

# La Gazette Décembre 2023



« Froid et neige en décembre, du blé à revendre »  
« Un décembre neigeux et froid, remplit les greniers jusqu'au toit »

## Actualités Coeurs 2 Parrains

Nous avons ouvert une nouvelle page Facebook « Coeurs 2 Parrains 26 » pour notre antenne Coeurs 2 Parrains dans la Drôme.

### Campagne aux dons

Nous lançons notre dernière campagne aux dons de l'année 2023 !!  
Vous pouvez être un parrain, une marraine père Noël cette année en nous soutenant pour offrir une belle fête de Noël aux enfants et des cadeaux :  
<https://www.helloasso.com/associations/coeurs-2-parrains/formulaires/6>

### Quelques phrases dites avec le coeur

« Le coeur d'un enfant c'est grand  
L'amour s'y déverse en cascade. »

« L'enfance trouve son paradis dans  
l'instant. Elle ne demande pas du bonheur.  
Elle est le bonheur. » Louis Pauwels

« Si tu veux une belle image du bonheur,  
observe des enfants de tout horizon jouer  
ensemble. » Mostefa Khellaf

« Malheur et bonheur sont des enfants qui  
jouent aux osselets du temps »  
Wajdi Mouawad



## Sommaire

- Actualités Coeurs 2 Parrains
- Prochaines activités
- Souvenirs du mois
- Nouveau parrainage
- Astuces enfants
- Bricolage de Noël
- Chansons de Noël
- Actualités Partenaires et divers
- Annonces



## Contact

**CŒURS 2 PARRAINS**  
ASSOCIATION LOI 1901  
1 Place Marcel Laty  
84140 Avignon/Montfavet  
☎ 06 11 87 67 96

Site internet :  
<https://www.coeurs2parrains.fr/>

Email : [contact@coeurs2parrains.fr](mailto:contact@coeurs2parrains.fr)  
La Gazette : [cecile@coeurs2parrains.fr](mailto:cecile@coeurs2parrains.fr)

### Permanences

**Carpentras**  
Le mercredi de 9h à 12h – Sur rendez-vous  
uniquement avec Françoise  
☎ 06 82 12 58 99  
Maison du Citoyen  
35 rue du Collège  
84200 Carpentras  
Email : [francoise@coeurs2parrains.fr](mailto:francoise@coeurs2parrains.fr)

**Avignon**  
Le jeudi toute la journée – Sur rendez-vous  
uniquement avec Muriel  
☎ 06 13 50 75 08  
1 Place Marcel Laty  
84140 Avignon/Montfavet  
Email : [muriel@coeurs2parrains.fr](mailto:muriel@coeurs2parrains.fr)



# Prochaines activités

## FÊTE DE NOËL DES ENFANTS

Château de la Roseraie à Carpentras  
Le samedi 16 Décembre à 14H00

Familles, parrains et Marraines, réservez votre samedi après-midi avec les enfants pour participer à notre fête de Noël.

Au programme : de la bonne humeur, des sourires et des rires d'enfants 😊

Nous ferons des activités manuelles, et nous irons rendre visite au père Noël et ses lutins,. Nous prendrons un bon goûter de Noël et peut-être qu'il y aura des cadeaux ?

Nous comptons sur vous toutes et tous pour se retrouver dans l'esprit de Noël cet après-midi, avant la fin de l'année 2023.

N'oubliez pas vos jolis pulls et bonnets de Noël !!

Photos de notre Noël 2022





## Boutique en ligne VENTE DE CHOCOLATS DE NOËL 🎄 🍪



C'est parti pour notre VENTE DE CHOCOLATS !

Nous avons choisi des chocolats fabriqués en France. Certains sont issus du commerce équitable et/ou de l'agriculture biologique.

Les fêtes de Noël sont l'occasion de déguster et d'offrir des chocolats.

N'attendez plus pour vous faire plaisir !

Vous bénéficiez de 20% de remise sur tout le catalogue.

En plus vous faites une bonne action ! Jusqu'à 30% du montant des commandes est reversé à l'association pour financer ses projets.

N'oubliez pas c'est grâce à vous que les enfants pourront participer à de nombreuses activités culturelles. Alors n'hésitez pas et faites-en profiter votre famille, vos amis, vos voisins et même vos collègues !

Pour commander, c'est simple :

Rendez-vous sur notre boutique en ligne : <https://asso.initiatives.fr/>

Code d'accès : **UUYCIV**

Vous pourrez régler directement par carte bancaire.

La date limite pour passer commande est le : vendredi 05 janvier 2024.

Petite astuce : regroupez vos commandes avec votre entourage afin de réduire les frais de port.

Exemple : 4 € de frais de livraison. Ces frais diminuent à 0,80 cts pour une commande passée à 5 personnes.

Un grand merci à vous pour notre beau projet.

\*\*\*\*\*



### A+C Atelier Galerie en partenariat avec Coeurs 2 Parrains

vous invite à visiter le samedi 9 Décembre à Vaison la Romaine de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h00 :

le Marché de Noël Artisanal et Artistique  
Lieu : A+C Atelier Galerie Vaison-la-Romaine

Vente de créations originales : Peintures, dessins, cartes, sculptures, etc.

Venez nombreux !!



# Les souvenirs du mois de Novembre

## Nouveaux parrainages

Tylian 9 ans parrainé par Valérie



Inaya 4 ans et sa maman Sophiana à côté de Marie et Christian également bénévoles Cœurs 2 Parrains





## Des nouvelles de...

Gabriel en pleine séance de Ninjutsu qu'il pratique tous les mercredis.  
Sa maman, Emmanuelle, nous remercie pour notre participation financière, grâce à laquelle Gabriel peut accéder à cette activité.



Mörgan avec sa marraine Léa et son Parrain Julien dans un Parc d'Attraction, belle complicité !





# Astuces enfants

**Le bonheur était dans votre cœur d'enfant... Alors retrouvez-le !**

par Julien Peron <https://www.citationbonheur.fr/>



Avez-vous remarqué cette caractéristique commune à tous les enfants ? Ils sont heureux ! Ils se réjouissent d'un rien, sont pressés de se lever le matin et gardent leur enthousiasme toute la journée ! Pourquoi ? Parce qu'ils n'ont pas encore développé tous les filtres et croyances limitantes qui nous coupent du bonheur. Alors, prêts à retrouver votre enfant intérieur pour retrouver votre bonheur ? Quelques astuces !

Rêvasez en regardant les nuages défiler. Imaginez vos rêves les plus fous se dessiner dans ces formes. Votre imagination vous reconnecte à votre âme d'enfant !

Lisez un livre jeunesse, en replongeant par exemple dans votre conte préféré. Cela vous ramènera obligatoirement dans les sentiments que vous éprouviez à l'époque !

Sortez vos crayons de couleur et dessinez ! Ou encore, peignez si les pinceaux vous conviennent mieux. Il existe même aujourd'hui toute une panoplie de livres de coloriage pour adultes. Laissez libre cours à votre créativité et ajoutez de la couleur à votre vie.

Côteyez des enfants et laissez-vous imprégner par leur univers. Si vous n'avez pas de jeunes enfants, offrez à vos voisins de garder les leurs et profitez de ces contacts et moments d'innocence. Partez à la chasse aux papillons, faites des roulades dans l'herbe, jouez avec des pistolets à eau, etc. Laissez-vous aller. Rien de tel pour retrouver son âme d'enfant !

Reprenez contact avec l'écriture. Faites-vous un journal d'été, comme à l'époque où vous aviez un journal intime, ou encore, écrivez des cartes postales à vos proches pour garder le contact. Relisez vos anciens écrits si vous en aviez, souvenirs souvenirs !

Baladez-vous en trottinant, clopinant, marchant à reculons ou encore, en évitant les lignes sur le trottoir, etc. Amusez-vous lors de vos promenades !

Lâcher-prise ! Et laissez-vous enivrer par la beauté de la vie. Jouez le jeu de vous émerveiller face à ce que le monde vous offre comme beauté, ce que la nature offre comme phénomène. Tout simplement.

Même s'il est très enfoui pour certains, nous avons tous notre enfant intérieur qui sommeille quelque part à l'intérieur de nous. Si vous partez à sa recherche, vous rencontrerez certainement le bonheur 😊

Source : <http://vitaminetavie.com/>



# Règle des quatre cadeaux : cette astuce qui séduit de plus en plus de parents à Noël

<https://www.femmeactuelle.fr/>



Tous les parents l'ont constaté un jour : plus les enfants reçoivent de cadeaux, moins ils ont tendance à profiter réellement de chacun d'entre eux. Depuis quelques années, une tendance venue de Grande-Bretagne propose une solution parfaite pour en finir avec la surconsommation tout en conservant la magie de Noël : la règle des quatre cadeaux.

Si les enfants sont toujours ravis de découvrir une ribambelle de cadeaux sous le sapin au moment de Noël, rien ne dit que chacun de ces présents est réellement apprécié à sa juste valeur. Vite déballés, ces jouets sont pour certains oubliés dans un coin de la chambre les semaines suivantes. Pour éviter la surconsommation, limiter les dépenses et permettre aux enfants d'en profiter à 100%, certains adultes ont décidé d'appliquer la règle des quatre cadeaux. Son principe est simple, il suffit de choisir un présent pour vos enfants dans chacune des catégories suivantes :



Une chose qu'ils ont demandé



Une chose dont ils ont besoin



Une chose qu'ils pourront lire



Une chose qu'ils pourront porter

Selon les envies des enfants et le budget des familles. Par exemple, si votre enfant rêve de se rendre dans un parc d'attraction ou d'aller voir un spectacle au théâtre, vous pouvez remplacer la catégorie "chose à porter" par "chose à réaliser". Une jolie initiative pour faire plaisir à son enfant avec des cadeaux utiles.

## Moins de cadeaux, mais plus de plaisir

Même si cette règle paraît un peu brutale, elle privilégie des cadeaux de qualité à la quantité. Pour les parents, elle s'avère parfois compliquée à suivre, car ils ont l'impression de punir leurs enfants en réduisant le nombre de présents. Certains parents vont même jusqu'à rajouter un cinquième cadeau comme des chocolats ou des friandises.

Si elle fonctionne pour Noël, **la règle des quatre cadeaux** peut être mise en place pour les anniversaires de vos enfants. En espérant que le reste de la famille joue le jeu, car on sait combien les grands-parents aiment gâter leurs petits-enfants.



# BRICOLAGE DE NOËL

<https://www.enfant.com/>

## La tête de Père Noël

A quoi reconnaît-on le Père Noël? A sa belle barbe blanche et à son chapeau rouge... Avec une assiette en carton et du coton, réalisez ce brico-Noël rigolo avec vos lutins

### Matériel



une assiette blanche en carton  
de la peinture rouge  
un pinceau  
de la colle  
un crayon ou un feutre noir  
du coton hydrophile



Peignez le haut de l'assiette en rouge



Peignez le nez du Père Noël et dessinez ses yeux en noir



Collez une bande de coton en bas du chapeau, puis déposez de la colle en bas de l'assiette



Maintenant, collez la barbe...



Le Père Noël est prêt pour sa tournée des cadeaux



# Livres enfants

Meilleurs livres Noël 2023 📖

<https://www.lireka.com/>

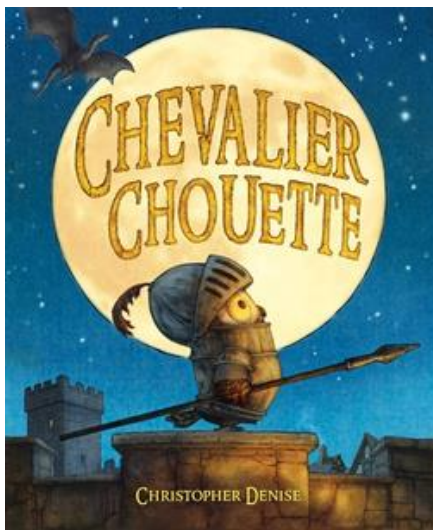
## Chevalier Chouette

Christopher Denise

Âge de lecture : A partir de 4 ans

Éditeur : Kaléidoscope

Chouette voudrait tant devenir un vrai chevalier ! Il serait courageux. Il serait astucieux. Et il aurait beaucoup d'amis. Après tout, ce n'est pas parce qu'on est petit qu'on ne peut pas accomplir de grandes choses ! Mais son rêve semble impossible. Jusqu'au jour où... Un conte médiéval sur ce qui fait l'étoffe d'un vrai héros : persévérance, ingéniosité et grand cœur.



## Astérix - L'Iris blanc - n°40

Fabcaro

Âge de lecture : A partir de 9 ans

Éditeur : Albert René

« Pour éclairer la forêt, la floraison d'un seul iris suffit »  
L'Iris blanc est le nom d'une nouvelle école de pensée positive, venue de Rome qui commence à se propager dans les grandes villes, de Rome à Lutèce. César décide que cette méthode peut avoir un effet bénéfique sur les camps qui se trouvent autour du célèbre village gaulois. Mais les préceptes de cette école exercent aussi une influence sur les villageois qui croisent son chemin... Qu'est-il arrivé à notre chef Gaulois préféré et pourquoi cette mine renfrognée ?

Jules César utilise les préceptes de l'Iris blanc pour remotiver ses troupes, encadrant le village gaulois qui résiste toujours. Cette école de pensée prône une vie saine et l'épanouissement personnel. Ces idées ne tardent pas à atteindre le village d'Astérix, divisant ses habitants.



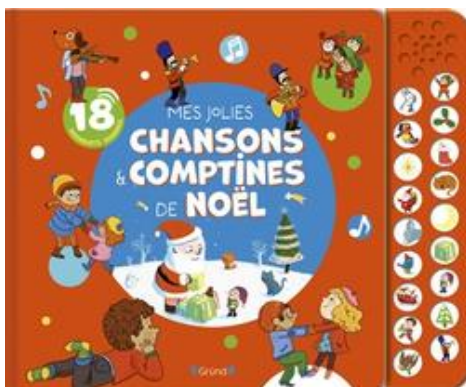
## Mes jolies chansons et comptines de Noël (grand format avec boîtier)

L'Air mobile

Âge de lecture : A partir de 1 an

Mes jolies chansons & comptines de Noël

18 chansons et comptines traditionnelles mises en musique et chantées avec douceur et gaieté. Des illustrations tendres et drôles à regarder, à raconter, à mimer.



## Les recettes du Père Noël

Quand Margot pâtisse

Éditeur : Gründ

Les recettes du Père Noël

Du pain d'épices, des petits bonshommes briochés, des blinis au saumon frais...

25 recettes sucrées et salées faciles et savoureuses pour patienter jusqu'à Noël !

Avec des pas-à-pas illustrés pour cuisiner en famille, dès 5 ans !



# Chansons de Noël



## Mon beau sapin

Mon beau sapin, roi  
des forêts  
Que j'aime ta  
verdure !  
Quand par l'hiver,  
bois et guérets  
Sont dépouillés de  
leurs attraits  
Mon beau sapin, roi  
des forêts  
Tu gardes ta parure.

Toi que Noël planta  
chez nous  
Au saint  
anniversaire,  
Mon beau sapin,  
comme il est doux  
De te voir briller par  
nous,

*variante:  
{Mon beau sapin,  
comme ils sont doux  
et tes bonbons et tes  
joujoux}*

Toi que Noël planta  
chez nous  
Scintillant de  
lumière.

Mon beau sapin tes  
verts sommets  
Et leur fidèle  
ombrage  
De la foi qui ne ment  
jamais  
De la constance et  
de la paix.  
Mon beau sapin tes  
verts sommets  
M'offrent la douce  
image.







## Vive le vent



Sur le long chemin  
Tout blanc de neige  
blanche  
Un vieux monsieur  
s'avance  
Avec sa canne dans la  
main  
Et tout là-haut le vent  
Qui siffle dans les  
branches  
Lui souffle la romance  
Qu'il chantait petit  
enfant :

Et le vieux monsieur  
Descend vers le village,  
C'est l'heure où tout  
est sage  
Et l'ombre danse au  
coin du feu  
Mais dans chaque  
maison  
Il flotte un air de fête  
Partout la table est  
prête  
Et l'on entend la même  
chanson :

### Refrain :

*Vive le vent, vive le  
vent  
Vive le vent d'hiver  
Qui s'en va sifflant,  
soufflant  
Dans les grands sapins  
verts...  
Oh ! Vive le vent, vive  
le vent  
Vive le vent d'hiver  
Boule de neige et jour  
de l'an  
Et bonne année grand-  
mère...*

[Refrain] 2x



# Petit papa Noël (Tino Rossi)

C'est la belle nuit de Noël  
La neige étend son manteau blanc  
Et les yeux levés vers le ciel  
À genoux, les petits enfants  
Avant de fermer les paupières  
Font une dernière prière.

## Refrain

*Petit papa Noël,  
Quand tu descendras du ciel,  
Avec des jouets par milliers,  
N'oublie pas mon petit soulier.*

Mais avant de partir,  
Il faudra bien te couvrir,  
Dehors tu dois avoir si froid,  
C'est un peu à cause de moi.

Il me tarde tant que le jour se lève,  
Pour voir ce que tu m'as apporté,  
Tous les beaux joujoux que je vois en rêve,  
Et que je t'ai commandés.

## Refrain

Le marchand de sable est passé,  
Les enfants vont faire dodo,  
Et tu vas pouvoir commencer,  
Avec ta hotte sur le dos  
Au son des cloches des églises,  
Ta distribution de surprises.

Et quand tu seras sur ton beau nuage,  
Viens d'abord sur notre maison  
Je n'ai pas été tous les jours très sage,  
Mais j'en demande pardon.

## Refrain

Petit papa Noël.





# Actualités de nos partenaires



## MAIF événements

Espace Étoile MAIF Avignon  
Jeudi 14 décembre 2023, à 18h :

Conférence - Préparer votre succession et votre héritage



Conférence - débat

**Préparer  
votre succession  
et votre héritage**

Organiser sa succession est une démarche importante, qui peut parfois impacter plusieurs générations d'une même famille. Un choix de succession inadapté peut être défavorable à un héritier. En fonction de sa situation familiale et des dispositions prises par le défunt, un concubin peut tout à fait ne pas exister aux yeux de la loi.

Pour toutes ces raisons, il est préférable de préparer sa succession et de trouver, parmi les nombreuses solutions possibles, celles qui seront les mieux adaptées à sa situation personnelle.

François Cosme, notre Conseiller en Gestion de Patrimoine, animera cette conférence.



**ENTRECHAUX**  
Vaucluse

Mairie Entrechaux

Évènement de Centre Dramatique Des Villages du Haut-Vaucluse à la Salle Polyvalente, Entrechaux.

PRIX DU PUBLIC AVIGNON OFF 2016 - CATÉGORIE MARIONNETTE

D'après le roman éponyme de Carole Martinez – édition Gallimard



VEN. 15 DÉCEMBRE

**CŒUR  
COUSU**

Cie De filet d'os

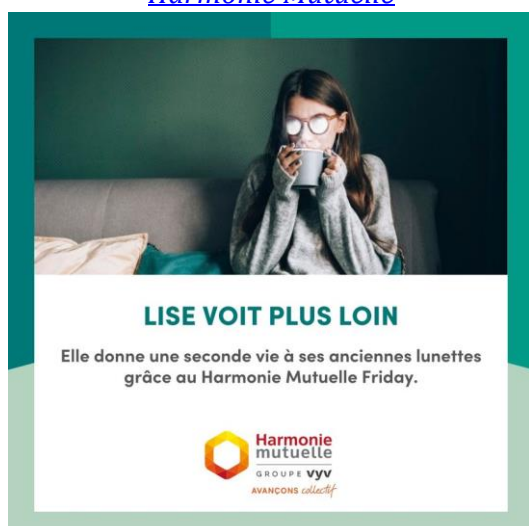
Salle polyvalente

RÉSERVATION AU 06 74 49 21 63

ENTRECHAUX

20h30

## Harmonie Mutuelle



**LISE VOIT PLUS LOIN**

Elle donne une seconde vie à ses anciennes lunettes grâce au Harmonie Mutuelle Friday.



Tous engagés pour une consommation plus responsable



👉 Du 24 novembre au 22 décembre, donnez une seconde vie à vos lunettes avec le Harmonie Mutuelle Friday, une opération visant à promouvoir une consommation plus respectueuse de l'environnement et de la santé

👉 Mobilisez-vous à nos côtés : rendez-vous dans nos agences Harmonie Mutuelle et dans les magasins Écouter Voir et repartez avec un bon d'achat\* valable sur des montures biosourcées ou recyclées de chez Écouter Voir



Pour participer, rien de plus simple :

✓ Déposez vos lunettes dans les agences et magasins participants : <http://hmutuelle.fr/hmfriday>

👉 Vos lunettes seront ensuite reconditionnées grâce à l'association Lunettes de ZAC qui favorise l'économie circulaire pour limiter le gaspillage et la surconsommation  
\*valable 1 an

## AVIGNON Ville d'exception

Inauguration de la Maison des Projets  
A partir de 11h30, le samedi 2 décembre, participez à l'inauguration de la Maison des Projets !

La Maison des Projets, qu'est-ce que c'est ?  
Dans ce lieu ressource imaginé par la Ville, les habitants et visiteurs pourront chercher toutes les informations sur les projets urbains réalisés par la Ville, en cours ou à venir.

Un lieu convivial et ouvert à tous, où de la documentation sera mise à disposition pour renseigner, où seront organisées des réunions de concertation avec les habitants et des expositions sur les chantiers en cours. À l'accueil, vous retrouverez « le mur des talents avignonnais » qui contribuent depuis 2018, chaque mois, à la page d'illustration de votre magazine d'informations municipales.

Découvrez à cette occasion l'exposition "Avignon Label(le) Ville".

Le samedi 2 décembre, à la Maison des Projets, située au 106 Rue Carreterie il y aura fête !

# Annonces

## 1. Recherche parrains /marraines

Nous sommes à la recherche de Parrains et de Marraines.  
Parlez de nous à votre entourage, [contactez-nous](#) !

## 2. Recherche Bénévoles

Vous êtes intéressés pour rejoindre notre équipe de bénévoles ? Nous recherchons pour agrandir notre équipe :

- \* Bénévoles aux alentours d'Orange, de Bollène et de Valence ;
- \* Bénévoles pour les partenariats et des professionnels de l'enfance (éducateurs, enseignants, psychologues, etc.) ;
- \* Bénévoles aide communication aux réseaux sociaux et prospection.

## 3. La Gazette

Pour la prochaine Gazette :

- ✚ Une photo souvenir avec votre filleul à l'occasion des fêtes de fin d'année ;
- ✚ Envoyez-nous vos témoignages de parrainages pour agrémenter notre site internet avec de belles histoires ;
- ✚ Pour une nouvelle rubrique idées de loisirs : Quelles activités partagez-vous avec votre filleul(e), et à quel rythme, etc. ?

## 4. Recherche dons pour Noël

Nous lançons un appel aux dons pour des décorations de Noël afin de préparer la fête de Noël des enfants mi-décembre.

Alors cette année ne jetez rien, nous recherchons un sapin de Noël artificiel, des guirlandes, des boules et tout autre objet de décoration.

Nous recherchons également de grosses pommes de pin, de la pâte à modeler blanche et / ou marron, peinture acrylique blanche et verte.

Si vous êtes un professionnel, n'hésitez pas, c'est pour la cause des enfants, nous pourrions vous faire un reçu de dons.

Vous pouvez répondre à cette annonce par email à [cecile@coeurs2parrains.fr](mailto:cecile@coeurs2parrains.fr)

Merci d'avance à tous de bien vouloir partager cette annonce ainsi que pour votre solidarité

## À l'attention de nos partenaires :

Soyez visibles ! Pensez à nous envoyer régulièrement vos nouveautés, votre actualité, vos évènements etc.  
Nous les publierons dans notre prochaine gazette.

Nous vous remercions de bien vouloir transmettre toutes les informations importantes aux personnes qui n'auraient pas d'accès à internet.

## CONTACTS

Adresses email :

Email général : [contact@coeurs2parrains.fr](mailto:contact@coeurs2parrains.fr)  
Président : [gerard@coeurs2parrains.fr](mailto:gerard@coeurs2parrains.fr)  
Avignon : [muriel@coeurs2parrains.fr](mailto:muriel@coeurs2parrains.fr)  
Carpentras : [francoise@coeurs2parrains.fr](mailto:francoise@coeurs2parrains.fr)  
Valence : [contact26@coeurs2parrains.fr](mailto:contact26@coeurs2parrains.fr)  
Communication : [cecile@coeurs2parrains.fr](mailto:cecile@coeurs2parrains.fr)  
Evènements : [robert@coeurs2parrains.fr](mailto:robert@coeurs2parrains.fr)  
Trésorerie : [denis@coeurs2parrains.fr](mailto:denis@coeurs2parrains.fr)

***Nous vous souhaitons de  
Joyeuses Fêtes de fin d'Année***

