



Le Centre Socioculturel AEL

Agir Ensemble Localement vous accompagne



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DE
LAC D'AIGUEBELETTE



Newsletter 62

avril 2025



Une belle page se tourne avec notre 4^{ème} édition ZIG ZAG. Rendez-vous dans la prochaine newsletter pour découvrir en images les meilleurs moments !

Notre prochain grand rendez-vous est fixé au vendredi 11 avril pour notre Assemblée Générale.

Toute l'équipe vous présentera le bilan de l'année avec de nombreuses surprises.

Venez nombreux voter, découvrir les rouages ... le tout dans la bonne humeur.

Dans le cadre du renouvellement de notre projet social (agrément CAF) nous interrogeons les habitants du territoire sur leurs besoins, préoccupations, ce qui nous permettra d'adapter notre action.

Retrouvez le lien sur notre site pour répondre à cette enquête

<https://form.dragnsurvey.com/survey/r/67913491>

Sommaire

- *Quoi de neuf du côté de l'AEL ?*
- *Retour en images sur les dernières manifestations et sorties*
- *ateliers upcycling, REEL*
- *la grande lessive*
- *NOUVEAU : les ateliers numériques*
- *Cinébus*
- *Récréajeux*
- *Les Mardis de la Causette*
- *Quoi de neuf du côté des Associations et partenaires*



*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*



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

VENDREDI 11 AVRIL
SALLE DE DULLIN

ORDRE DU JOUR

18 h 30 Accueil et émarginement

19 h 00 Assemblée Générale Ordinaire

- Présentation et vote du rapport moral
- Présentation et vote du rapport financier
- Présentation et vote du rapport d'activités
- Elections des membres du Conseil d'Administration

Pour voter lors de l'Assemblée Générale du 11 avril 2025 (cf article 10 des statuts en vigueur) : il convient d'être à jour de son adhésion auprès du Centre Socioculturel AEL, les adhésions sont clôturées au 11 mars 2025. La liste des votants sera mise à jour en fonction des dernières adhésions et sera validée au Conseil d'Administration du 26 mars 2025. Aucune modification de la liste des votants ne pourra être effectuée après cette date. La liste définitive sera contresignée par un élu et sera consultable dans les locaux du Centre Socioculturel AEL jusqu'au 11 avril à 12 h.

À L'ISSUE, NOUS NOUS
RETROUVERONS
AUTOUR D'UN POT CONVIVIAL

AEL
Centre Socioculturel
Lac d'Aiguebelette

457 route du Lac
73470 NOVALAISE
04 79 28 57 39

Vous avez aimé ZIG ZAG

Venez partager un autre moment "fort" de votre Association

N'hésitez pas à pousser la porte de notre Assemblée Générale !

Toute l'équipe vous a concocté une super soirée pleine de surprises !

On vous attend nombreux.

Dans le cadre du renouvellement de notre projet social (agrément CAF) nous interrogeons les habitants du territoire sur leurs besoins, préoccupations, ... ce qui nous permettra d'adapter notre action.

Retrouvez le lien sur notre site pour répondre à cette enquête

<https://form.dragnsurvey.com/survey/r/67913491>

© Anouk Schneider



LE VÉLOMOTEUR ET LE TÉLÉPHONE À CADRAN ROTATIF

Collectif BPM

THÉÂTRE 12 ANS +
JE 03 AVR 20:00 € 8 / 5

Nances Maison du Lac

Billetterie à l'AEL aux heures d'ouverture
04 79 28 57 39 / csaelaccueil@gmail.com

mœlrœux
scène nationale chambéry savoie



MALRAUX NOMADE

LE VÉLOMOTEUR ET LE TÉLÉPHONE À CADRAN ROTATIF

Collectif BPM

Le collectif BPM vous invite à un voyage théâtral unique, célébrant deux objets emblématiques de notre passé. Trois chaises, trois acteurs et une bonne dose de talent suffisent pour faire revivre ces témoins de l'histoire moderne.

Catherine Büchi, Léa Pohlhammer, Pierre Mifsud écriture, conception et interprétation

Sans sombrer dans la nostalgie, cette performance subtile et débridée nous interpelle, que nous ayons connu ou non ces icônes rétro. Une partition théâtrale savamment orchestrée, *le Vélocycleur et le Téléphone à cadran rotatif* est une ode à la mémoire collective, où chaque scène résonne profondément en nous.

Billetterie à l'AEL
aux heures d'ouverture
04 79 28 57 39
csaelaccueil@gmail.com

en partenariat avec



THÉÂTRE 12 ANS + 1:00
JE 03 AVRIL 20:00 € 8 / 5 (- 18 ans)
Nances Maison du Lac



mœlrœux scène nationale chambéry savoie

SVP NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE // © ANOUK SCHNEIDER

csaelaccueil@gmail.com

04 79 28 57 39

SPECTACLE DE
DANSE
GRATUIT TOUT PUBLIC



NIMIS

THIBAUT DESAULES

Centre Chorégraphique National de Rillieux-La-Pape/Yuval Pick

MERCREDI 16 AVRIL 2025

A 16H

cours de l'école publique du Bief du Moulin de
Novalaise

NIMIS c'est plus qu'il n'en faut. NIMIS c'est l'excessivement trop.

Ici, on annonce sa gourmandise, ce désir humain qui nous pousse à en vouloir toujours plus malgré ce que l'on a déjà. Les interprètes traversent la pièce en compagnie de ce péché mignon de manière à le rendre aussi affligeant que réconfortant. NIMIS, c'est ce désir de proposer une création chorégraphique basée sur notre envie de goûter et sur- tout d'y goûter toujours plus.

ATELIER

GRATUIT



avec les danseurs de NIMIS,

la jeune compagnie du CCNR/Yuval Pick

mercredi 16 avril à 10h

salle Pré St Jean à NOVALAISE

conseillé à partir de 7 ans

25 places

sur réservation à l'AEL



457 route du Lac

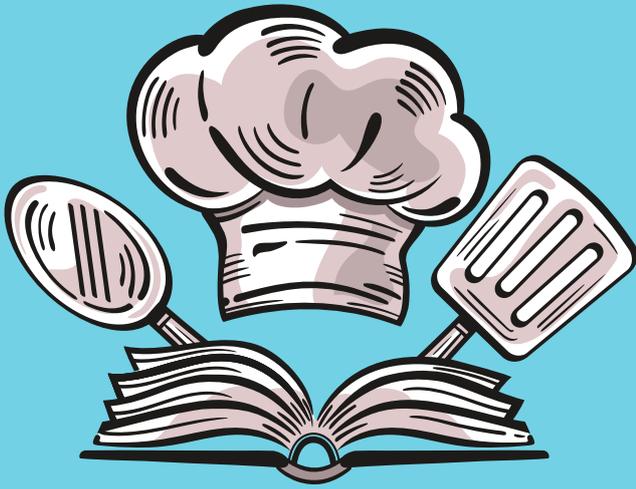
NOVALAISE • 04 79 28 57 39

www.centre-socioculturel-ael.fr

 CentreSocioculturelAEL

Projet jeunes

Les jeunes ont pu cuisiner une blanquette de dinde pour la fête des bénévoles d'AYN. Ils étaient accompagnés de leurs parents et de l'animateur jeunesse. Ils ont réussi à préparer un repas pour 40 personnes !



Les jeunes en cuisine, oui ! Mais à l'apéritif aussi !

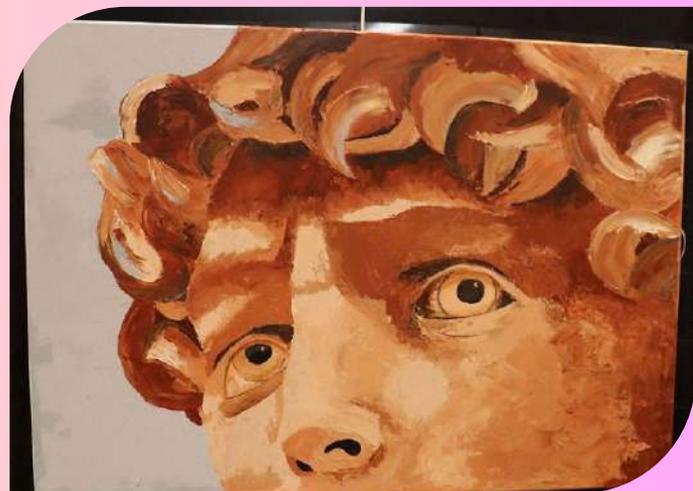


Quand tout est prêt, on sert !



Maël en train de mélanger 10kg de dinde !







INVITATION à participer
La Grande Lessive
 sur le thème « Du papier, des papiers, vos papiers »
 réalisations plastiques libres sur format A4
 DESSIN, COLLAGE, PHOTOGRAPHIE...



Organisée par:
LE CENTRE SOCIO CULTUREL AEL
 rappez vos réalisations à l'AEL ou
 rejoignez nous pour l'étendage

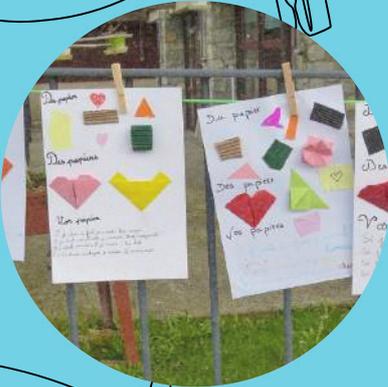
ATELIER DE CREATION
 mercredi 19 mars
 salle Pré St Jean
 Entrée libre
 de 10h à 12h et de 15h à 16h

20 mars 2025
 étendage 16h30 Place des 4 saisons à NOVALAISE

AEL
 427 route du Lac
 NOVALAISE - 04 79 26 57 39
 www.ael-socio-culturel-ael.fr
 CentreSocioCulturelAEL

CCLA COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU
 LAC D'AIGUEBELLETTE

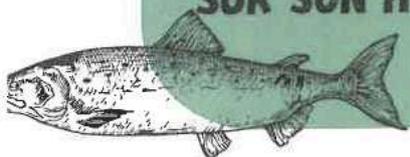
www.lagrandelessive.net retrouvez-nous sur www.facebook.com/lalessive @LaGrandeLessive #lessiveagrande



Le 19 mars, le Centre Socioculturel AEL et la CCLA ont programmé une journée dédiée à la projection de courts-métrages, entrecoupée d'ateliers créatifs autour du thème du papier. Le 20 mars, l'étendage a eu lieu à la place des 4 saisons de Novalaise

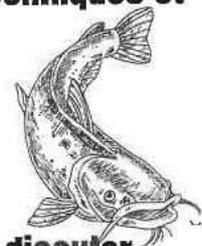
LA CHRONIQUE DE MONSIEUR PERNET

SUR SON HISTOIRE D'AMOUR AVEC LA PECHE A LA MOUCHE



Comment j'ai connu la pêche à la mouche

J'ai connu la pêche à la mouche en promenant mon chien au bord d'une rivière où il y avait deux pêcheurs. Je n'osais pas les déranger, je suis donc resté en admiration devant leurs techniques et leur matériel. La pêche pratiquer ce jour là était belle.



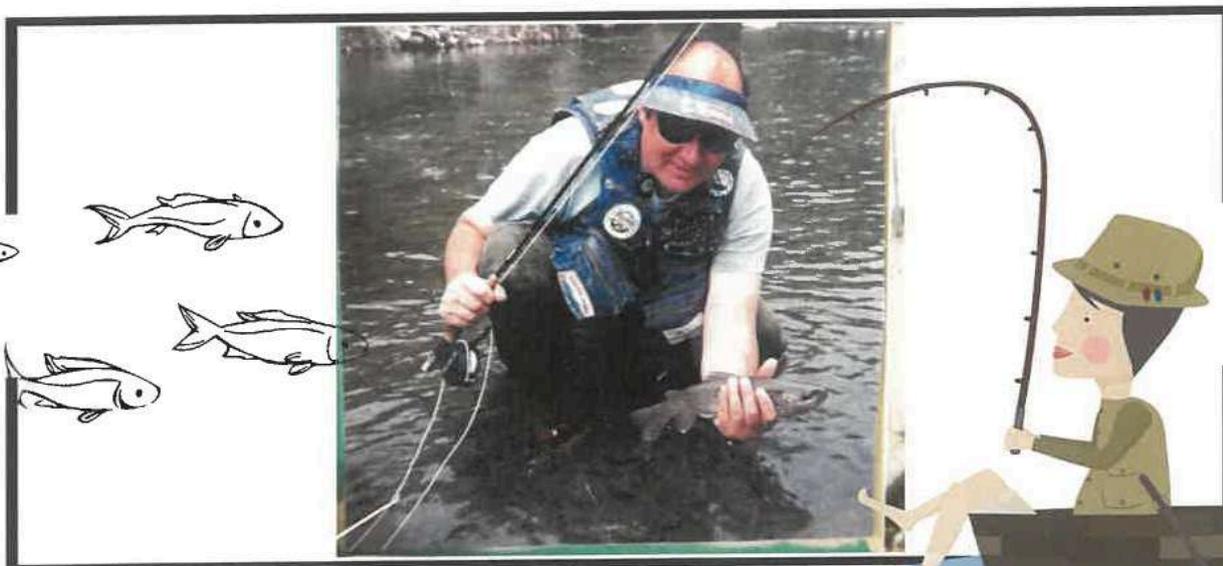
Comment et avec qui j'ai appris à pêcher

Un autre jour, à un autre endroit, j'ai revu l'un des pêcheurs. Je suis allé le voir pour discuter avec lui de la pêche à la mouche, je lui ai posé des questions aux quelles il était ravi de répondre. Il m'a donné rendez-vous à son magasin de pêche pour m'en montrer plus sur le sujet. Le jour du rendez-vous je lui ai ramené une canne que j'avais gagnée à une tombola, il m'a dit qu'elle n'était pas adaptée pour les débutants.

Il m'a donc montré tout le matériel dont j'aurais besoin, comme une canne pass partout, 9 pied, soie de 5, progressive

Le pêcheurs m'a entraîné par la suite aux gestes à avoir dans un premier temps sur la pelouse d'un stade car je n'avais pas encore de permis pour aller sur l'eau, je l'ai obtenu par la suite. Nous sommes donc allés sur une rivière et il m'a tout appris sur cette technique de pêche. Il m'a appris à lire la rivière, m'a donné des mouches pour commencer et m'a appris à comprendre où sont les poissons, dans quel zone pêcher et que pour bien pêcher il fallait venir le matin tôt ou le soir tard. Moi quand je pêche sa fait no-kill, sa veut dire prendre et relâcher direct, avec cette technique il n'y a ni vainqueur, ni vaincu.

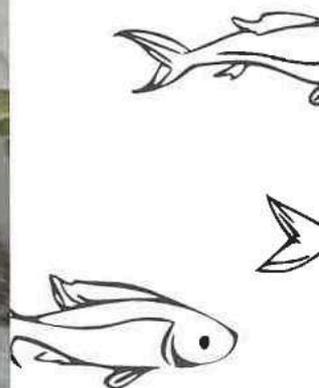
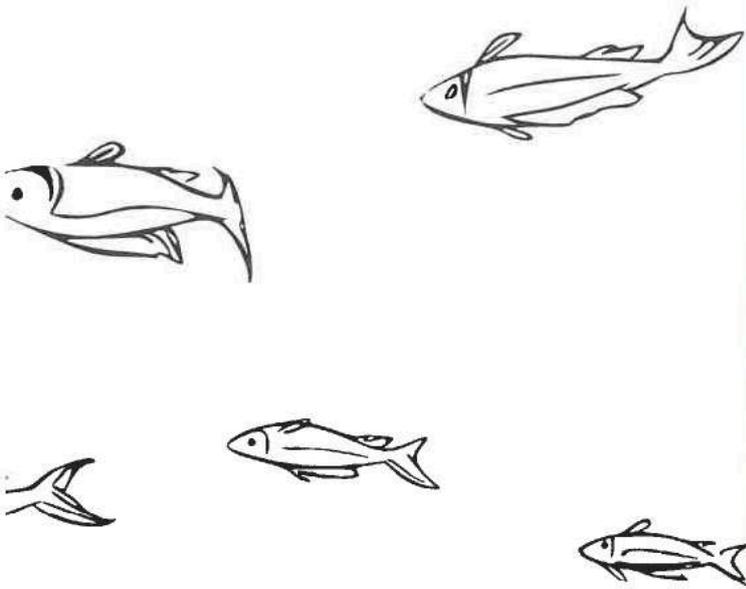
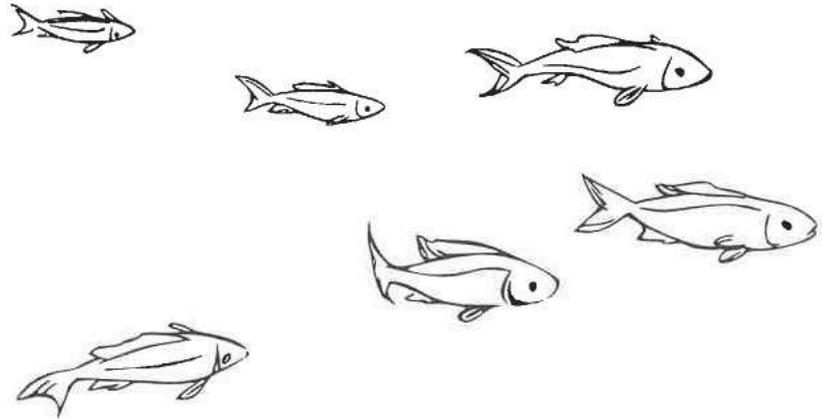
C'était il y a trente ans !



Pourquoi j'ai décidé de faire mes propres mouches

J'étais devenu ami avec le pêcheur qui m'a tout appris. Un jour, il m'a montré comment il faisait ses propres mouches, alors j'ai décidé d'essayer moi aussi d'en faire avec son aide et son talent.

Il m'a dit que "rien n'est plus beau que d'attraper un poisson avec sa propre mouche", et que "chaque rivière a sa propre éclosion". Fabriquer une mouche sois même revient moins cher que de les acheter déjà faites ! De plus, Après avoir arrêté pendant quelques années, j'ai recommencé récemment. J'ai retrouvé cette passion et puis je souhaiterai vous la transmettre.





Atelier "mon assiette saveurs plurielles".

17 mars



Un tout nouveau groupe de participants, prêts pour l'aventure culinaire 2025 proposée par Sarah Grange



MENU

Houmous divers
gressins,
bolognaise de
lentilles,
fondant au chocolat
aux haricots rouges
et sa crème
anglaise..



SAMEDI 29 MARS 2025
 NOVALAISE • 10h - 17h
 Salle polyvalente - GRATUIT

zi9zag voyage n°4
 Un monde de bons moments à partager

Découverte
 Destination spectacle
 Vadrouille créative
 Escale restauration
 Exploration

Voyageurs de 0 à 199 ans
 Embarquons pour ce qui donne le sourire !

Programme détaillé

AEL
 Association pour l'Éveil et l'Apprentissage
 457, route du Lac
 73479 NOVALAISE
 www.centre-societeculturel-ael.fr
 @centre-societeculturel-ael

Atelier Parents/Enfants Décoration ZIG ZAG



Un samedi par mois

RÉCRÉAJEUX

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

de 0 à 99 ans*

9H30/12H

Arrivées et départs libres

* Les parents restent présents pendant la séance

GRATUIT

SAMEDI 5 AVRIL 2025
Saint Alban de Montbel
Salle François Cachoud

Avec l'amicale participation de la Tirelire des Saints
Albambins (café offert et vente de petite restauration)



04 79 28 57 39
457 route du lac 73475 NOVALAISE
www.centre-socioculturel-ael.fr
CentreSocioculturelAEL

FORMATION AUX PREMIERS SECOURS



**Recyclage
PSCI**
(validé 2 ans
et plus)

Samedi 26 avril 2025

8h30 - 12h30

Il reste quelques places

Vous voulez apprendre les gestes qui sauvent

inscriptions ouvertes au CSAEL
30 euros /personne.



Renseignements à
l'A.E.L.

457 route du Lac
NOVALAISE • 04 79 28 57 39



**Vous voulez vous protéger des pirates, des messages
frauduleux & surfer en toute sécurité sur Internet ?
Solutions et réponses par de bonnes pratiques.**

vous invitent le vendredi 18 avril à 14h00
Salle du Pré St Jean à Novalaise

à une conférence :

La CYBERSECURITE

animée par la Gendarmerie nationale

Nos partenaires :



Réél'isons ensemble



457 route du Lac
NOVALAISE • 04 79 28 57 39
www.centre-socioculturel-ael.fr
Centre Socioculturel AEL

Composition florale de printemps



Pensez à prendre :

- sécateur
- fleurs
- photo qui vous est chère
- cartes
- mots doux
- décoration
- récipient

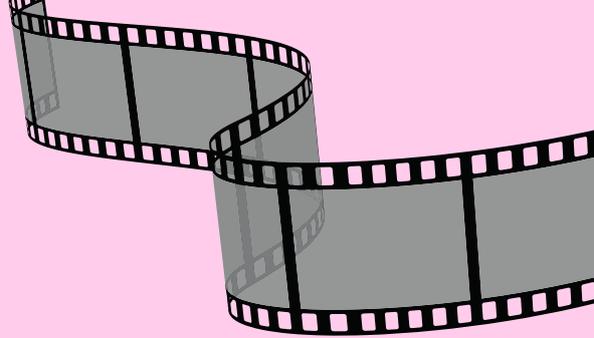


samedi 12 avril de 10h à 12h

**Atelier gratuit pour adultes
animé par Magali**

**de 10h à 12h au Centre Socioculturel AEL
8 places (inscription recommandée à l'AEL)**





**VOUS AIMEZ LE CINEMA ,
ENVIE DE FAIRE VIVRE LES SEANCES SUR LE
TERRITOIRE ,
ENVIE D'ETRE BENEVOLE ?
REJOIGNEZ NOUS !!!**



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





Dimanche 6 avril 2025 à 20 h "DANS LA CUISINE DES NGUYEN"



de Stéphane Ly-Cuong - Jour2Fete

S/N : 05/03 - France - 1h47

Avec Clotilde Chevalier, Camille Japy, Leanna Chea Yvonne Nguyen, jeune femme d'origine vietnamienne, rêve d'une carrière dans la comédie musicale au grand dam de sa mère qui préférerait la voir reprendre son restaurant en banlieue. L'intimité de la cuisine, entre plats familiaux et recettes traditionnelles, leur permettra-t-elle enfin de communiquer, se comprendre et s'accepter

tout public
5,50 €

- de 25 ans
3,50 €

adhérents
AEL 4,50 €

Dimanche 20 AVRIL 2025 à 17H "DOUNIA, LE GRAND PAYS BLANC"

de Marya Zarif, André Kadi - Haut et Court

S/N : 12/03 - France - durée 0h52

Film d'animation à partir de 6 ans - Tarif unique à 3.50€

Après Dounia et la Princesse d'Alep, les aventures de Dounia, petite fille aux éclats d'étoiles dans les cheveux, se poursuivent dans son pays d'adoption : le Canada.

Entourée de ses grands-parents et de son amie Rosalie, elle affronte de nouveaux défis : le froid mordant de l'hiver et une nouvelle culture jusqu'alors inconnue. Plus que jamais, Dounia est convaincue que les battements de son cœur guideront le retour de son père jusqu'à elle...



Dimanche 20 AVRIL 2025 à 20h "A BICYCLETTE !"

de Mathias Mlekuz - Ad Vitam

S/N : 26/02 - France - 1h29

De l'Atlantique à la mer Noire, Mathias embarque son meilleur ami Philippe dans un road trip à bicyclette. Ensemble ils vont refaire le voyage que Youri, son fils, avait entrepris avant de disparaître tragiquement. Une épopée qu'ils traverseront avec tendresse, humour et émotion.





DÉPLACEMENT ACCOMPAGNÉ

Vous avez besoin d'être véhiculé(e) ?

pour :

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

Renseignez-vous
pour connaître les modalités d'accès

04 79 28 57 39

Centre Socioculturel AEL
du Lac d'Aiguebelette
457 route du lac
73470 NOVALAISE

CCLM, Centre de Services à la Personne, Carsat, Fédération Départementale Sociétaire

CAFE CAUSSETTE

Venez comme vous êtes !

Chaque mardi, hors vacances scolaires, le temps d'une pause café pour se retrouver, échanger et passer un bon moment gratuit, sans inscription

arrivée et départ libres dans le créneau horaire
MARDI de 9H30 à 11H30 à l'AEL

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

Possibilité d'un déplacement accompagné

Venez comme vous avez envie à la causette. Passez un bon moment à discuter, jouer aux cartes, tricoter, participer à un atelier créatif. On arrive et on repart quand on veut...

La Plateforme savoyarde de Soutien aux Aidants Grand Âge de Savoie

Vous êtes à la recherche de :

- Conseils, orientation, écoute,
- De soutien psychologique,
- De temps de formation et d'information,
- D'actions de répit,

N'hésitez pas à nous contacter, nous sommes là pour vous accueillir.

Vous souhaitez participer à une ou plusieurs des actions présentées ci-après ? L'ensemble des ateliers sont gratuits, pour plus de renseignements ou pour vous inscrire, contactez nous.

 04 80 81 68 37

du lundi au vendredi 9h-12h/13h30-17h

 soutienauxaidants73@outlook.fr
www.francealzheimer.org/savoie

Le répit à domicile

Vous souhaitez participer à une ou plusieurs activités, mais ne pouvez **pas laisser votre proche seul** à la maison ?

Nous vous proposons de bénéficier de **21 heures de répit à domicile** par an, par tranche d'intervention de 3 heures, avec un reste à charge de 5 euros moyen de l'heure.

Plus d'informations auprès de notre coordinatrice au :
04 80 81 68 37.

En partenariat avec



Pour tous les aidants d'une personne âgée

Écoute et orientation

Vous accompagnez un proche de plus de 60 ans, en perte d'autonomie et vous avez besoin d'informations sur les solutions qui existent pour les aidants ? Contactez-nous.

Entretien individuel – soutien psychologique

Vous pouvez bénéficier gratuitement de 5h de soutien psychologique auprès de notre psychologue.

 Pour l'aidant ou pour le binôme aidant-aidé



Pour les aidants d'une personne atteinte de la maladie d'alzheimer ou maladie apparentée

Formation des aidants Alzheimer

Nous vous proposons une formation de 14 heures animée par une psychologue et un bénévole formé ayant fait l'expérience d'aidant auprès d'un proche porteur de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Cette formation vous permettra de :

- Mieux connaître les mécanismes de la maladie,
- Mieux adapter ses attitudes pour maintenir une relation d'échange,
- Mieux connaître les aides dont vous pouvez bénéficier,
- Mieux évaluer ses possibilités et ses limites.

 Pour l'aidant

 France Alzheimer Savoie
265, chemin du Frettoy
Saint-Alban-Leysses

 Session 1

Les vendredis
de 17h45 à 20h

13, 20 et 27 janvier

10, 17 février

17 mars

 Session 2

Les vendredis
de 14h30 à 17h

21 mars

4, 11 et 18 avril

16 mai

6 juin

 Plateforme savoyarde de
Soutien aux aidants
Grand âge

 04 80 81 68 37
du lundi au vendredi
9h-12h/13h30-17h

 soutienauxaidants73@outlook.fr
www.francealzheimer.org/savoie

 France Alzheimer Savoie
265, chemin du Frettoy
Saint-Alban-Leysses

Dispositif financé par



Avec le soutien de



Crédits photos : Photilde, PFR Savoie et Canva pour la couverture
Remerciements à François, Annick, Christiane, Isabelle et Florence.

QUOI DE NEUF DU COTE DES PARTENAIRES ET ASSOCIATIONS ?

CCLA COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU LAC D'AIGUEBELLETTE

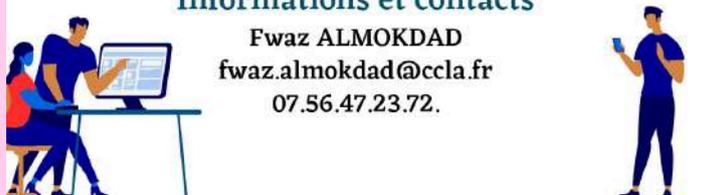
Communauté de communes **de Yenne**

Nouveau service

En difficulté avec le numérique, PC, tablette, ou téléphone ?
Un Conseiller Numérique vous accompagne

- Prendre en main un équipement informatique, Connaître l'environnement et le vocabulaire numérique
- Naviguer sur Internet en toute sécurité
- Envoyer, recevoir, gérer mes courriels
- Créer et gérer (stocker, ranger, partager) mes contenus numériques
- Installer et utiliser des applis utiles sur mon smartphone

Informations et contacts
Fwaz ALMOKDAD
fwaz.almokdad@ccla.fr
07.56.47.23.72.



Les Passeurs d'histoires présentent

1944

ILS FURENT LA FLAMME

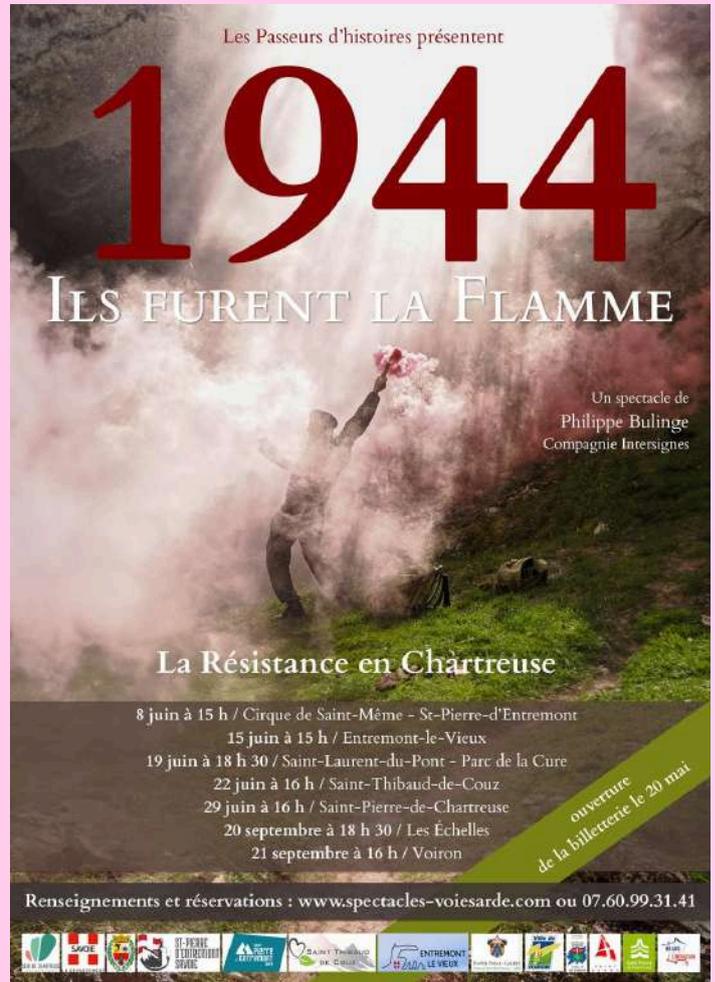
Un spectacle de Philippe Bulinge
Compagnie Intersignes

La Résistance en Chartreuse

8 juin à 15 h / Cirque de Saint-Même - St-Pierre-d'Entremont
15 juin à 15 h / Entremont-le-Vieux
19 juin à 18 h 30 / Saint-Laurent-du-Pont - Parc de la Cure
22 juin à 16 h / Saint-Thibaud-de-Couze
29 juin à 16 h / Saint-Pierre-de-Chartreuse
20 septembre à 18 h 30 / Les Echelles
21 septembre à 16 h / Voiron

ouverture de la billetterie le 20 mai

Renseignements et réservations : www.spectacles-voiesarde.com ou 07.60.99.31.41



LA BRIDOIRE

Salle des fêtes

CONCERT DE PRINTEMPS

Sam. 5 avril 16h

1^{ère} PARTIE

Harmonie l'Eolienne
Charvieu
Chavagneux

2^{ème} PARTIE

ECHO DU GRENAND

Harmonie **LE CHARMANT SOM**

Avec le soutien de **FÉDÉRATION MUSICALE DE SAVOIE**
Commune de **LA BRIDOIRE**

Entrée libre - Buvette

