

Les Nouvelles

n°42 - décembre 2022

Les activités du mois de novembre ont connu un beau succès : 15 participants au Café Poursuivre le 8, 7 participants pour l'initiation à la cohérence cardiaque le 17, 20 participants à la visite du Musée des Transmissions le 24.

Pour ce mois de décembre, le groupe vous présente à nouveau son programme.

L'équipe d'animation prépare également 2023. Premiers rendez-vous programmés : conférence sur le métré et cohérence cardiaque en janvier, découverte du festival Travelling en février, initiation au bain de forêt en avril.

L'équipe d'animation :

Benoît, Guy, Martine et Hubert

Jeudi 1^{er} décembre : Groupe de Réflexion et d'Orientation

Les délégués des ateliers sont invités à faire le point sur la façon dont le groupe de Rennes exploite les potentialités du mouvement Poursuivre. Il s'agit de prendre du recul sur la vie du groupe et de conforter l'équipe d'animation.

La réunion aura lieu le 1^{er} décembre de 10h30 à 12h15 et sera suivi d'un repas en commun, à l'instar de l'atelier Partage de sens 1, à la suite de ses réunions.

Jeudi 8 décembre : Rando quartier Saint Martin

La randonnée se déroulera dans le quartier Saint-Martin avec la découverte des Prairies, de la Coulée verte et du canal (détails de la rando en pièce jointe)

Rendez-vous à 14h30 aux feux tricolores du carrefour des rues Saint-Martin, Saint-Malo, et Dinan (à proximité du pont Saint-Martin). Longueur du trajet 6 km, (durée 2h environ).

Mardi 13 décembre 14h30 : Café Poursuivre

Nous étions 15 au Café du 8 novembre et avons accueilli 4 personnes extérieures. Nous espérons de nouveaux poursuivants.

Rendez-vous le 13 décembre pour un partage de nos découvertes culturelles (lectures, cinéma, expos...). Il est toujours possible, voire recommandé, d'y venir avec des relations pour faire connaître notre Mouvement.

- Lieu : Café des Champs Libres (1^{er} étage des Champs Libres)

- Horaire : à partir de 14h30 jusqu'à 16h.

Prochains réunions des ateliers

Atelier Lecture 1 : 15 décembre « Je revenais des autres » de Mélissa Da Costa

Atelier Lecture 2 : 15 décembre : « Tout le bleu du ciel » de Mélissa da Costo

Atelier Sens 1 : 15 décembre : « Le féminisme et moi »

Atelier Sens 2 : 12 décembre : « Pour moi qu'est-ce que c'est qu'aider ? »

Atelier Légaut : 5 décembre : « Être honnête avec Dieu » de J.S. Spong

Atelier Citoyenneté : 20 janvier : « rapport de CNCE sur la fin de vie »

Jeudi 12 janvier : initiation à la cohérence cardiaque

L'initiation du 17 novembre a rassemblé 7 participantes vraiment contentes. Dominique Desbois propose donc une nouvelle session d'initiation pour d'autres qui seraient intéressé.e.s par cette méthode de gestion du stress et des émotions, facile à apprendre et qu'elle a envie de transmettre.

Cette initiation aura lieu le jeudi **12 janvier à 14h30**

Jeudi 19 janvier 14h30 : conférence métro et galette des Rois

Conférence sur le métro rennais, suivie du partage d'une galette à la **MJC du Grand Cordel**
Cette conférence sera animée par Guy Malbrancke, ancien directeur général de Trajectoires (anciennement Semtcar).

Liste des adhérents et trombinoscope

Vous trouverez **en pièce jointe** la liste des adhérents, leur adresse, leur téléphone et pour une majorité leur photo.

Si vous ne parvenez pas à ouvrir cette pièce jointe, n'hésitez pas à nous le signaler pour vous offrir une solution alternative.

Nous rappelons que l'usage de cette liste est réservé exclusivement à l'activité du groupe Poursuivre Rennes.

Une vidéo du groupe en préparation

Marcel Filly met ses compétences de vidéaste au service du groupe. Il réalise une vidéo pour présenter Poursuivre Rennes. Pour ce faire, il souhaite enregistrer des images et du son de l'ensemble des ateliers et des rendez-vous du groupe. Il a déjà couvert la réunion de rentrée, un atelier partage de sens, l'atelier citoyenneté, une réunion de l'équipe d'animation.

Il a présenté à l'équipe d'animation une maquette de cette vidéo. Nous la présenterons à la réunion du GRO le 1^{er} décembre.

Marcel va prendre contact prochainement avec chacun de vos ateliers

Les nouvelles en version papier

Les Nouvelles mensuelles en version numérique semblent bien appréciées par les membres qui maîtrisent l'outil informatique. Celles qui sont moins à l'aise regrettent l'absence d'une version papier. Elisabeth se propose de les éditer et de les envoyer à celles qui ont des difficultés sérieuses pour le faire. **Aux ateliers de recenser** les personnes destinataires et d'en informer Elisabeth.

*Pour écrire à l'équipe d'animation : rennes@mouvement-poursuivre.fr
Pour accéder au site Poursuivre de Rennes : mouvement-poursuivre.fr/ren-accu/*