

Parole d'habitant

Et si la vie moderne c'était cette impression de ne jamais jouir de rien et de courir à fond de train ?

Les vacances "caniculées" sont terminées, c'est la rentrée et chacun a repris sa place, les activités sont reparties et déjà, on se projette sur Noël avec la venue d'un spectacle pour les tout-petits.

Accent sera mis sur la parentalité et les problématiques rencontrées avec l'usage inconditionnel des écrans ? Honnêtement combien de temps y passez-vous par jour ?

Une réflexion s'impose et des actions sont à mettre en place surtout ne pas rester au stade du constat. C'est au cœur de la famille que tout doit s'articuler. Présence et

temps de partage s'imposent. Être parent aujourd'hui, c'est un challenge tous les jours et ça peut être vite déroutant et épuisant. Que vont-ils trouver dans la malle à outils pour les aider et recréer du lien au sein de la cellule familiale.

Ça vit, ça grouille, ça fourmille ! Ça fourmille tant que l'idée d'une grande fête populaire a déjà fait son chemin avec l'organisation d'un nouveau Carnaval pour l'année 2026 où chacun pourra y apporter son grain de sel.

Ce n'est plus une rumeur, depuis la réunion à la Mairie du 7 octobre dernier. Les bases sont jetées, à chacun de créer !

Anne-Marie Bouyer
Administratrice bénévole au CSCS

A Coccinelle, c'est Noël !

Samedi 29 novembre, les bénévoles de la ludothèque Le JE (Jouons Ensemble), accueillera les familles de Coccinelle pour leur faire découvrir des jeux de société adaptés à leur âge et à leur goût.

➔ Rdv 9h30 au CSCS

Mardi 11 décembre, la compagnie Torrent-Ciel présentera son spectacle pour tout petits "Lucie s'habille", sur le thème du voyage et de l'habillage. L'école maternelle Les Grillons se joindront à eux pour l'occasion.

➔ Rdv 10h à la halle artistique.

Coccinelle terminera 2025 avec une fête autour de Noël **jeudi 18 décembre** où parents et assistantes maternelles sont conviés pour la venue du Père Noël.

Rendez-vous au Dojo :

* 6 et 20 novembre ; 4 décembre



Les petits pixels

font-ils de grands débats.

Vendredi 14 novembre, vous pourrez échanger avec Cédric Lefaux, animateur numérique, sur les usages du numérique des enfants et des jeunes et avoir des pistes pour poser un cadre éducatif à la maison.

➔ Rdv 18h30 au CSCS.

Vendredi 28 novembre, place à la Maison de Protection des Familles avec Jérôme Duverger, qui abordera la gestion du temps d'écran et le contrôle parental.

➔ Rdv 18h30 au CSCS

Parent'astrophe



La parentalité ou l'art d'être parent fait partie intégrante du projet

social 2025-2028 mené par le Centre social culturel et sportif de Haute-Charente. Débuté en octobre, le programme d'activités (**gratuit**) "Parent'astrophe" se poursuit. Un seul objectif pour vous, parents : prendre un temps pour soi, pour se retrouver entre parents et échanger sur son quotidien, en toute bienveillance. Annabelle Vaudon, psychopraticienne, vous attend

mardis 4 et 18 novembre et mardi 9 décembre 2025 à 18h30 au CSCS pour un temps d'échanges sur les défis et les joies de votre quotidien. **Mardi 25 novembre et 16 décembre à 18h au CSCS**, place à la détente avec Karine Couvidat, sophrologue. A partir d'exercices simples, vous apprendrez à vous détendre et vous ressourcer après une journée chargée. Pour que vous profitiez pleinement de ces moments, la garde des enfants est assurée par une animatrice.



Ce programme d'activités gratuit dédié aux familles s'achèvera par un ciné-débat au cinéma Vox de Chasseneuil-sur-Bonnieure **vendredi 12 décembre** avec la projection de "Et si on levait les yeux". Laurette Descendier animera le débat avec le public, en présence de Céline et Penny, Promeneurs du Net.

➔ Rdv 20h au Cinéma Vox

On chausse nos patins au Pacha !



En cette fin d'année, les jeunes vont, à partir de jeux de rôles (**5 novembre**) et jeux de société coopératifs (**12 novembre**), se mettre en scène pour renforcer la cohésion de groupe, se faire connaître des autres. L'atelier cuisine (roses des sable/sablés de Noël) du **3 décembre** y contribuera également. Comme chaque année, la commune de Terres-de-Haute-Charente installe sa patinoire au gymnase, l'occasion idéale pour nos jeunes, de l'investir avec la tenue d'une buvette et la gestion des patins du public venu profiter. Dans la continuité des vacances d'automne axées sur l'anti-gaspi, Calitom interviendra le **19 novembre** au Pacha pour un escape game recyclé avant la visite d'Atrion, le service de gestion des déchets, prévue le **17 décembre**. Parmi les temps forts : une soirée pizza/karaoké le **21 novembre**; lasergame à Gond-Pontouvre le **26 novembre**. Une soirée patinoire mutualisée avec les jeunes de Champagne-Mouton et Confolens clôturera l'année le **19 décembre** à Roumazières-Loubert. Les ados y tiendront la buvette et remettront les patins au public.

Compte Facebook Professionnel



Centre social culturel et sportif de Haute - Charente

Roumazières - Loubert
16270 - Terres-de-Haute-Charente
☎ 05.45.71.18.59
✉ cscshc.accueil@cscshautecharente.fr
🌐 www.cscshautecharente.fr
📘 CSCS Haute Charente

L'inscription et l'adhésion sont obligatoires pour participer aux activités du CSCS

Actifs à l'âge ... pour bien vieillir

► Un transport est proposé pour assister à la projection de "Le million" **mardi 4 novembre** au cinéma de Chasseneuil ainsi que le **mardi 2 décembre 2025** (se renseigner auprès du CSCS pour le film à l'affiche).

► L'atelier mémoire Sauv'mémo, vous aide à entretenir votre mémoire. **RDV les lundis 3-17 novembre et 1^{er}-15 décembre de 14h30 à 16h au CSCS.**

► Nelly vous livre des astuces couture. **RDV les 18 et 25 novembre ; 9 décembre, de 14h à 16h au CSCS.**

► Transport à la demande le mardi de 14h à 17h et vendredi de 9h à 12h (sur inscription).

Sortie du jeudi à Bordeaux

Quoi de mieux qu'une sortie à Bordeaux pour clôturer 2025 ! Direction Bordeaux **jeudi 11 décembre 2025** avec, au programme, une matinée au marché de Noël des Quinconces.



L'après-midi, remontez le temps en partant sur les traces des pharaons de l'Égypte antique, aux Bassins des Lumières de Bordeaux ! Découvrez l'histoire d'une civilisation à la mythologie fascinante en déambulant à travers les temples aux colonnades majestueuses. Des fresques aux couleurs vives y content l'origine d'un univers façonné par les éléments naturels, incarnés par les dieux et déesses. Après avoir découvert l'exposition principale *L'Égypte des Pharaons*, vous pourrez apprécier l'oeuvre *Les Orientalistes*, une véritable invitation au voyage, que vous n'êtes pas près d'oublier !

Départ/retour CSCS : 7h30/20h
De 15 à 45 € (selon revenu fiscal de référence)

Directeur de publication
Lionel Versier
Conception graphique
Céline Kaba Fautot
Nb d'exemplaires: 250
Impression : CSCS Haute-Charente



La fabrique des merveilles à l'îlot z'enfants

Mais que contient la fabrique des merveilles ? Même si la fin d'année semble proche, l'accueil de loisirs l'îlot z'enfants poursuit ses activités favorisant le mieux-vivre ensemble entre les enfants. Apprendre à écouter, se respecter, accepter ses erreurs, connaître son camarade, s'encourager mutuellement sont quelques uns des objectifs sous jacents des activités proposés le mercredi. Après une séance ciné à Chasseneuil le **3 décembre**, les enfants profiteront de la patinoire de Roumazières-Loubert pour s'adonner aux joies de la glisse. Avant de profiter de la journée dédiée à Noël le **17 décembre** avec on l'espère, la venue du Père Noël. D'ailleurs, ont-ils été assez sages, ces enfants ?

A vos agendas

🎯 **Jakadi joue (jeux de société)**
Lundis 3 et 17 nov. - 1 et 15 déc.
de 16h à 18h
Mercredis 5 nov. - 3 déc.
de 17h à 19h

🎯 **Foire de Rouillac**
jeudi 27 novembre 2025
départ/retour CSCS : 8h/13h

🎯 **Le JE (Jouons Ensemble)**
Accès à la ludothèque les 12-26 nov. et 10-17 déc. de 16h à 19h

🎯 **Ruffectival (festival de l'humour et du rêve)**
Samedi 17 janvier 2026



IPNS, ne pas jeter sur la voie publique