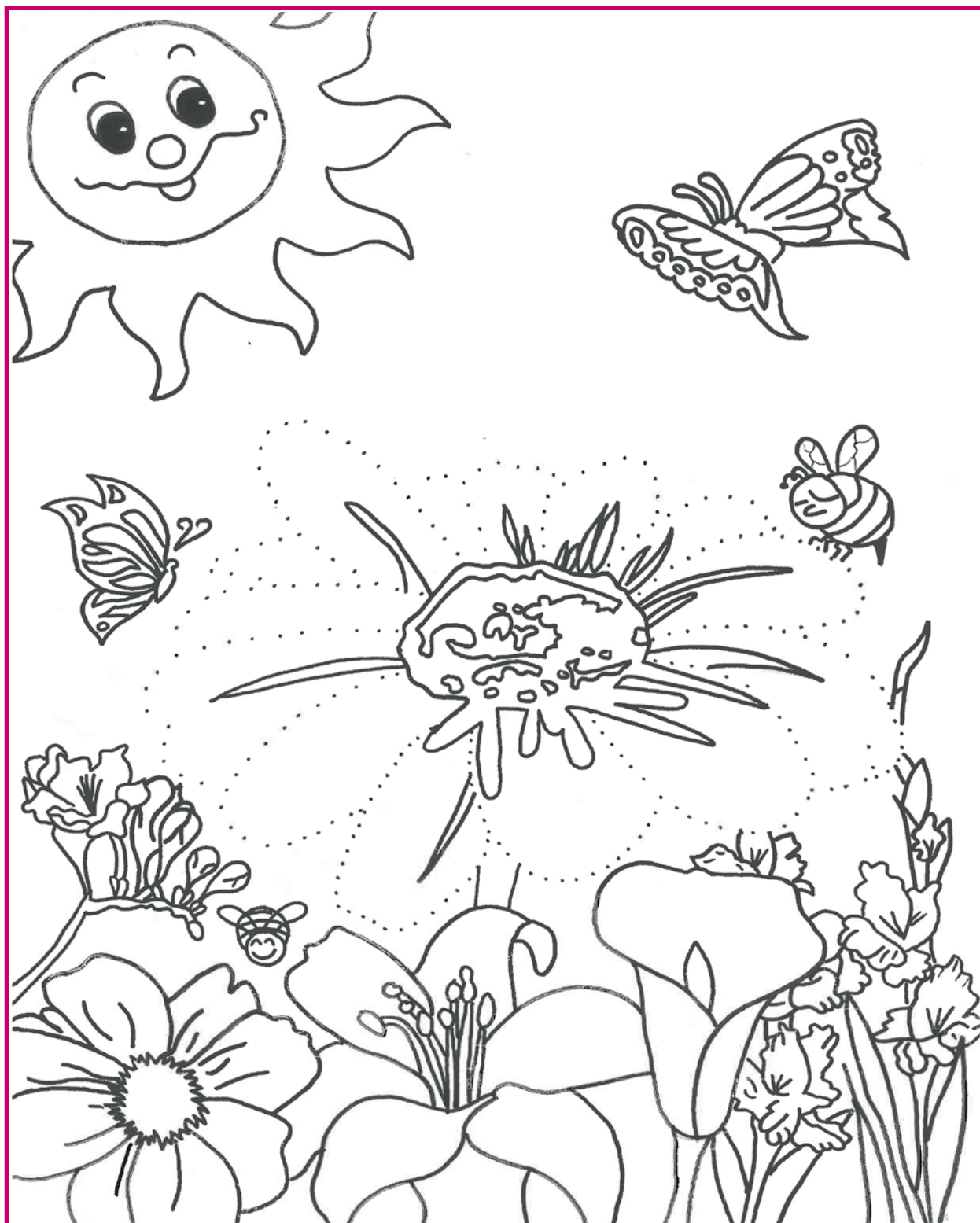


Le petit Bavard de Grenoux  
Maison de quartier de Grenoux  
57 rue de la Gabelle 53000 LAVAL  
Tél. : 02 53 74 15 30  
Courriel : mq.grenoux@laval.fr  
Comité de rédaction : Françoise CHAUVELIÉ, Robert CHOLLET, Jean CLAYER, Martine CHALOT, Christelle GASNIER, Pierre VACHETTE, Raymond MOLINARI, des rédacteurs occasionnels Alexia VABRE Sylvie MERCIER, et l'équipe de la maison de quartier.  
Impression : imprimerie municipale



# Les bons COINS du petit bavard

Points à relier et coloriage à ton idée



Dessin d'Amandine Gasnier

**Samedi  
14 juin 2014**

**à la maison de  
quartier de  
Grenoux**

# « GRENOUX EN FÊTE »

## Thème : Années 80

**14H00 :**

- . Stands de jeux
- . Buvette
- . Concours de belote
- . Structure gonflable
- . Tournoi de Mölkky

**20H00 :**

- . Repas
- . Karaoké

