

# LA BERGE

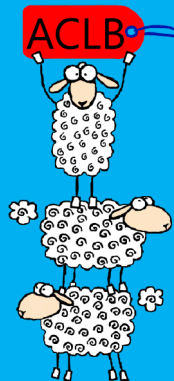
N°88

OCTOBRE 2018

Le journal du quartier de la bergerie !!  
Distribué artisanalement dans vos  
boîtes à lettres- Merci de ne pas jeter sur la voie publique !



ASSOCIATION CULTURE  
LOISIRS DE LA BERGERIE



ACLB

## EDITO

C'est reparti pour 1 an d'activités, divers & variées, n'hésitez pas à vous inscrire, car il reste quelque place ! Petite rétrospective des dernières animations !

Toute l'équipe se joint à nous pour saluer l'arrivée, des nouveaux, nouvelles, dans le quartier.

L'équipe ACLB - Brigitte, Lola, Nathalie, Emmanuelle, Virginie, Flora, Gilles, Philippe, Sébastien, Cyril, Matthieu, Marco

C'ÉTAIT CET ÉTÉ QUARTIER DE LA BERGERIE



**G** RILLADES



**G** ROUPE  
BEATWIN



**T** CHIN' !



**F**ÊTE DE QUARTIER  
TOURNOI DE FOOT



**A** PRÈM DÉTENTE



saint-herblain  
La Ville



# 30 JUIN FÊTE DE QUARTIER!

## C'était cet été Sumo Partie !



Sensibilisation au handisport, Parcours enfants/ Parents sur le quotidien ! Cela a été très apprécié !  
Merci à Christophe pour sa pédagogie et son accompagnement !!



**Concours jeux en bois !** Tour la plus haute ! Jeu de la Grenouille, la meule, jeu du Foot œuf, Maxi Push Roll, Speed Roll !  
Tous les enfants, et même les parents ont adoré !



Retransmission du match de l'équipe de France pour la Coupe du Monde ! Avec plus de 50 personnes !! Et quel Beau Match !  
4-3 contre l'Argentine !



Une partie des équipes avec M. le Maire de St-Herblain

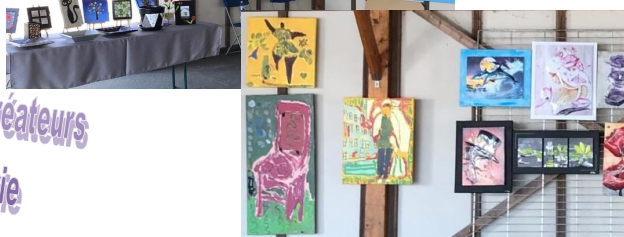


**Tournoi de Foot :**  
il y avait près de 80 joueurs !  
40 buts 8 équipes 12  
Matches ! **Equipe championne :**  
**Les Miskines**



Le repas du soir autour d'une barquette de frites saucisses, merguez & pâtisseries a attiré près de 180 personnes !

**Expo-Vente de Créateurs  
de la Bergerie**



Moment de convivialité offert par l'ACLB



# APREM' DÉTENTE !



Les "aprem détente" proposés cet été par l'Aclb ont permis à plusieurs habitants de la Bergerie de profiter pleinement de moments de détente, conviviaux et ludiques. Peinture, jeux géants, lectures, goûters... A l'ombre dans un transat avec un bon livre, ou bien autour d'une table pour jouer, peindre, dessiner, échanger, et bien sûr partager.

Notre bibliothèque de Rue\* mise à disposition ces jours là, a intéressé nombreux d'entre vous. Pour le moment celle-ci ne sera pas accessible 24h/24 par rapport aux mises aux normes de sécurité. En attendant, vous pouvez en profiter lors des différentes animations proposées par l'Aclb, dans ou autour de la salle des Associations (proche terrain de Basket) : Pique nique géant, barbecue party, aprem-détente, cours de Rock,...

Un grand merci à Evelyne et Jean Louis de m'avoir accompagnée tout l'été dans cette animation.

Merci à la ludothèque le Grand B pour le prêt des jeux.

Et merci à l'Aclb pour le matériel de peinture mis à disposition des participants.

Lola



(\*Bibliothèque de Rue : chacun peut prendre un livre et en déposer un)

# INITIATION ROCK'N ROLL

La rentrée des élèves s'est bien déroulée, de nouveaux rockeurs sont venus agrandir notre classe, et nous avons repris les cours dans la joie et la bonne humeur qui nous caractérisent si bien.

Cette année nous allons de nouveau "sortir" danser, au programme : des dimanches après-midi à Rezé avec Rock'n Week-End et notre soirée annuelle à Gétigné avec orchestre le Samedi 9 Mars 2019 ! Allez, tous à vos pas de danse, 1, 2, 3 et 4, 5 et 6 !

Nathalie & Patrick



# CAFÉ-TRICOT



Anne-Lise et Christine vous accueillent tous les vendredis soir de 17h30 à 19h30 pour passer un bon moment débutantes ou confirmées on vous attends toutes et tous

Nous sommes également à la recherche d'aiguilles de crochets de laine de coton et de vieux t-shirts merci pour vos petits dons  
Merci !



# SOIREEES BARBECUE



Une belle soirée musicale accompagnée par le Groupe Beatwin ! On en redemande !



C'était le **SAMEDI 7 JUILLET** avec le **Groupe Beatwin** ! style Rock Blues, chansons en anglais/français ainsi que des reprises ! Et le dernier barbecue était le **MARDI 28 AOUT** toujours en musique !, car malheureusement sur septembre, la pluie a annulé le pique-nique !



Scannez ce QR code, pour visualiser + une vidéo ! Ou visitez notre site



## QUELQUES CHIFFRES!

Cette année, la Gym d'entretien repart, sur une très bonne dynamique avec + 33 participantes !

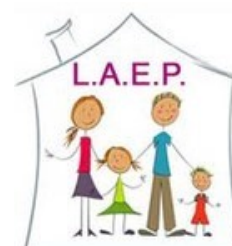
Le QiGONG démarre la saison avec une 15 de personnes

Sans oublier la nouvelle activité encadrée par Mauricette qui commence déjà avec une dizaine de joueurs de carte ! Belote, Tarots & jeux de Société sont là pour passer un bon moment !

Brigitte

## LAEP LA BERGERIE

le LAEP ouvrira bientôt, un samedi par mois de 10h à 12h00 Nous recherchons des bénévoles !! Si vous souhaitez + d'information ou nous contacter : écrivez à [Laep@aclb.net](mailto:Laep@aclb.net)



## COURSE SOLIDAIRE 2019

L'ACLB, fier de ses 2 années de Marche/Course Solidaire, réaffirme son engagement solidaire & sportif sur cette événement Le projet prend forme ! L'année prochaine réservez la date ! Samedi 27 AVRIL 2019 ! Aucune excuse de ne pas venir ! Et surtout de nous aider pour une noble cause ! Nous serons en soutien à la Fondation Recherche Médicale

Entraînez-vous d'ici-là, marchez, courez, à votre rythme, pour cette belle course pleine d'espoirs pour la recherche médicale



## MARCHÉ DE NOËL

Cette année l'acLB voudrait mettre en place un marché de Noël à la Bergerie. Le Dimanche 9 décembre.

Si vous êtes intéressé(e) pour vendre vos créations : photos, bijoux, accessoires de mode, couture, tricot, peinture, mosaïque, petits meubles, sacs, tableaux,...



Vous pouvez dès maintenant vous inscrire par mail : [lola.aclb@gmail.com](mailto:lola.aclb@gmail.com).

Nous vous donnerons plus d'informations sur cette journée grâce à « La Lettre Numérique de l'AcLB » qui vous sera adressée vers la mi-novembre.

# PAROLE D'HABITANTS !

« Ce n'est pas parce que votre voisin ne dit RIEN qu'il n'est pas gêné par vos nuisances »



**Nuisances** : Ensemble de facteurs d'origine technique (bruit, pollution, etc.) ou sociale (encombrement, promiscuité) qui nuisent à la qualité de la vie. Contrairement aux idées reçues, le tapage n'est pas réservé aux périodes nocturnes

**Les travaux momentanés de BRICOLAGE ou de JARDINAGE ne peuvent être effectués que :**

- ☞ du LUNDI au SAMEDI de 8h30 à 12h et de 14h à 19h.
- ☞ le DIMANCHE de 10h à 12h.
- ☞ Ils ne sont pas autorisés les jours fériés

En cas d'infraction, la Ville préconise la résolution amiable des conflits, grâce à la médiation sociale au 02 28 25 23 50.



## COIN RECETTE!

## Les Sablés Fantômes

Pour 20 sablés, il vous faut :

- 250g de farine
- 100g de beurre
- 100g de sucre
- 1 œuf
- ½ cuillère à café de levure chimique (ou

30mn de Préparation

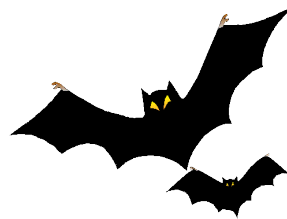
1 H de Repos

10 mn de Cuisson

Pour le glaçage, il vous faut :

- 180g de sucre glace
- 1 blanc d'œuf

Feutres alimentaires



1. Dans un saladier, fouettez l'œuf avec le sucre, ajoutez le beurre préalablement fondu, puis progressivement la farine et la levure. Mélangez bien à l'aide d'une spatule. Réservez la pâte au frais pendant 30mn à 1h.
2. Sortez la pâte 15 mn avant de la travailler. Préchauffez le four à 180°C (th.6). abaissez la pâte sur un plan de travail fariné. A l'aide d'un emporte-pièce rectangulaire, découpez des morceaux de pâte. Arrondissez le haut des biscuits avec un couteau, creusez sur les côtés et formez deux petits triangles en bas.
3. Rangez les biscuits sur une plaque à pâtisserie et faites-les cuire au four pendant 10 mn.
4. Préparez le glaçage. Fouettez doucement le blanc d'œuf, puis ajoutez le sucre glace. Fouettez quelques minutes le temps que le sucre soit bien incorporé (ne pas monter en neige !). Etalez le glaçage sur les biscuits. Puis à l'aide des feutres alimentaires, dessinez les yeux et la bouche du fantôme.



# RENCONTRE COUTURE !

Un samedi matin par mois, nous vous accueillons dans la salle des associations, avec votre matériel de couture (tissus, machine à coudre, surjeteuse, fil, aiguilles ...) afin de coudre ensemble et partager de bons moments.

Il vous est toujours possible de nous rejoindre à partir de 10H, derrière la crèche de la Bergerie. (salle des associations derrière le terrain de basket)



## MARCHONS, MARCHONS...

cela plus souvent ! ».

Combien sommes-nous à rentrer d'une petite balade et à se dire : « c'était génial, j'avais oublié à quel point cela me fait du bien, je devrais faire

"Délaisse les grandes routes, prends les sentiers"

- Pythagore



Explorez, partez à la découverte de la beauté des sentiers cachés tout près de chez vous. Découvrez des lieux historiques, des petits villages, la variété des paysages, des saisons, la flore, la faune.

Plongez dans l'ambiance paisible de la campagne de la mer etc....

La saison écoulée nous avons découvert CONCARNEAU et ses magnifiques chemins côtiers, lors du week-end et

Ses magnifiques plages

Les rues et quartiers de Nantes lors d'une rando surprise, Oudon, Gorges, Sautron ...



Nous parions que vous trouverez un endroit pour vous séduire, alors osez nous rejoindre un dimanche pour une prochaine randonnée.

Les randorieurs.

## LA PAUSE SOPHROLOGIE



L'expérience continue, et les séances se déroulent dans la bonne humeur.

**Il reste des places !**

Vous pouvez découvrir la sophrologie, avec la première séance offerte, retrouvez l'ensemble des informations sur le site internet de l'ACLB



Sortie Sophro'  
le dimanche 2 décembre  
de 10h à 12h

15 € pour les nons-inscrits  
aux cours

Nathalie

# PAROLE D'HABITANTS

## Incivilité dangereuse pour tous!

De mauvaises habitudes ont été prises par certains habitants en matière de stationnement sur les trottoirs, obligeant les piétons, les poussettes, les PMR à emprunter les voies de circulation réservées aux automobiles, ce qui représente un réel danger pour toutes ces personnes.

Merci aux automobilistes concernés de bien vouloir y remédier pour le confort le bien être et la Sécurité de toutes et tous.



vous êtes stationnés sur  
une voie réservée :

- aux cyclistes
- aux piétons
- aux handicapés

Des habitants de la Bergerie.

## L'ARRIVEE DE LA FIBRE !

Suite à différentes interpellations de votre part,

Le gouvernement français et l'ARCEP a demandé aux opérateurs de télécommunications un plan important pour le déploiement de la fibre sur toute la France. Les opérateurs de télécommunications sont soumis à des engagements et un calendrier. Ils sont tenus d'informer régulièrement l'état et les citoyens.

Une convention est signée avec la Mairie de Saint Herblain et SFR un des opérateurs de télécommunications pour déployer la fibre sur l'ensemble de la commune et tous les quartiers pour 2021-2022 (initialement prévu il y a 3 ans !)



Scanner le QR Code  
pour + de précisions



Vous avez pu constater que depuis l'année dernière (juillet 2017), une armoire noire à l'entrée du quartier a été installée pour la fibre (PM).

Des câbleurs ont aussi soulevés certaines plaques (ou Chambres) pour le passage de la fibre sous nos rues. Le déploiement sur le quartier de la Bergerie a pris du retard à cause de plusieurs facteurs donc c'est pour cette raison que tout le monde n'a pas la fibre devant sa maison. Il y a des chanceux. ..

Voici une des raisons majeure : les fourreaux dans nos sols sont bouchés ou cassés, il est alors difficile de faire passer la fibre à l'intérieur. Peut être que du génie civil sera nécessaire pour remplacer certains fourreaux.

Vous pouvez nous transmettre vos avis, vos demandes ou vos interrogations car l'ACLB est régulièrement en lien avec la mairie de Saint Herblain et ses élus. Nous pourrions tous ensemble appuyer ce dossier. (Une demande de réunion publique a été demandée)

Information : Les opérateurs de télécommunications n'ont pas l'obligation de tirer la fibre à l'intérieur de votre habitation mais devant votre maison ou votre immeuble car c'est du domaine Public. Les travaux sur votre parcelle, dans votre logement ou immeuble sont privés donc à la charge du propriétaire ou de la copropriété. Pour gagner du temps, vous pouvez passer des gaines pour que le technicien de l'opérateur puisse vous l'installer rapidement.

Si malgré l'installation de la fibre dans votre maison, vous ne constatez pas d'amélioration voir une dégradation, il faut appeler le Service Client du fournisseur d'accès. Il faut savoir que si il y a beaucoup de dossiers ouverts chez un fournisseur Internet, l'incident sera traité comme générique et non unitaire donc une résolution plus rapide et un traitement avec une criticité majeure par les services techniques du fournisseur. Des plans d'actions seront mis en place avec tous les services et supports techniques internes du fournisseur d'accès si le nombre d'incidents est trop élevés, voir des cellules de crise.

Partagez nous vos retours d'expérience sur le déploiement et l'utilisation de la fibre. Soit par mail soit sur notre site Web ou les réseaux sociaux. Nous restons toujours à votre disposition pour échanger de vive voix dans le quartier.

Écrivez-nous à : [lafibre@aclb.net](mailto:lafibre@aclb.net)

# ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

C'était le **Vendredi 5 Octobre dernier**, le bureau a été élu à l'unanimité des présents, Marc, Matthieu sont Président & Vice-Président, Sébastien Trésorier & Lola notre secrétaire pour cette nouvelle saison 2018-2019.

Merci aux participant(e)s de leur présence, mais aussi à celles & ceux qui font que l'association est toujours là, un merci à tous les bénévoles, aux membres du C.A. et leurs familles qui ont pu nous aider pendant toute la saison !

## LA LETTRE DE L'ACLB

☞ Vous souhaitez être informés par email des différentes nouvelles de l'ACLB ?

C'est simple soit avec votre smartphone vous scannez ce code :  
Ou visitez notre site, une fois sur la page d'accueil, sur la colonne de gauche vous pourrez vous enregistrer. Sinon envoyez nous un mail à [info@aclb.net](mailto:info@aclb.net)

Avec votre smartphone scannez ce QR code, et télécharger l'application si vous ne l'avez pas, vous pourrez simplement aller sur des raccourcis Vidéos, ou adresse web (URL)



Et bien d'autres événements ! À suivre en attendant  
le N°89 sur notre site internet

## N'OUBLIEZ PAS !

L'association, est visible sur sa page Facebook, son site internet, mais aussi sur Twitter & Instagram, Google + ! Pour toutes suggestions, annonces etc..



<https://www.facebook.com/ACLB.44800>



[https://twitter.com/@\\_ACLB](https://twitter.com/@_ACLB)



[https://www.instagram.com/\\_ACLB/](https://www.instagram.com/_ACLB/)



*Nous avons toujours besoin de bénévoles  
n'hésitez pas à nous contacter@ : [laberge@aclb.net](mailto:laberge@aclb.net)*