

horaires de la palette (hors été)

lundi 14:00 - 17:30

mardi 09:00 - 12:00 / 14:00 - 17:30

mercredi 09:00 - 12:00 / 14:00 - 17:30

jeudi 09:00 - 12:00 / 14:00 - 17:30

vendredi 14:00 - 17:30

samedi 09:00 - 12:00

les tarifs du pôle ressources

tarif horaire : **1,80€** (fractionnable au 1/4 d'heure)

accès wifi : **0,50€ pour 2h**

adhésion annuelle : **31€**

adhésion annuelle tarif réduit : **21€**
(résidence secondaire)

gratuité :

pour toutes démarches administratives, demandeurs d'emploi dans le cadre de leur démarche ; scolaires dans le cadre de leur formation et de leur recherche ; loisirs limité à 30min

impressions et photocopies :

format - a4 noir et blanc : 0,15€ - couleur : 0,30€

format - a3 noir et blanc : 0,30€ - couleur : 0,60€

20 copies gratuites par jour dans le cadre administratif



9 place de la Poste 23800 Dun le Palestel
tél 05 87 66 00 00 - mail contact@lapalette23.fr
web www.lapalette.tl



janvier - mars 2020

pôle ressources
animation de la vie locale - numérique - espace pro/coworking

pôle famille
ateliers des parents - bien être - bourses aux vêtements

animation vie locale enfance/jeunesse famille numérique espace pro/coworking
9 place de la Poste 23800 Dun le Palestel - tél 05 87 66 00 00 - mail : contact@lapalette23.fr - www.lapalette.tl



Le projet Tiers Lieu du Secteur Dunois, La Palette a été co-financé par l'UE dans le cadre du FEDER-FSE 2014-2020



la palette, c'est quoi?

La Palette est un Tiers-Lieu/Centre Social. Elle a une fonction **d'écoute**, **d'information** et **d'orientation** ainsi que **d'accompagnement pour tous les habitants et acteurs du territoire Dunois**.

La Palette est un « **lieu** » **outil**, entre le travail et le domicile où chaque personne peut trouver un **intérêt personnel ou collectif** dans n'importe quel domaine. Elle donne l'accès à tous à un **espace d'échanges et de partage**, au croisement du **social**, de **l'économie** et de la **culture**. Une finalité forte du projet de La Palette est de **recréer du lien social dans nos campagnes**.

citoyenneté

mixité

justice sociale

solidarité

laïcité

La Palette dans des démarches de réseaux

La Palette est actrice de **plusieurs réseaux** sur le territoire de la **Creuse** et de la **Nouvelle Aquitaine**.

La force du collectif apporte des **retours d'expériences**, permet de **prendre du recul** mais surtout permet de mettre en place des **actions collectives**.



ALISO

Réseau creusois des acteurs du lien social

programme

janvier - mars 2020

à vos agendas - pôle famille..... p.4-5-6

L'atelier des parents : Vendredi 31 Jan. / Vendredi 07 Fév. / Vendredi 27 Mars.

Les ateliers parents-enfants : Samedi 18 Janv. / Samedi 15 Fév. / Samedi 14 Mars

Apéro Discut' : Dates prochainement communiquées

à vos agendas - pôle ressources..... p.7 à 14

Atelier de découvertes numériques [Carte Mentale] : Jeudi 23 Janvier

Atelier de découvertes numériques [Asso.gouv] : Jeudi 20 Février

Atelier de découvertes numériques [Framasoft] : Jeudi 19 Mars

Développer son réseau pro : Samedi 25 Janvier

Développer son réseau pro : Samedi 28 Mars

les aventures de paul & paulette..... p.15 à 17

Paul & Paulette sur le marché : Jeudi 13 Février

Les Dictées de Paulette : Mardi 14 Janvier / Mardi 12 Février / Mardi 10 Mars

Les Rdvs de Paul & Paulette : Samedi 18 Janvier / Samedi 14 Mars

Les Rèmedes Naturels de Paulette : Jeudi 12 Mars

Paul & Paulette - Portrait de territoire : Projet en cours de réflexion

Paul & Paulette - collectent des petits bouchons : Tout au long de l'année -

Récolte au mois d'octobre

La Palette se positionne comme un « **Tiers-Lieu éducatif** ». C'est le « troisième espace-temps » après la famille et l'école.

Notre rôle est de permettre aux enfants et aux jeunes de s'inscrire dans **une démarche collective** de projets en respectant leur individualité.

Pour se faire, nous proposons aux familles **2 Accueils de Loisirs Sans Hébergement (ALSH)**.

cabane magique

alsh de 3 à 11 ans

Ouvert de 7h15 à 18h45 les mercredis et pendant les vacances.

La Cabane Magique permet un mode de garde pour les parents mais surtout **un lieu de socialisation pour les enfants de 3 à 11 ans**.

L'équipe développe des activités **diverses** et **récréatives** (culturelles, sportives, artistiques...) ainsi que des séjours, sorties, stages de découverte...

Contact : cabane.magique@lapalette23.fr - 05 55 89 05 10

local'ados

alsh de 11 à 17 ans

Le Local'Ados est une structure d'accueil et d'accompagnement des jeunes avec un lieu spécifique et une programmation.

Il est ouvert en période scolaire **les mercredis de 13h30 à 18h30, le vendredi de 17h à 19h** et sur d'autres temps en fonction des projets de jeunes.

Lors des vacances scolaires, il est ouvert du **lundi au vendredi** selon le programme d'animation.

Les activités du Local'Ados sont organisées avec le Conseil de Jeunes.

Il est force de propositions pour les programmes d'animation et porte également des projets sur le territoire.

Contact : local.ados@lapalette23.fr - 07 60 23 52 53

Le programme Local'Ados / Cabane Magique est disponible sur :
www.lapalette.tl

Le pôle famille est un espace d'animations, de rencontres et d'initiations destiné à toutes les familles. Son **projet** repose sur une **démarche participative**. Il s'agit d'un travail réalisé **avec et pour les familles**.

Le pôle famille organise et anime des **événements, temps d'échanges** et d'**activités** pour toutes les familles. Parents, enfants, ados, grands-parents... ce pôle est là pour vous écouter et mettre en place des actions qui répondent à vos souhaits, vos besoins, vos envies.

Les «Ateliers des Parents» du vendredi matin sont l'occasion pour vous d'échanger avec d'autres parents, en présence de la référente famille.

les Animations

- **L'atelier des parents** - espace d'échanges - café des parents et apéro'discut
- **Les ateliers enfants/parents** - moments de partage en famille
- **Les ateliers bien-être en famille**

les Services

- **Réseau Babysitting** - service de mise en relation
- **Bourse aux vêtements** - deux fois par an (printemps et automne)
- **Réseau Parentalité**

l'atelier des parents

DE 10H À 12H

Un moment convivial pour partager et échanger autour
d'un café ou d'un thé entre parents
Un espace jeu est prévu pour les enfants

les dates à venir*

Vendredi 31 janvier

Vendredi 7 février

Vendredi 27 mars

DE 10H À 11H30

les ateliers parents-enfants

Activités manuelles, culturelles, cuisine...
Venez partager un moment de complicité en famille,
le temps d'une matinée

les dates à venir*

Samedi 18 janvier

jeux en famille

Samedi 15 février

crêpes party

Samedi 14 mars

**atelier créa
porte-clés**

ateliers sur
inscription

A PARTIR DE 19H

apéro'discut

Thème : échanges sur vos questions et rôle de parents, trucs et astuces...
Chacun apporte ce qu'il souhaite à partager
Un espace jeu est prévu pour les enfants
Animé par Jennifer SHOENACH

organisé avec
la mjc
de la souterraine

ateliers sur
inscription

Vendredi 31 janvier

Vendredi 27 mars

LA CABANE MAGIQUE
RUE DES RATERIES
23800 DUN-LE-PALESTEL

Vendredi 21 février

MJC - CS
27 RUE DE LAUVAUD
23300 LA SOUTERRAINE

Inscription auprès de :

Amélie
amelie.vergnaud@lapalette23.fr
05.87.66.00.00



Nadège
famille@mjcclasout.fr
05.55.63.19.06



* **LES ATELIERS** ont lieu dans les locaux de l'Accueil de Loisirs :
La Cabane Magique - Rue des Rateries - 23800 DUN LE PALESTEL

Participation gratuite aux ateliers, mais une adhésion annuelle
de 5 euros à La Palette vous sera demandée.

Pensez à faire part de votre participation auprès d'Amélie
pour les ateliers : amelie.vergnaud@lapalette23.fr - 05.87.66.00.00 / 06.58.21.19.71

Numérique

Espace Public Numérique / Ateliers numérique pour tous

Ouvert à tous, un Espace Public Numérique (EPN) permet d'**accéder, de découvrir, de s'informer, d'échanger, de créer et de s'initier aux outils, aux services et aux innovations liés au numérique** dans le cadre d'actions diversifiées : rencontres, débats, ateliers collectifs d'initiation ou de production, médiations individuelles, libre consultation, etc.

Les EPN sont des lieux **d'expérimentation et de diffusion des nouveaux services et des nouveaux usages** liés au numérique, ainsi que des lieux d'animation de projets collaboratifs de proximité (co-construction, participation, partenariats, etc.).

La Palette est un Pôle Ressources pour le **développement numérique du territoire**. Elle propose un **accès au numérique** et à ses usages avec un **accompagnement qualifié**, met à disposition de l'ensemble des citoyens du matériel et propose **des ateliers d'initiation pour tous**.

les évolutions en 2020

#APTIC

Le Pass Numérique est un dispositif porté par le Réseau Tela (Réseau de Tiers Lieux Creusois) et soutenu par l'Europe, l'Etat et le Département de la Creuse.

C'est un chéquier qui vous permet d'acquérir des compétences numériques : utiliser le clavier, la souris, accéder au bureau, aux mails, au web, à vos droits et aux formulaires en ligne.

AIDANT CONNECT « Béta-Testeur »

La Palette s'est également positionnée pour être testeur d'un nouveau dispositif mis en place par l'Etat permettant de sécuriser les démarches administratives en ligne réalisées avec l'aide d'un tiers.

MAISONS FRANCE SERVICE

Les services de l'Etat ont décidé de transformer la MSAP de La Palette en Maison France Services. Mais pour vous rien ne change hormis le nom.

les ateliers numériques janvier - mars 2020

mes premiers pas dans le monde numérique

+ découverte et premier pas sur l'ordinateur

Mardi 21 Janvier de 17h30 à 19h

Les principaux composants et périphériques d'un ordinateur, découverte de l'environnement windows. Apprivoiser et utiliser la souris et le clavier.

+ découverte du bureau

Mercredi 22 Janvier de 17h30 à 19h

Apprenez à naviguer et à vous repérer dans ce nouvel environnement.

+ organiser ses fichiers et dossiers

Mardi 28 Janvier de 17h30 à 19h

Créez, gérez et retrouvez des dossiers ou des fichiers.

mes premiers pas sur internet

+ faire ses premiers pas sur internet

Mercredi 29 Janvier de 17h30 à 19h

Découvrez les logiciels internet (navigateurs) et comment faire une recherche.

+ gestion boîte mail et attention aux mails frauduleux

Mardi 4 Février de 17h30 à 19h

Créez et gérez une adresse mail : transfert, envoi, ajouter des pièces jointes

+ sécurité internet

Mercredi 5 Février de 17h30 à 19h

Créez un mot de passe sécurisé, ne pas cliquer trop vite sur les liens...

+ comment protéger ses données personnelles?

Mardi 11 Février de 17h30 à 19h

Qu'appelle t-on données personnelles et comment gérer sa vie privée sur internet ? Comment protéger ses données personnelles?

+ création de compte et formulaire en ligne

Mercredi 12 Février 17h30 à 19h

Créez un compte et remplissez un formulaire en ligne en toute sécurité

mes premiers pas dans la bureautique

+ manipulation du traitement de texte

Mardi 18 Février de 17h30 à 19h

Découvrez le traitement de texte : mise en page, polices et astuces.

+ powerpoint

Mercredi 19 Février 17h30 à 19h

Découvrez powerpoint et comment créer un diaporama.

+ initiation à calc : les calculs simples

Mardi 10 Mars de 17h30 à 19h

Des exercices pour l'utilisation des formules.

mes premiers pas dans le monde des tablettes / smartphones

+ découverte des outils tablettes et smartphones

Mercredi 11 Mars de 17h30 à 19h

Les principaux composants et périphériques d'une tablette ou d'un smartphone
Notions élémentaires de l'environnement Android (l'écran principal, les icônes, les applications...).

+ j'apprends à maîtriser

Mardi 17 Mars de 17h30 à 19h

Configuration de votre adresse mail. Ajouter et supprimer des applications
Prendre des photos avec votre appareil mobile.

+ pour aller plus loin

Mercredi 18 Mars de 17h30 à 19h

Venez nous poser vos questions, nous y répondrons tous ensemble !

pour aller plus loin

+ pdf, kezako ?

Mardi 24 Mars de 17h30 à 19h

Alléger et convertir des fichiers en pdf !

Vous saurez tout sur ce format de fichier !

+ nettoyer mon ordinateur

Mercredi 25 Mars de 17h30 à 19h

Découvrez les logiciels utiles pour nettoyer son ordinateur

inscriptions : contact@lapalette23.fr - 05.87.66.00.00 - Ateliers maintenus dès **2 inscriptions**

les tarifs

5,50€ l'atelier - 3,50€ pour les adhérents
Pour 2 ateliers du même parcours : 8€ - 5€ pour les adhérents
Pour 3 ateliers du même parcours : 12€ - 8€ pour les adhérents
Pour 4 ateliers du même parcours : 16€ - 11€ pour les adhérents
Pour 5 ateliers du même parcours : 20€ - 14€ pour les adhérents

En expérimentation

Espace Pro / Coworking

Animation d'une communauté de professionnels / Création d'un espace coworking / Accompagnement des porteurs de projet économique

Ce projet concerne tous les **professionnels** ou **futurs professionnels indépendants du territoire, chefs d'entreprise, professions libérales, artisans, agriculteurs, commerçants, demandeurs d'emploi en création d'entreprise, salariés en reconversion...**

Cette liste n'est bien sûr pas exhaustive.

développer son réseau pro : acte 1

- > **Date :** Samedi 25 Janvier
- > **Horaires :** 10h à 12h
- > **Lieu :** La Palette
- > **Description :** Venez à la rencontre d'autres professionnels indépendants.
Nous échangerons sur les pratiques de chacun
- > **Public :** Ouvert à tous
- > **Tarifs :** Gratuit
- > **Organisé par :** Le Pôle Ressources

développer son réseau pro : acte 2

- > **Date :** Samedi 28 Mars
- > **Horaires :** 10h à 12h
- > **Lieu :** La Palette
- > **Description :** Venez à la rencontre d'autres professionnels indépendants.
Nous échangerons sur les pratiques de chacun
- > **Public :** Ouvert à tous
- > **Tarifs :** Gratuit
- > **Organisé par :** Le Pôle Ressources

Maison de services au public

Notre mission : assurer un service de **proximité** et un **accompagnement personnalisé**, faciliter les **démarches administratives**, notamment grâce à l'**e-administration**. Des **permanences** régulières et ponctuelles sont effectuées dans nos locaux. Retrouvez la liste sur : www.lapalette.tl

Accompagnements & Permanences

Nous pouvons vous aider sur de **très nombreux sujets**, qu'ils soient de l'ordre **administratif** ou encore de l'ordre du **numérique**. Nous ferons de notre mieux pour vous **expliquer et vous accompagner**.

Pour vous donner des exemples, nous aidons régulièrement des usagers sur :

- Les demandes de permis de conduire / cartes grises
- Actualisation Pôle Emploi / déclaration Caf
- Les usages courants du numérique (mail, création d'espace, mot de passe...)
- Aides et conseils sur vos smartphones / Tablettes / pc portable.....

Certains de nos partenaires tiennent des **permanences physiques régulières** dans nos locaux dans une logique de proximité avec les habitants : **ELISAD - Mission Locale de la Creuse - SERVICE HABITAT du département**. Mais d'autres peuvent venir de façon **ponctuelle** : **La Maison des Ados - L'UFC Que Choisir - Le défenseur des Droits - La Conciliatrice de Jusitice....**

D'autres ont des **permanences en Visio Accueil** (via une caméra connectée à internet) les mardis et jeudis matins (sur rendez-vous) : **CAF - CARSAT - MSA**

Point d'Clappui à la Vie C associative

Le PAVA permet aux associations d'avoir un **lieu de proximité** et d'être **accompagnées** par des professionnels dans leurs démarches.

Nous mettons régulièrement en place des **ateliers thématiques** selon **les besoins du territoire**.

ateliers découvertes numériques

- > **Jeudi 23 Janvier** : MyMind - Carte mental (Comment organiser ses pensées)
- > **Jeudi 20 Février** : Découverte de associations.gouv.fr
- > **Jeudi 19 Mars** : Les outils Framas (Alternatives à Google)

> **Horaires** : 17h30 à 19h

> **Lieu** : La Palette

> **Description** : 3 ateliers pour échanger, se former et s'outiller.

Attention ces ateliers seront maintenu dès 2 inscrits

> **Public** : Ouvert à tous

> **Tarifs** : Gratuit sous réserve d'adhésion à la Palette
Pour les associations 15€ pour l'année

> **Organisé par** : Le réseau TELA



Point Information Jeunesse

Le PIJ est un **lieu d'information** de **proximité, anonyme et gratuit** dans différents secteurs : scolarité, orientation, formation, métiers, emploi, logement, santé, loisirs, vacances, sport, Europe et étrangers...

Initiatives Citoyennes

Le secteur Dunois est riche de **projets à l'initiative de citoyens**.

De nombreux projets sont actuellement en cours : Jardin Partagé, réseau de transport solidaire, collectif chasseur de déchets, ateliers dictées, remèdes naturels...

Si vous aussi avez une **idée**, un **projet, en création ou en activité**, n'hésitez pas à venir nous voir pour nous en parler, nous aurons peut être **des solutions à vous apporter** et/ou **des personnes à vous faire rencontrer**.

les aventures de Paul & Paulette



La Palette souhaite **encourager et accompagner** les projets permettant de dynamiser et de pérenniser les liens sociaux des +65ans. C'est avec l'ensemble de la communauté que nous souhaitons **améliorer la participation** de ce public aux actions citoyennes à l'échelle locale, tout en valorisant leurs compétences.

C'est à travers le projet « **Les Aventures de Paul & Paulette** » que la Palette souhaite soutenir **les actions innovantes, expérimentales tout en améliorant les réponses existantes**.

Découvrez dans ce livret les actions que nous souhaitons mettre en place avec la **participation des habitants de notre territoire**.

les rendez-vous de

Paul & Paulette

Les Rencontres sur le Marché :

Lors du marché de Dun le Palestel le jeudi matin, une fois par trimestre une partie de l'équipe de La Palette sera présente afin de présenter l'association, nos actions et nos services.

Les rendez-vous de Paul et Paulette :

Les Causeries bimestrielles : à La Palette ou à l'Art et Thé Vous ! Ces causeries seront l'occasion d'énoncer des problématiques vécues sur le territoire et de réfléchir ensemble à des solutions ou à des actions à mettre en œuvre pour y répondre.

les dates à venir

les rendez-vous de paul & paulette

> SAMEDI 18 JANVIER [à La Palette] de 10h à 12h

> SAMEDI 14 MARS [à L'Art & Thé Vous !] de 10h à 12h

les rencontres sur le marché :

> JEUDI 13 FÉVRIER

Paul & Paulette

portrait de territoire

Les témoins de demain auront pour rôle/mission d'échanger avec les témoins du passé, sur la vie du territoire quand ils avaient 20 ans.

Il s'agit de faire un retour et/ou une sensibilisation, sur l'évolution du territoire, en mettant en parallèle les constantes et les changements.

Les thématiques ne sont pas prédéfinies, il s'agit de recueillir la mémoire vivante du territoire.

projet en cours de réflexion

SI VOUS ÊTES INTÉRESSÉ, N'HÉSITEZ PAS À VENIR NOUS EN PARLER

Paul & Paulette font leurs ateliers

les dictées de



Ces ateliers sont mis en place suite à une initiative citoyenne

Matériels nécessaires : Stylos / Papiers....

Maximum 15 personnes - Participation gratuite aux ateliers mais une adhésion de 5€ annuelle à La Palette vous sera demandée lors de votre 1ère dictée.

Inscriptions obligatoires : contact@lapalette23.fr // 05.87.66.00.00

> Pour plus de renseignements merci de contacter Claudie Blanchard au 05.55.89.72.97

les dates à venir

- > MARDI 14 JANVIER
- > MARDI 12 FÉVRIER
- > MARDI 10 MARS

Tous les
2ème mardis
de chaque mois à
La Palette - 15h

les remèdes naturels de



Ces ateliers sont mis en place suite à une initiative citoyenne

Découvrez, à travers des ateliers, des remèdes naturels et efficaces contre une multitude de maux.

Maximum 10 personnes

Inscriptions obligatoires : contact@lapalette23.fr // 05.87.66.00.00

les dates à venir

- > JEUDI 12 MARS : Le bouleau



collectent des petits bouchons

PENSEZ À STOCKER VOS BOUCHONS DE BOUTEILLES

Les bouchons seront revendus à une société de transformation qui les fond et les recycle. Ce n'est pas le même plastique que les bouteilles. L'argent de la vente est collectée par l'association «Les petits bouchons» et utilisé pour acheter du matériel médical pour les plus démunis.

La récolte globale se fera en Octobre à La Palette, d'ici là gardez-les précieusement.

vous souhaitez vous investir...

Vous souhaitez **adhérer** à La Palette, vous **mobiliser** pour votre territoire...

Vous pouvez participer à de nombreuses activités, vous engager dans un secteur ou simplement **consacrer un peu de votre temps à l'association**.

Vous pouvez vous investir, selon vos envies ou vos goûts, dans l'un des pôles : **enfance/jeunesse, famille, ressources**, ou **développer votre propre activité/projet**, nous serons là pour vous aider.

Voici quelques exemples dans lesquels vous pouvez agir :

- > Les ateliers numériques
- > Les Aventures de Paul & Paulette
- > La Maison de Services au Public
- > Le Jar'Dun (jardin pédagogique et participatif)
- > Paul & Paulette font du covoiturage (projet de transport solidaire)
- > L'animation d'ateliers en tout genre et pour tout public....

Vous avez **une idée / une envie**, venez nous voir pour nous en parler, nous ferons le nécessaire pour vous faciliter sa concrétisation.

Pour plus d'information, n'hésitez pas à passer nous voir ou à nous contacter.

Contact : contact@lapalette23.fr - 05 87 66 00 00