

Je vous présente  
mes meilleurs vœux 2018 !



# La Case Telegraph



LA NEWSLETTER DU CENTRE SOCIOCULTUREL LA CASE

BIMESTRIEL - JANV-FÉV - 2018 - N°42 - GRATUIT - CSC LA CASE - 4 RUE DU STADE - 86190 VOUILLÉ - 05 49 51 49 92

## RÉSEAU INFORMATION ECOUTE DES PARENTS



### Famille Zen et Communication Bienveillante

Sur Béruges une fois par mois, **des ateliers famille Zen** ont lieu. On peut partager un moment de détente et de complicité avec son ou ses enfants par les jeux, le yoga, les massages, et la relaxation.

**Samedi 20 janvier à 9h45**  
**Samedi 10 février à 9h45**  
**Samedi 17 mars à 9h45**  
**Samedi 31 mars à 9h45**  
**Samedi 7 avril à 9h45**  
**Samedi 19 mai à 9h45**  
**Samedi 16 juin à 9h45**

L'inscription est obligatoire, car les places sont limitées, contact Karine Neveux : donnemoilalune86@gmail.com

**Ateliers de Communication Bienveillante** proposé par Françoise SEEMANN au CSC la CASE :  
Mardi 16 Janvier 2018  
Mardi 20 Mars 2018  
Mardi 22 Mai 2018.  
Pour envisager de rejoindre le groupe qui s'est constitué à la séance du 9 novembre 2017, **contactez d'abord M<sup>me</sup> Seemann au 06.29.05.86.46.**



## PROJET VACANCES EN FAMILLE OU ENTRE AMIS

### PARTIR EN VACANCES ENSEMBLE CET ÉTÉ



**Une action de soutien aux projets des habitants ayant pour objectifs :**

- Soutenir les actions vacances en donnant la possibilité à des habitants, qui ne partent pas ou peu, ou qu'elle qu'en soit la raison, de construire leur projet de départ avec d'autres.
- Accompagner les familles dans la préparation, puis la réalisation d'un séjour de vacances d'été, de manière collective et individuelle, pour des départs autonomes et/ou collectifs.
- Créer des passerelles entre les dispositifs d'aides aux familles et les habitants.

Vous avez le souhait de créer un moment de rapprochement familial sur un temps de vacances ensemble, de permettre à vos ados et leurs amis de vivre un moment semi-autonome en étant non loin d'eux, de partir entre familles amies...

Vos revenus ne semblent pas pouvoir assumer un tel projet ?

Le CSC vous propose un accompagnement pour bénéficier du dispositif d'aide au départ en vacances par le biais de chèques vacances attribués en fonction du budget global de votre projet (jusqu'à 30%). Cette aide pouvant se cumuler avec les aides vacances de la CAF : VACAF.

*Conditions : une ou des familles du groupe partant sont peu ou pas parties en vacances et ont un quotient familial inférieur à 900€.*

Rencontre individuelle des familles sur rendez-vous en contactant le secteur Vie Sociale Vie Familiale CSC 05.49.51.49.92 ou famille@lacase-csc86.org

Les dossiers pour un séjour d'été doivent être clos pour fin mars 2018.

## VŒUX 2018

Et bonne année !

L'ensemble des administrateurs du Centre Socio-culturel la Case, vous présentent tous leurs vœux pour cette nouvelle année 2018.

Chaque jour nous portons et affirmons des valeurs qui nous sont chères : le vivre ensemble, le faire ensemble, l'acceptation de l'autre, parler de la différence, être à l'écoute, créer du lien... nous allons continuer à les porter, les défendre et les initier... c'est notre rôle à tous, salariés et bénévoles du Centre Socioculturel, habitants du territoire...

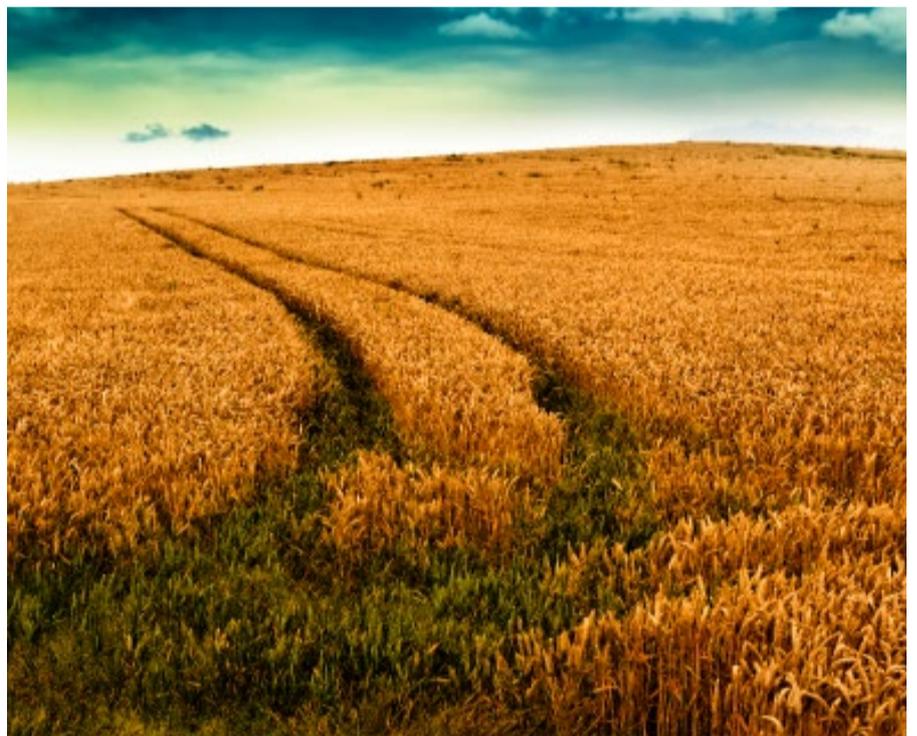
Venez nous rejoindre au sein du CSC afin de continuer à travailler sur le faire ensemble, à tisser du lien, et à mettre en place de nouveaux projets pour notre territoire.

**Corinne GUILLOT**  
Présidente du Centre Socioculturel



## EXPLOITANT AGRICOLE

Se faire remplacer pour souffler !



**Vous êtes exploitant agricole en situation d'épuisement professionnel ?**

La MSA vous permet de vous faire remplacer temporairement et de pouvoir bénéficier d'un accompagnement personnalisé et d'un temps de répit pour prendre soin de vous.

Le contexte : les crises agricoles se sont succédées au cours des dernières années et vous avez pu être touché par ces crises, entraînant des difficultés économiques. Ces difficultés ont pu également avoir des impacts négatifs sur vos liens familiaux, sociaux, un repli sur soi, un épuisement professionnel («burn-out») voire des dégradations de votre état de santé ou encore votre état psychologique.

L'épuisement professionnel ou « burn-out » se traduit par un état d'épuisement à la fois émotionnel, physique et psychique. Une dégradation du rapport au travail identifiée à travers trois situations : l'épuisement émotionnel, le cynisme vis-à-vis du travail et une diminution de l'accomplissement personnel au travail.

**Les solutions mises en place en MSA :**

«Se faire remplacer pour souffler» est un dispositif pour lutter contre les risques psychosociaux et l'épuisement professionnel. Il consiste à vous proposer un accompagnement social personnalisé et adapté à chaque situation difficile et vous permettre de bénéficier d'un temps de répit

pour prendre soin de vous et vos proches.

Les solutions proposées peuvent varier, par exemple : des groupes de paroles, des consultations psychologiques individuelles, des séjours «répit», le programme «Avenir en soi»...

Qui est concerné et quelles sont les démarches ?

Ce dispositif concerne tous les agriculteurs en situation d'épuisement professionnel ou «burn-out». Un certificat médical établi par un médecin traitant ou une alerte d'un travailleur social pourront permettre de proposer un service de remplacement.

L'accompagnement s'articule autour de plusieurs étapes :

- une évaluation sociale de votre situation avec le travailleur social,
- une construction d'un plan d'action (répit,...) avec le travailleur social,
- l'intervention d'un Service de Remplacement financé durant 7 jours, pouvant aller jusqu'à 10 jours pour certains projets, avec un renouvellement possible selon les situations.

En cas d'indisponibilités du service de remplacement, il est possible de faire appel à l'emploi direct d'un salarié.

Vous rencontrez un épuisement professionnel, ne restez pas seul face aux difficultés : **contactez votre MSA ou Agri'Ecoute au 09.69.39.29.19**



## Des infos vachement brèves

### CRÉATION D'UN GROUPE SORTIES SPECTACLES

Constatant que les sorties spectacles sont appréciées par les habitants, le secteur Vie Sociale Vie Familiale vous propose de créer un groupe force de proposition pour l'année 2018.

Christine CLEMENT, administratrice du CSC, sera la référente de ce groupe sorties culturelles et spectacles. Pour la contacter : **musique.christine@yahoo.fr**. Donc faites vos recherches, rassembler quelques personnes motivées et transmettez votre souhait. Attention l'anticipation de 2/3 mois est souvent nécessaire pour réserver les places ! Par le biais du CSC vous pouvez bénéficier de tarifs « Groupe socioculturel » plus accessibles. Comptez un groupe de maximum 8 personnes + 1 adhérent/administrateur chauffeur pour les déplacements en minibus. N'hésitez pas à la contacter !

VOUS SOUHAITEZ RECEVOIR LA NEWSLETTER DANS VOTRE BOITE MAIL : ENVOYEZ UN MAIL À : NEWSLETTER@EGGSTUDIO.FR

