



Centre Social Confluence

5 Rue Guy Pabois 35 600 Redon

Tel: 02 99 71 44 57

cs.redon@confluence.asso.fr

www.confluence.asso.fr

L'édito



A l'heure actuelle, il est de plus en plus important de faire des économies d'énergie. En 2008, le chauffage représentait en moyenne 70 % des dépenses d'énergie dans l'habitat et l'eau chaude sanitaire 10%.

Toutefois, des efforts sont faits sur l'isolation et la proportion du chauffage a tendance à baisser. Dans le cas des maisons passives, elle est même équivalente à la proportion d'électricité spécifique. D'autre part la consommation d'électricité spécifique (électricité autre que pour le chauffage et l'eau chaude) dans le secteur de l'habitat a été multipliée par 4 depuis 30 ans en raison de l'amélioration de la qualité de vie et du confort des ménages (congélateur, sèche-linge...) et de la multiplication des équipements électroménagers (lecteurs DVD, ordinateurs, consoles de jeux, décodeur TV, internet haut débit...). Ce qui représente une augmentation des factures.

C'est pourquoi le Centre Social, en partenariat avec l'association EPV (Energie citoyenne en Pays de Vilaine) participe à un défi énergie. La mission, si vous l'acceptez est de faire la guerre aux gaspillages d'énergie en économisant 8 % d'énergie par rapport à l'année précédente.

Pour cela, nous vous invitons au café des parents le lundi de 9h à 11h30 pour vous inscrire ou pour avoir plus de renseignements...

Mme RUBAUD

Administratrice du Centre Social Confluence

La photo



La fête du Jeu - Mercredi 17 Octobre - Salle des fêtes

L'interview



EPV lance le défi familles à énergie positive

Tout d'abord, EPV c'est quoi ?

C'est une association basée à Redon, Énergies citoyennes en Pays de Vilaine. Nous sommes à l'origine du premier parc éolien citoyen de France à Béganne en 2014, et en avons construit déjà deux autres à Sévérac / Guenrouët et à Avesnac depuis. Nos objectifs sont donc de promouvoir les énergies renouvelables en mode citoyen, mais aussi d'encourager les économies d'énergie, en effet la meilleure énergie est encore celle que l'on ne consomme pas, d'où le lancement pour la 1ère année du défi familles.

OK, et le défi consiste en quoi ?

L'idée est de proposer aux foyers volontaires (familles, couples, retraités, étudiants...), de réduire d'au moins 8% leur consommation d'énergie par rapport à l'année précédente. Les participants s'engagent, en équipe, à faire baisser leur consommation de chauffage, d'eau chaude et d'électricité sur la période allant de décembre 2018 à avril 2019.

Cela juste en adoptant des gestes simples du quotidien, sans besoin d'investissement financier. C'est simple, convivial, efficace et gratuit !

Du coup, il ne faut pas hésiter à en parler à ses amis, familles, voisins, collègues pour monter une équipe, ou en rejoindre une.

D'accord, et pour participer, ça se passe comment ?

Rien de plus simple, vous pouvez vous adresser au centre social à Nathalie Cihelka ou à Aurélia, pour EPV, à moi même au 02 23 63 20 89 / nicolas.masse@eolien-citoyen.fr

Vous pouvez aussi directement vous inscrire sur le portail <http://epv.familles-a-energie-positive.fr>

Et bien sûr il ne faudra pas manquer l'événement de lancement, qui aura lieu le samedi 17 novembre à 9h30, à la MAPAR à Redon.

Cela sera l'occasion de finaliser la constitution des équipes, mais aussi de se préparer et de s'amuser autour d'animations sur l'énergie.

Alors, prêt à relever le défi ?

Nicolas MACE

L'info incontournable

Vendredi 30 – à partir de 12h

Café culturel éphémère

Rdv à la Recyclerie, pour un concert ! Soupe, café, thé, tisane seront au rendez-vous. On vous attend.

Gratuit !

Contact : gemderedon@confluence.asso.fr

02-99-71-67-53

Ils nous soutiennent pour cette lettre...



RENAULT La vie, avec passion
Jean-Louis Guilmant



les nouveaux commerçants

Ne jetez pas sur la voie publique ; Faites en plutôt profiter vos amis...



PROGRAMME DU MOIS DE Novembre...

Quelques infos...

Le Centre Social est fermé le vendredi 2 novembre

Jeudi 15 - de 9h30 à 12h00 - Réunion d'un 8 mars à l'autre - Salle Belle Ile

Depuis le 8 mars 2018, les Femmes continuent de se retrouver à Confluence pour se retrouver, discuter et planifier des événements. Venez nombreuses pour partager vos envies et proposer des temps forts.

Mercredi 13 et Jeudi 15 - à 14h - Atelier tissage - Salle Belle Ile

Mélanie vous invite à la retrouver en salle Belle Ile pour continuer les ateliers tissage. Pour les petits.es comme les grands.es, cet atelier sera un temps de relaxation. Venez nombreux.ses. **Gratuit.**

Jeudi 15 - RDV à 20h00 - Spectacle « Une longue peine » - Théâtre Le Canal

Une longue peine, comment ça se raconte ? C'est étrange, ce mot qui signifie punition et chagrin en même temps. Spectacle de Didier Ruiz. Réservation avant le jeudi 07.

Inscription et renseignements sur les tarifs à l'accueil.

Samedi 17 novembre - à 9h30 - Défi Famille - La MAPAR

Mercredi 21 - de 15h à 16h30 - Forum entour'age - Salle des Fêtes

Pour les seniors, dans le cadre de Monalisa, aura lieu le forum entour'age à la salle des fêtes de Redon de 14 à 17h. Présentation du répertoire des actions et lieux ressources sur le territoire par Casus Délires. Vous pourrez découvrir les différentes structures. **Gratuit**

Mardi 27 - à partir de 20h - Et les petits ? Causeries... Les pleurs de bébé - Halte garderie

« Et les petits ? Causeries... » : Propose une rencontre spécifique, autour du thème en lien avec la petite enfance au Centre social Confluence de Redon, nous aborderons : « LES PLEURS DE BEBE »

Nous vous attendons nombreux !!! **Gratuit**

Mercredi 28 - de 15h à 16h30 - Retour de l' « Atelier création Nature Parents-Enfants »

Un espace de création pour prendre le temps de créer avec ses enfants hors de la maison et se relier à la beauté et la vie de la nature. C'est un temps de présentation des ateliers avec Gemma pour l'année 2018/2019. Les 4 premières séances sont consacrées à la fabrication d'un « jardin de Noël ». **Inscription au trimestre.**

Vendredi 30 - à partir de 12h - Café Culturel Ephémère d'Oxygène - La Redonnaise (Recyclerie)

Soupe, café, thé, tisane seront au rendez-vous. On vous attend ! **Gratuit**

L'astuce du mois

La saison des tomates s'achève et dans les jardins elles peinent à mûrir. Voici une idée de recette pour ne pas gâcher ces légumes : le chutney de tomates vertes, une spécialité d'origine indienne.

Ingrédients pour 4 pots : 500 g de tomates vertes, 50 ml de vinaigre (de cidre), 1 pomme, 70 g de sucre roux, gingembre, piment, sel.

-Peler la pomme, couper les tomates vertes et la pomme en petits dés.

- Porter à ébullition le vinaigre et le sucre dans une marmite

-Rajouter les tomates/ pommes et les épices, bien mélanger et laisser cuire 30 minutes en remuant de temps en temps

-Verser tr-s chaud dans des pots de verre avec couvercles hermétiques et fermer immédiatement

-Ce chutney se conserve plusieurs mois et accompagne les légumes, quiches, viandes, fromages...

Ils nous soutiennent
pour cette lettre...



RENAULT
La vie, avec passion
Group
Jean-Louis Guilmault



les nouveaux commerçants