



Le Centre Socioculturel AEL

Agir Ensemble Localement vous accompagne



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU
LAC D'AIGUEBELETTE



Newsletter 50
janvier 2024

Toute l'équipe du CS AEL vous souhaite une très bonne année 2024 et sera heureuse de vous retrouver dimanche 21 janvier à partir de 9h30 à la salle du Pré Saint Jean pour vous présenter ses vœux.

Malraux Nomade s'installe à Ayn pour une proposition de théâtre en février.

Ribambouille revient cette année et pour préparer cette nouvelle édition, nous collectons des objets de récupération en amont de la fête.

sommaire

- Quoi de neuf du côté de l'AEL ?
- Retrouvez-nous le 21 janvier !
- Point emploi Proximité
- Débutons l'année en jouant
- Théâtre Malraux Nomade
- RIBAMBOUILLE est de retour !
- Les Séniors
- Cinébus
- Chèques vacances CAF



Vous avez une question d'ordre administratif, social ou personnel, besoin d'un accompagnement ?

Vous pouvez nous joindre par mail à l'adresse suivante: craelaccueil@gmail.com

Bonne année



**Retrouvons-nous le
21 janvier 2024
à partir de 9h30
Salle du
Pré Saint Jean
à Novalaise
Brunch
et surprises au
rendez-vous !**

...BONNE ANNÉE !

L'ENSEMBLE DE L'ÉQUIPE
DU CENTRE SOCIOCULTUREL
VOUS SOUHAITE
SES MEILLEURS VŒUX
POUR 2024



Centre Socioculturel AEL
du Lac d'Aiguebelette

04 79 28 57 39

457 route du lac 73470 NOVALAISE

csaelaccueil@gmail.com

Centre Socioculturel AEL

www.centre-socioculturel-ael.fr



QUOI DE NEUF DU COTE DE L'AEEL ?



Un samedi par mois

RÉCRÉA JEUX

Venez jouer et laissez-vous guider, seul ou en famille

>> de 0 à 99 ans* 9H30/12H

* Les parents restent présents pendant la séance

Arrivées et départs libres

GRATUIT

Samedi 13 janvier
Gerbaix
Salle des fêtes

Avec l'amicale participation du Comité des fêtes

AEL AGIE
Centre Socioculturel
Lac d'Argenteuil
04 79 28 57 39
457 route du lac 73470 NOVALAISE
www.centre-socioculturel-ael.fr
CentreSocioculturelAEL

**Jeux gratuits
pour tous !**



**Et si on jouait
pour commencer
l'année ?**



GRATUIT
SOIRÉE JEUX
ADOS/ADULTES
2024

A PARTIR DE 8 ANS
SALLE D'ACTIVITÉ
DE L'AEEL
20H 22H30

VENDREDI
26 JANVIER
08 MARS

AEL AGIE
Centre Socioculturel
Lac d'Argenteuil
457 route du lac
NOVALAISE • 04 79 28 57 39
www.centre-socioculturel-ael.fr
CentreSocioculturelAEL

POINT EMPLOI DE PROXIMITÉ

ACCOMPAGNEMENT GRATUIT PERSONNALISÉ

VERS L'EMPLOI ET LA FORMATION

- C.V
- lettre de motivation
- préparation aux entretiens

DANS LE PROJET PROFESSIONNEL

- orientation
- réorientation
- définition du projet

CONSTITUTION

- dossier ParcoursSup
- dossier MDPH

RDV SUR DEMANDE À L'AEL
04 79 28 57 39



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU
LAC D'AIGUEBELETTE



457 route du Lac
NOVAISE • 04 79 28 57 39
www.centre-socioculturel-ael.fr
CentreSocioculturelAEL



Théâtre

Dès 15 ans

Finir en beauté

Mohamed El Khatib, Cie Zirlib

Mercredi 14 février — 20h

Salle des fêtes d'Ayn — Place de l'Eglise

Réservations

04 79 28 57 39

plein tarif 8€
tarif réduit 5€Malraux.
scène nationale
Chambéry SavoieCOMUNAUTÉ DE COMMUNES
DU PAYSANNOIS

Mohamed El Khatib aime à porter le réel au plateau. Dans cette pièce intime, où l'humour n'est jamais loin, l'auteur revient sur le décès de sa mère. De cet événement à la fois, dit-il, « exceptionnel et banal », il nous livre un tendre récit. À partir d'interviews, d'emails et de documents administratifs, seul en scène, il nous plonge dans ses souvenirs de part et d'autre de la Méditerranée, à la découverte de sa famille, son pays, sa langue maternelle et sa double culture. Et finalement à travers cette disparition, c'est sa propre vie qu'il raconte. Une histoire dans laquelle chacun trouvera sans doute un écho personnel.

Distribution

Texte et conception Mohamed El Khatib environnement visuel Fred Hocké environnement sonore Nicolas Jorio régie en tournée Zacharie Dutertre régie générale Jonathan Douchet production, diffusion Gil Paon administration Cécile Boursier presse Nathalie Gasser

Informations pratiques

Réservations : 04 79 28 57 39

plein tarif : 8€

tarif réduit (-18 ans) : 5€

Organisé par Malraux scène nationale Chambéry Savoie,
en partenariat avec la Communauté de Communes
du Lac d'Aiguebelette.

SVP ne pas jeter sur la voie publique

Billetterie au Centre Socioculturel
AEL
aux horaires d'ouverture du public
à partir du 8 janvier 2024

Pas de réservation par téléphone
règlement par chèque ou espèces
uniquement



RIBAMBOUILLE est de retour le samedi 13 avril de 9h à 13h

Une fête de la petite enfance avec des spectacles et des animations pour les 0/6 ans à la salle polyvalente de Novalaise.

C'est une journée cadeau pour les familles autour du thème du recyclage et de la récupération : pâte à modeler, peinture, colle fabrication maison pour se redire que l'important est le moment ensemble. Pas besoin d'acheter, on peut faire soi-même et faire participer l'enfant.

Jouer, s'amuser, découvrir, faire des expériences, écouter des histoires, s'émerveiller et s'éveiller.

Un moment inspirant pour reprendre des idées à la maison, discuter et faire connaissances avec d'autres familles;

Cette année, l'animation sera assurée par le multi accueil, les accueillantes du LAEP, les assistantes maternelles et les professionnels du centre socioculturel. Une journée pour mieux se connaître, mettre en lumière et valoriser les pratiques quel que soit le lieu d'accueil de l'enfant.

On a besoin de vous pour récolter des objets en amont de la fête : rouleaux vides de papier toilette, bidons de lessive vides, boîtes plastiques type Tupperware ou métalliques comme les boîtes de thé et si vous avez d'autres idées, n'hésitez pas !



A apporter à l'accueil du centre social AEL

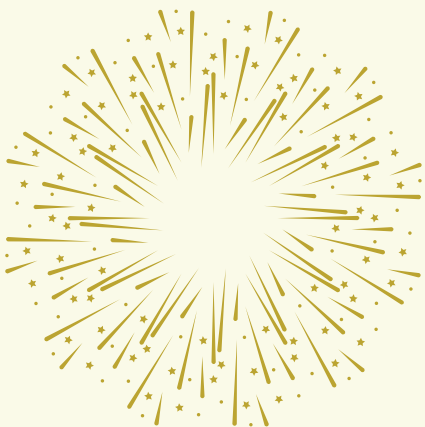


upcycling du 13 décembre



Prochaine séance UPCYCLING
le mercredi 17 janvier
Suspension Macramé
5 euros par famille- sur
inscription AEL
Pensez à apporter un morceau
de bois flotté



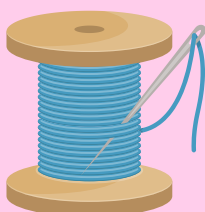


balade confort du 12 décembre 2023



Un groupe de seniors a visité le "musée du tisserand" de la Bathie Montgascon le mardi 12 décembre dans le cadre des balades confort proposées mensuellement. Cette visite a été programmée car la météo ne permettait pas de balade en extérieur. Une belle découverte du patrimoine du Nord Isère et un moment sympathique partagé entre tous, plongeant les participants dans le monde des canuts...et de l'évolution des process de tissage.





Les Séniors dans le Dauphiné



Les seniors de l'association AEL (Agir ensemble localement) du centre socioculturel de Novalaise ont été accueillis, mardi après-midi, par Olivier Brun et les bénévoles des Amis de la soierie au musée du Tisserand dauphinois. Les visiteurs étaient accompagnés d'Hélène Morin, animatrice auprès des familles et animatrice de la section seniors. Les adhérents se retrouvent chaque semaine pour diverses activités et pour une sortie culturelle chaque mois. Les résidents de l'Avant-pays savoyard, notamment de Novalaise ou d'Aiguebelette peuvent se renseigner au 04 79 28 57 39.

Novalaise • Un repas de fête pour clôturer les ateliers seniors du Centre socioculturel

Les ateliers seniors 2023 du Centre socioculturel AEL (Agir ensemble localement) se sont terminés ce lundi 11 décembre avec la dernière séance "Mon assiette saveurs plurielles", animée par Sarah Grange, diététicienne et nutritionniste. Le groupe a pu expérimenter des recettes de fête qu'il a pris le temps de déguster avant de se quitter. Tous se sont donné rendez-vous l'année prochaine pour de nouvelles aventures. Le programme 2024 de l'ensemble des ateliers est en cours de préparation et sera disponible en janvier au Centre socioculturel, situé au 457 route du Lac. Il y sera question de cuisine, de conduite, de mémoire, et de nouveautés à expérimenter.



Les seniors ont dégusté ce qu'ils ont préparé.

Photo Le DL/V.P.

*Dauphiné
Libéré
Savoie*

Le programme senior 2024 est disponible au CSAEL.
Il est varié, savoureux, étonnant, joyeux ...
Les inscriptions seront ouvertes à partir du 22 janvier 2024.

ateliers

Mon assiette saveurs plurielles 10 places

Découverte de recettes, astuces et conseils de cuisine

Proposés par Sarah Grange, diététicienne / nutritionniste

Alliance du plaisir et du goût, le temps d'expériences culinaires où équilibre et saveurs sont au menu

Cycle de 6 séances de 2 h
Les lundis 9 h 30 - 11 h 30 :
11 mars, 8 avril, 10 juin,
7 octobre, 18 novembre
et 9 décembre 2024



Salle communale de Gerbaix - GRATUIT

Sur inscription avant le 4 mars 2024

Toujours des activités pour vous **divertir**

Sur inscription : renseignez-vous
>> Programmes disponibles au CSAEL

Atelier d'écriture : atelier mensuel, le mercredi soir ou le vendredi après-midi

Scrabble : le mardi matin

Peinture : le jeudi matin ou après-midi

Gym douce : le jeudi matin

Recycl'Art : atelier mensuel, le mardi après-midi (loisirs créatifs à base de récupération)

Et des services pour vous **accompagner**



Balades confort 10 places

Se promener en petit groupe sur des parcours adaptés à faible dénivelé et distance courte. Inciter à une pratique facile pour un confort et une confiance retrouvés

Balades mensuelles selon la météo

Programme établi avec le groupe d'une fois sur l'autre

Départ CSAEL GRATUIT



Inscription nécessaire une semaine avant date prévue

Le CSAEL est « Point Relais MDPH73 »
Maison Départementale des Personnes Handicapées de la Savoie

Accueil personnalisé, infos prestations, retrait des dossiers, aide au remplissage, accompagnement démarche carte mobilité et autres, orientation MDPH...

DÉPLACEMENT ACCOMPAGNÉ

Vous avez besoin d'être véhiculé ? Renseignez-vous pour connaître les modalités d'accès pour :

- Vos rdv médicaux ou administratifs
- Vos courses
- L'accès aux ateliers seniors du CSAEL
- Vos visites à vos proches, ...

édition 2024

être SENIOR et alors...

Entre accueils, ateliers, activités et services...
le Centre Socioculturel AEL
selon vos envies et besoins



le Café causette

Une pause café, un temps pour soi...

Se retrouver, trouver une écoute, discuter, partager une passion, jouer aux cartes, un temps de pause convivial et animé pour tous

Chaque mardi matin, hors vacances scolaires
9 h 30 - 11 h 30
Au CSAEL - GRATUIT

Des questions, des besoins, des envies ?

457, route du Lac • 04 79 28 57 39
www.centre-socioculturel-ael.fr

AEL Centre Socioculturel Lac d'Aiguebelette

N'hésitez pas à pousser la porte du Centre Socioculturel !

Lundi : 13h30 - 18h • Mardi : 13h30 - 17h
Mercredi : 8h - 12h et 13h30 - 18h
Jeudi et vendredi : 8h - 12h



Tentez l'aventure de nos **3 nouveautés !!!**

1 ateliers Chantons ! 8 places

Animés par Blandine Gaud

Ateliers rythme et chant pour retrouver souffle et voix, partager un moment de plaisir dans un groupe. Aucun prérequis à la participation sinon l'envie de pousser la chansonnette

Cycle de 8 séances de 2 h
Les mercredis 15 h 30 - 16 h 30 :
14 février, 13 et 27 mars,
10 avril, 2 et 15 mai,
5 et 19 juin 2024



Au CSAEL - GRATUIT

Sur inscription (cycle complet) avant le 9 février 2024

2 ateliers Brain ball 12 places

Animés par Isabelle Bianchi

Jeu coopératif en rythme et en musique pour exercer sa vision, aiguïser sa concentration, stimuler sa coordination, favoriser sa confiance et surtout... se faire plaisir !!

Cycle de 10 séances de 2 h
Les lundis 14 h - 15 h
4 et 11 mars, 8 et 29 avril,
6, 13 et 27 mai, 10,
17 et 24 juin 2024



Salle Pré Saint Jean à Novalaise - GRATUIT

Sur inscription (cycle complet) avant le 26 février 2024

3 ateliers Eclats de rire 12 places

Animés par Laure Pollet (animatrice yoga du rire)

Rire sans raisons, décharger le stress et se charger de bonne énergie, favoriser la bonne humeur et le lâcher-prise...

Cycle de 10 séances de 2 h
Les mercredis 10 h - 11 h
11 et 25 septembre,
9 et 23 octobre,
6 et 20 novembre,
4 et 18 décembre



Salle des associations de Lépin le lac (vers la gare) GRATUIT

Sur inscription (cycle complet) avant le 4 septembre 2024

Et toujours...

ateliers En joyeuse forme 12 places

Découverte de divers sports pour tous

Animés par Ali Hannani, (enseignant en activités physiques adaptées)

(Re)découvrir diverses activités physiques adaptées à votre rythme et votre forme physique avec une attention et une bienveillance particulières et motivantes

Les jeudis 15 h - 16 h :
7 mars, 11 avril, 23 mai,
6 juin,
12 septembre,
3 octobre, 7 novembre
et 5 décembre 2024



Salle du presbytère de Nances - GRATUIT

Sur inscription avant le 28 février 2024

atelier Conduite 10 places

Animé par Prévention Routière 73

Actualisation des connaissances code, évolution de la réglementation, risques vitesse, médicaments, alcool, audit de conduite sur voiture personnelle

Lundi 3 juin 2024 : 8 h 30 - 17 h

Au CSAEL, avec repas partagé - GRATUIT

Sur inscription au CSAEL avant le 27 mai 2024



ateliers Stimulation cérébrale 10 places

Avec Myriam Damaisin (méthode ENCEFAL)

Stimuler son cerveau de manière ludique et bienveillante pour prévenir les effets du vieillissement et accompagner vers une avancée en âge positive et joyeuse

Cycle de 8 séances de 1 h 15
Les lundis 14 h - 15 h 15 :
16, 23, 30 septembre - 7, 14 octobre,
18 et 25 novembre 2024



Au CSAEL - GRATUIT

Sur inscription (cycle complet) avant le 6 septembre 2024



**Les enfants de
l'Accueil
de loisirs
sont venus décorer le
sapin du Centre
Socioculturel.**





Cinébus

Cinéma Itinérant des Pays de Savoie

Salle du Pré Saint Jean à Novalaise
(près de la bibliothèque)

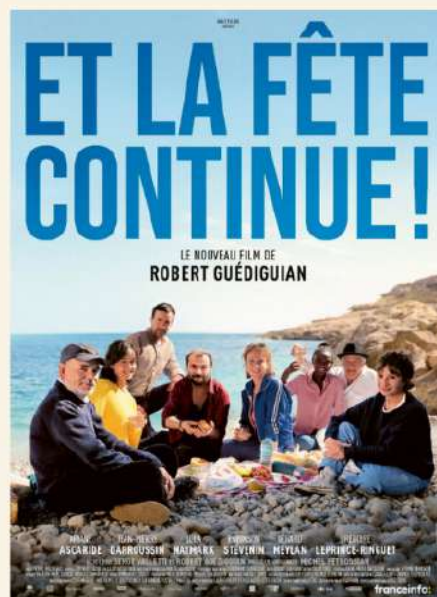
Les séances débutent à 17 h et 20 h précises -
Merci d'arriver 15 minutes avant la séance

dimanche 7 janvier 2024 à 20 h ET LA FÊTE CONTINUE

de Robert Guédiguian - Diaphana
S/N : 15 novembre - France - Durée 1h46
Avec Ariane Ascaride, Jean-Pierre Darroussin, Lola Naymark

A Marseille, Rosa, 60 ans a consacré sa vie à sa famille et à la politique avec le même sens du sacrifice. Tous pensent qu'elle est inébranlable d'autant que Rosa est la seule qui pourrait sceller l'union de la gauche à la veille d'une échéance électorale décisive. Elle s'accommode finalement bien de tout ça, jusqu'au jour où elle tombe amoureuse d'Henri. Pour la première fois, Rosa a peur de s'engager.

Entre la pression de sa famille politique et son envie de lâcher prise, le dilemme est lourd à porter



tout public
5,50 €

- de 25 ans
3,50 €

adhérents
AEL 4,50 €

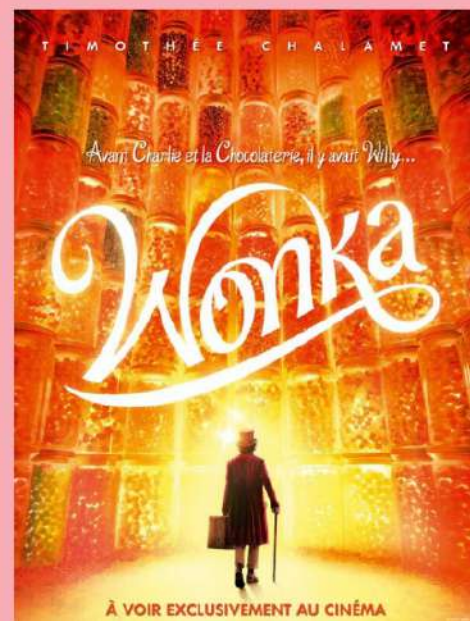
Dimanche 21 janvier 2024 à 17 h "WISH -ASHA ET LA BONNE ETOILE"

de Chris Buck, Fawn Veerasunthorn - Disney - S/N : 29 novembre - USA 2023 - 1h35 Film d'animation - A partir de 6 ans
Asha, jeune fille de 17 ans à l'esprit vif et dévouée à ses proches, vit à Rosas, un royaume où tous les souhaits peuvent littéralement s'exaucer. Dans un moment de désespoir, elle adresse un vœu aux étoiles auquel va répondre une force cosmique : une petite boule d'énergie infinie prénommée Star. Ensemble, Star et Asha vont affronter le plus redoutable des ennemis et prouver que le souhait d'une personne déterminée, allié à la magie des étoiles, peut produire des miracles...



Dimanche 21 janvier à 20h "WONKA" en VF

de Paul King - Warner - comédie musicale fantastique d'aventure !
Avec Timothée Chalamet, Keegan-Michael Key, Sally Hawkins
Découvrez la jeunesse de Willy Wonka, l'extraordinaire inventeur, magicien et chocolatier de l'univers féérique de Charlie et la Chocolaterie de Roald Dahl, dans le film WONKA. Timothée Chalamet incarne ce jeune homme débordant d'idées et déterminé à changer le monde... avec gourmandise ! Cette œuvre haute en mêlant émotion et humour, prouve que, dans la vie, les rêves peuvent devenir réalité - surtout si on a la chance de rencontrer Willy Wonka





Vous avez un peu de temps de disponible, vous aimez le cinéma ?

*Rejoignez le groupe de bénévoles une fois par mois, au Café Cinéma.
C'est un temps de rencontre et d'échange entre passionnés de cinéma ou pas.*

Le Café ciné, c'est aussi l'occasion de visionner des films en avant première avec Cinébus et l'ACRIRA, d'organiser des projections, mais aussi de diffuser des affiches, proposer des films que vous souhaiteriez voir et organiser des événements.

N'hésitez pas à nous rejoindre à l'heure du Café Ciné !

Renseignements auprès de Valérie 04.79.28.57.39

Un groupe de bénévoles qui programme et fait vivre 3 séances de cinéma par mois (hors vacances scolaires) en lien avec l'association CINEBUS.

- 7 bénévoles actifs pour le CINEBUS
- Projection adulte : 1 dimanche sur 2 à 20h
- Projection enfant : 1 dimanche par mois à 17h
- 2 bénévoles à chaque projection pour assurer l'accueil des projectionnistes et du public

Les aides aux vacances et loisirs 2024



CHEQUES VACANCES ANCV D'UN MONTANT DE 120 €

Pour qui ?

Pour l'ensemble des familles ayant à charge un enfant âgé entre 8 et 11 ans : enfant né entre le 1^{er} janvier 2013 et le 31 décembre 2016

Conditions :

Les familles allocataires ayant à charge l'enfant :

- résident sur le département de la Savoie en octobre 2023
- ont perçu des prestations familles pour au moins un enfant âgé de 8 à 11 ans en octobre 2023 ou ont perçu l'ARS pour 1 enfant en août 2023
- réalisent une épargne de 30 € ou de 60 € en fonction du quotient familial

Montant de l'aide :

L'aide est déterminée par le quotient familial de la famille d'octobre 2023 :

Tranches de quotient familial	Participation CAF	Participation allocataire (épargne)	Montant total des chèques vacances
Inférieur ou égal à 1 085 €	90 €	30 €	120 €
Supérieur à 1 085 €	60 €	60 €	120 €

Le droit au chèque vacances s'entend par famille ayant au moins un enfant respectant les conditions d'âge et non par enfant respectant ces critères.

Les parents d'enfants en garde alternée avec partage des prestations familiales sont tous les deux éligibles.

L'épargne complète réalisée, les chèques vacances d'un montant total de 120 € sont envoyés aux familles vers le 20 juin 2024.

Comment bénéficier de l'aide :

Les familles n'ont aucune demande à réaliser auprès de la CAF de la Savoie.

En décembre 2023, un mail est envoyé par la CAF de la Savoie à l'ensemble des familles concernées. Le mail comporte un lien qui dirige la famille vers le coupon d'adhésion.

Le coupon d'adhésion est à imprimer, à compléter et signer, et à transmettre à la CAF via « Mon Compte » sur le Caf.fr – Fonction Transmettre un document (en photo ou format PDF-scann) **AVANT LE 15 JANVIER 2024.**

1. Allez sur le site : [Caf.fr](https://caf.fr)
2. Sur la page d'accueil, dirigez vous sur « Mon compte »
3. Connectez vous avec votre numéro d'allocataire et votre mot de passe
4. Dirigez vous sur la rubrique « Mes Démarches » - Onglet « Transmettre un document »
5. Téléchargez la photo du coupon d'adhésion complété et signé
6. Le téléchargement terminé, cliquez sur Valider

Modalités de l'épargne :

L'épargne est réalisée par 2 retenues sur les prestations familiales (mars et avril 2024) de 15 € ou 30 € en fonction du quotient familial.

Pour les bénéficiaires de l'ARS 1 enfant (sans prestations familiales mensuelles), l'épargne est réalisée par prélèvement automatique en avril et mai 2024.

Prévoyez vos vacances !!!

Noubliez pas de cliquer sur le lien reçu par mail de la CAF avant le 15 janvier si vous êtes concerné(e)!!