

Construire Aujourd'hui Pour Demain (CAPD)

ESPACE PROJET

11 allée des Tulipes - 33600 PESSAC

t : 05 56 96 31 14

e : contact@espace-projet.org

w : espace-projet.org

fb : @espaceprojet33

Vos interlocuteurs :

Serge Salvagnin - 06 83 50 45 50

ssalvagnin@espace-projet.org

Nathalie Javelot - 06 83 50 67 31

njavelot@espace-projet.org

Venez nous rencontrer

au Centre social de Saige

le mardi 21 novembre à 14H30

au cours d'une Réunion collective d'information

C'est l'occasion pour vous de nous connaître

N'hésitez pas à en parler aussi autour de vous

Cette action bénéficie du soutien
du Département de la Gironde (AIDDS)

Construire Aujourd'hui

Pour Demain

(CAPD)

2023

Démarrage de session prévue novembre 2023

CAPD c'est quoi ?

- * Depuis 2019 nous organisons dans le quartier de Saige des rencontres réservées aux femmes qui comme vous sont issues de l'immigration.
- * Ces rencontres se déroulent **une fois par semaine sur une période de 6 mois** (avec interruption pendant les vacances scolaires).
- * Il s'agit d'une **aide** et d'un **soutien** qui vous sont proposés **pour faciliter votre insertion dans le pays qui vous accueille.**
- * Cette aide comprend **des temps d'échange entre participantes** autour de vos expériences réciproques, **d'ateliers** pour exprimer vos talents et vous sentir valorisée, **de sorties découverte**, et de **réflexion en commun en présence de professionnels de l'insertion** pour trouver des réponses à vos préoccupations quotidiennes et être plus autonome dans vos démarches.



CAPD - C'est qui ?

Vos interlocuteurs : Nathalie et Serge de l'équipe d'Espace Projet, une structure de l'économie sociale et solidaire domiciliée à Saige.

Tous 2 ont une solide expérience de l'accompagnement des personnes à l'insertion sociale ou professionnelle sur le territoire aquitain.

CAPD - Quelle difficulté Quelle aide ?

- ◆ **La migration** ne se fait pas sans **rupture, douleur, culpabilité**, souvent à l'origine d'un repli sur soi ou d'un isolement.
- ◆ Au cours d'ateliers, nous vous aidons à faire **une relecture du vécu de la migration**, pour vous permettre de vous **doter de nouveaux repères** nécessaires à **votre bien-être** dans un nouvel environnement.
- ◆ **L'insertion** dans une société passe obligatoirement par **un ensemble d'apprentissages**. Il faut d'abord connaître **la langue** pour comprendre et se faire comprendre, puis **les codes culturels** et **les règles de vie** propres à cette société.
- ◆ A partir de vos témoignages et des échanges sur ces thématiques, nous vous aidons à **mieux connaître et comprendre les codes de cette société** afin d'être **plus autonome** et de pouvoir **mieux aider vos proches**.

CAPD - Partenaires

Un partenariat avec le Centre Social de Saige pour l'organisation d'ateliers et avec Ivy Daure (enseignante chercheuse spécialiste de l'interculturalité) pour l'atelier relecture du vécu de la migration.

CAPD - Quelle difficulté Quelle aide ?

- ◆ **La migration** peut entraîner **un sentiment d'insécurité et d'altérité**, qui peut conduire la personne à évoluer dans un périmètre très restreint et à limiter ses contacts sociaux.
- ◆ A partir de **sorties découverte** de la culture et du patrimoine pessacais, de **rencontres avec le réseau associatif**, et d'une **réflexion** prenant appui sur les expériences de chacune des participante, nous vous aidons à **élargir votre zone de sécurité** et **votre réseau relationnel**.
- ◆ Le **repli sur soi** et l'**isolement**, la **limitation du rôle social**, le manque d'emprise dans la **transmission vers l'enfant** s'accompagnent souvent d'un **manque de confiance en soi** et une **mauvaise estime** de soi.
- ◆ Nous vous proposons des **ateliers exprimer ses talents**, en partenariat avec le **Centre Social de Saige**, afin de **valoriser vos savoir-faire** et de retrouver une **bonne estime de soi** : *ateliers cuisine, couture, bricolage, musique, conte, danse, théâtre, sport... selon vos envies et les ressources disponibles sur le territoire.*
- ◆ **Avoir une utilité sociale** comme premier pas vers la citoyenneté.
- ◆ Vous aurez la possibilité de **participer à un projet commun** avec les autres participantes.

