

## L@ lettre

novembre-décembre2024

*Edito*

Déjà novembre, le mois le plus gris de l'année mais à l'aube aussi de Noël et de la joie, pour bon nombre d'entre nous de retrouver nos familles, ici ou ailleurs...quelquefois très loin !

Que se passe-t-il autour de nous actuellement ? les 19 et 20 octobre, vous avez été nombreux à courir ou marcher pour octobre rose et il n'est pas inutile d'expliquer à nos petits-enfants les bienfaits de la prévention, dans tous les domaines. Bientôt, ce seront les élections américaines, ce 4 novembre, qui vont occuper les médias et nos arrière-pensées. Puis, pour nous faire rêver, chacun-e pourra admirer le départ du Vendée Globe depuis les Sables d'Olonne, ce 11 novembre, si les vents sont favorables à ces magnifiques coursiers des mers.

Nous n'oublions pas la situation au Moyen Orient et à l'Est de l'Europe, ces conflits qui interpellent toutes les générations ni la COP 16 qui s'est tenue à Cali, en Colombie. Aujourd'hui, nous vous invitons à découvrir le programme EGPE pour ces 2 derniers mois de 2024.

Nous sommes heureuses aussi de vous souhaiter, dès à présent et sous le soleil bordelais, de joyeuses fêtes de Noël et nous nous attelons dès à présent à vous accueillir avec de nouvelles propositions en 2025.

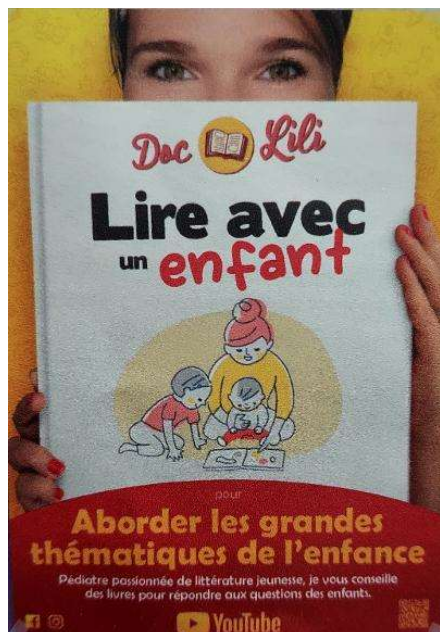
Christine Balu et Maryse Dusselier  
Coprésidentes



## Agenda

**Le 7 novembre, à 14.30 au Hâ32, un atelier intitulé Doc LILI**

### **Les pouvoirs magiques des livres pour enfants**



**Jeu**di 7 novembre

**A 14h30**

**Hâ 32**

**32 rue du commandant Arnould**

Tramway : Hôtel de ville

Le livre jeunesse est d'abord un objet sensoriel qui, dès la naissance est regardé, manipulé, senti, goûté, accompagnant les compétences psychomotrices du tout petit. La lecture permet à l'enfant d'entrer dans le langage et d'accéder au sens de la narration et parce qu'il ne lit pas seul, c'est aussi une rencontre, un moment partagé intime, sécurisant, une expérience de vie sensorielle et émotionnelle tissant les liens d'attachement. Le livre stimule l'imaginaire, suscite la créativité et offre aux enfants un terreau fertile d'expériences, de questionnements, de compréhension du monde qui les entoure, d'eux-mêmes et des autres, les aidant à grandir, se construire et à faire société. Un livre est un magnifique vecteur pour éclairer les enfants dans leur réflexion, les aider à comprendre, lever leurs inquiétudes tout en respectant leur sensibilité, et aider les adultes à poser des mots là où ils n'en trouvent pas et répondre à leurs questions

Par le Dr Emilie Roquand-Wagner, pédiatre passionnée de littérature jeunesse, qui a développé l'idée de valoriser les albums jeunesse comme outil de soutien à la parentalité et ...à la grand-parentalité. Le personnage de DOC Lili est né, pour aborder en vidéos sur une chaîne YouTube, les thématiques de l'enfance au travers d'albums jeunesse ([https : www.youtube.com/@doclili](https://www.youtube.com/@doclili))

**Le 21 novembre à 14.30 au Hâ32**

### **Se situer et réagir face à l'orientation homosexuelle d'un petit enfant : la place et le rôle des grands-parents.**

**JEUDI 21 novembre à 14.30**

**Au Hâ32**

Tramway : Hôtel de ville

Même si aujourd'hui, l'orientation homosexuelle d'un jeune n'est plus totalement un tabou dans la société, celle-ci, lorsqu'elle est révélée, bouscule toujours la vie et les liens familiaux. Pour aborder ce sujet, en s'appuyant sur les principes d'une communication relationnelle bienveillante



## Se situer et réagir face à l'orientation homosexuelle d'un petit enfant : la place et le rôle des grands-parents.

et sur les témoignages de grands-parents confrontés à cette situation, recueillis ces dernières semaines, Agnès Auschitzka vous proposera d'aborder les différentes réactions de grands-parents, celles-ci étant toujours liées à leurs propres expériences, leurs croyances et leurs valeurs. Puis, dans un second temps, elle nous donnera des pistes pour, qu'à notre place de grands-parents, nous contribuions à ce que l'orientation homosexuelle d'un petit-enfant-toujours source de souffrance et de difficultés pour le jeune en particulier - se vive en famille le plus paisiblement possible. Enfin échanges, témoignages et questions clôtureront cette conférence.

Agnès Auschitzka est psychologue. Elle a été responsable du supplément hebdomadaire « Parents -enfants » au journal La Croix. Elle est, entre autres, l'auteur de l'ouvrage pour enfants, Quelqu'un que tu aimais est mort

### Le 5 décembre, à 14.30 au Hâ32 LE BURN-OUT ou EPUISEMENT PROFESSIONNEL

Le jeudi 5 décembre,  
à 14.30 au Hâ32

### LE BURN-OUT ou EPUISEMENT PROFESSIONNEL

En tant que parents ou grands-parents, vous avez peut-être dans votre famille des personnes dans cette situation et vous ne savez comment agir ? Vous vous sentez désemparés, inquiets, car vous ne reconnaissez pas vos enfants ou petits-enfants.

Cela est un des impacts du burn-out qui vient perturber aussi la structure familiale et les relations interpersonnelles. D'où l'importance de mieux le connaître pour mieux aider vos proches.

Lors de cette conférence, des points clés seront abordés pour mieux comprendre ce phénomène présent dans le monde du travail d'aujourd'hui et source de grandes souffrances physiques et psychologiques. Définition du Burn out, signes et symptômes, fatigue, burn-out ou dépression, moyens d'aide et solutions pratiques seront évoqués.

Un concept à clarifier pour mieux identifier ce qui le caractérise et proposer des solutions à ses proches

**Par BEATRICE SAURA,**  
**PSYCHOTHERAPEUTE, spécialisée dans LA**  
**SOUFFRANCE AU TRAVAIL, certifiée en relation**  
**d'aide et psychologie humaniste, diplômée en psychiatrie**  
**(pathologies et traitements de première intention) et**  
**consultante en accompagnement professionnel**



**SAVE THE DATE 9 janvier de 11h à 14.30**  
**Brunch de la nouvelle année**  
**Hâ32, 32 rue du commandant Arnould**  
**Tramway Hôtel de ville**  
 Auberge espagnole et galette des rois

*Clin d'œil sur les sites de la Métropole et ailleurs pour des activités avec nos petits-enfants*



## Villes mobiles. Se déplacer dans la métropole bordelaise.

**XIXe-XXIe siècle**

**Jusqu'au 26 avril 2025**

Individuelle, collective, douce ou motorisée, la mobilité est au cœur des préoccupations quotidiennes des habitants. Cette mobilité évolue dans le temps, au gré des avancées technologiques et de la réalité urbaine. Mieux circuler, fluidifier les déplacements, adapter le territoire aux usages des habitants, prendre en compte les enjeux climatiques sont autant de défis de développement de la métropole, des préoccupations qui restent d'actualité. À travers les riches fonds d'archives, l'exposition explore ainsi l'histoire des modes de déplacement dans l'agglomération bordelaise, des usages et des pratiques qui ont irrigué et façonné le territoire au fil du temps.

Des omnibus aux autobus, des tramways hippomobiles aux tramways électriques, du tout voiture aux déplacements doux, 200 ans d'évolution et d'innovation technologique sont ici retracés illustrant la transformation urbaine de la métropole.

**ARCHIVES BORDEAUX METROPOLE**

Ouvert du lundi au vendredi, de 9h30 à 17h.

Entrée libre et gratuite

Tram A, station Jardin Botanique

Lignes 25 et 61, arrêt Jardin Botanique



-Aux Bassins de lumière, le spectacle « De Vermeer à Van Gogh, les maîtres hollandais » qui se termine en janvier 2025 : Toujours un plaisir d'y aller et d'y emmener nos petits-enfants. Ce peut être une première façon pour aborder les peintres avant d'aller dans les musées.

Il y a aussi en alternance « Le Petit Prince : l'Odyssée immersive » jusqu'au 31/12.

-Mercredi 18 décembre à 11 h au musée des Beaux-Arts de Bordeaux une médiatrice initiera les grands-parents, désireux de faire découvrir l'art à leurs petits (enfants) grâce à des trucs et astuces afin d'organiser ensuite une visite sereine du musée et y jouer les guides. Entrée 5€

-L'agenda de la MECA : un « Requiem pour les vivants » le jeudi 7 novembre à 18.30 puis « Auséthis » le 27 novembre à 18.30 et en décembre, le jeudi 19 toujours à 18.30, le spectacle « In/Ex »

-A la Maison du Développement à Talence (2 place Espeleta- près du parc Peixoto), pensez à aller fabriquer, avec vos petits (dès 7 ans – maximum 10 personnes) vos décorations de Noël sur des supports bois et vos sapins pour les fêtes de Noël le mercredi 11 décembre

-Au Fémina, le 3 novembre à 18 h, Le Soldat rose a 15ans, un conte musical pour les enfants et ceux qui le sont restés

-le vendredi 29 novembre à 20h, à l'auditorium de l'Opéra, « le Chœur et les Pécheurs de Perles » de Bizet pour un format d'opéra adapté aux plus jeunes

Et toujours.....

LA PETITE UNIPOP 2024-2025 à Pessac

10 rendez-vous les mercredis pour découvrir le monde du cinéma

14 h -16h30 au cinéma Jean Eustache à Pessac

Dès le 26 septembre et clôture le 4 juin 2025 – inscription annuelle 10€ par enfant et 5€ par accompagnateur + film 5.50€ par personne à chaque séance

Renseignements et inscriptions : <https://unipop.fr/nos-unipops/ptite-unipop/>



## A connaitre

« **Quelle place pour les grands-parents aujourd'hui** » ? Myriam Cassen, psychologue et fondatrice de l'institut Michel de Montaigne vous propose d'écouter un épisode dès maintenant sur #Deezer <https://deezer.page.link/kngkJCpAP6pTYSX88> de La Matrescence Un épisode à écouter

### **Vous utilisez les vélos avec vos petits-enfants, mais êtes-vous « dans les clous » ?**

Sachez que le casque est obligatoire pour les enfants de moins de 12 ans, même dans les remorques et évidemment sur un siège arrière ou avant. Désormais, les vélos neufs doivent être gravés et immatriculés dans une base de données nationale. Enfin, n'oubliez pas que votre vélo doit être éclairé lorsque la luminosité baisse : en effet, en cas de faible visibilité, vous êtes redevable d'une amende de 150€...et qu'en cas d'infraction grave à vélo, le juge peut d'ailleurs suspendre votre permis de conduire auto

Bonnes balades

EGPE – BORDEAUX-GIRONDE

Co-Présidentes : Christine BALU et Maryse DUSSELIER

Membres de la Fédération des EGPE

[egpe33@gmail.com](mailto:egpe33@gmail.com)

0782149694

[www.egpebordeauxgironde.](http://www.egpebordeauxgironde.)