

# La Gazette de novembre



## Edito

Merci Fabrice pour ton beau témoignage, très touchant, que tu nous as transmis dans la Gazette de septembre, en tant que parrain de Ayoub. Pour notre part, Marie et moi, avons retrouvé dans ce texte une émotion que nous partageons en étant nous-mêmes parrain/marraine d'Inaya. J'y ai repensé récemment après un échange téléphonique que j'ai eu avec Catherine Enjolet, qui au début des années 2000, a été la créatrice, en France des parrainages tels que nous les pratiquons à Coeurs2Parrains. En 2006, Catherine a écrit un livre intitulé « Ceux qui ne savent pas donner, ne savent pas ce qu'ils perdent » (édition J.C. Lattès). A Coeurs2Parrains, cette phrase, nous l'avons reprise pour la mettre en exergue de notre projet associatif. Effectivement, comme tu le laisses entendre dans ton témoignage, en tant que Parrains/Marraines on reçoit autant que l'on donne.

Le message que j'aimerais faire passer en écrivant ce texte, c'est que chacun d'entre nous, bénévoles de C2P, témoigne dans son environnement et milite pour nous aider à trouver de nouveaux Parrains/Marraines. Aujourd'hui, nous avons plus d'enfants à parrainer que de parrains/marraines disponibles. On compte sur vous.

Christian, Président de Coeurs2Parrains

Pour rappel : à l'initiative des référentes « Familles » (Françoise, Géraldine et Muriel) nous organisons une rencontre de Parrains/Marraines le vendredi 22 novembre à 19 heures au château de la Roseraie à Carpentras.

## Sommaire

- Actualités Coeurs 2 Parrains
- Prochains évènements
- Souvenirs
- Témoignages
- Lecture, chansons, jeux
- Idée recette d'automne
- Actualités partenaires

## Permanences

### Carpentras

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

### Avignon

Uniquement sur rendez-vous avec  
Muriel, 06 13 50 75 08  
1 Place Marcel Laty  
84140 Avignon  
[muriel@coeurs2parrains.fr](mailto:muriel@coeurs2parrains.fr)

### Orange

Géraldine : 06 52 67 70 44  
[geraldine@coeurs2parrains.fr](mailto:geraldine@coeurs2parrains.fr)



## Les actualités Coeurs2Parrains...

Cette année encore, a eu lieu le grand concert de l'automne le samedi 19 octobre au théâtre Benoit XII à Avignon. Il s'agissait de la Saison 3 de Battements 2 Cœurs sur les thèmes de la variété française, des années 60 et des comédies musicales. Avec, entre autres, une très belle représentation de Starmania.

Nous ont fait l'honneur de participer gracieusement, **les groupes vocaux Dé6bel, Chlorophylle, Vibrations, Mistral en chantant et Amis-voix**. Ils ont animé la soirée et mis une superbe ambiance dans la salle. Petits et grands ont apprécié cette belle soirée.

Nous souhaitons remercier tous les acteurs de cette soirée réussie, les spectateurs, les groupes vocaux, nos partenaires ainsi que les bénévoles qui ont effectué un travail merveilleux pour vous offrir une buvette bien garnie, une jolie boutique de créations artisanales et un stand librairie. Merci à tous !



## Les prochains évènements Coeurs2Parrains...

### L'ARBRE DE NOEL

**14 DECEMBRE AU CHATEAU DE LA ROSERAIE**

### A CARPENTRAS

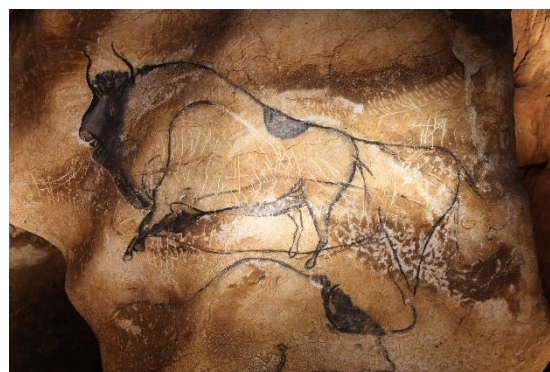
Comme chaque année, nous vous attendons pour fêter Noël et passer un moment convivial et chaleureux. Le Père Noël sera présent pour le plus grand bonheur des petits et des grands. Un cadeau sera remis par le Père Noël à chaque enfant/jeune parrainé ou en attente de parrainage présent ce jour-là ! Un goûter gourmand et des animations seront proposés.



### Mais aussi ...



**20 Mars 2025** : Concert "Chœurs de France - Provence" à l'auditorium du Thor au profit de C2P



**Avril 2025** : Grotte Chauvet à Vallon Pont d'Arc



## Souvenirs...



Voici Thibault et Abigaëlle, après leur premier cours de natation, Flavia les a amenés aux festivités organisées au parc Chico Mendes à Avignon.



Bob (Vice-Président) et Muriel (Référente Familles Avignon) ont enregistré une interview dans les studios de la radio RCF pour promouvoir l'association et lancer un appel en vue de recruter des parrains/marraines. Merci à Bernard Causse de nous avoir reçus et permis de nous exprimer.





Nous sommes allés prendre du bon temps ensemble à l'Île Sur Sorgues. Chloé et Naël



Inaya est allée au zoo de la Barben durant les vacances de la Toussaint avec sa maman et ses parrains/marraines, Christian et Marie. Elle s'est amusée à imiter le lion



## Témoignage... de Martine et Bob

### **UNE HISTOIRE DE PARRAINAGE**

*Septembre 2021, mon mari et moi contactons Coeurs2Parrains. Nous sommes tous les deux à la retraite et avons donc du temps à consacrer, à nous bien sûr mais aussi aux autres, le tout étant indissociable.*

*Tout va s'enchaîner très vite. Nous rencontrons Muriel, la référente familles à Avignon, puis Mireille, une des psychologues de C2P. Les feux sont au vert pour un parrainage.*

*Nous signons une convention et n'avons plus qu'à attendre notre « petit » (ou petite) filleul.le. Kaïs, 9 ans est arrivé très vite dans notre vie (en octobre).*

*Bien sûr, nous avons dû nous apprivoiser mutuellement. Nos rapports au début étaient emprunts de pudeur. Nous l'avons laissé venir à nous, à son rythme.*

*Petit à petit, une grande complicité et une certaine confiance ont pris place.*

*Chaque rencontre avec Kaïs qui a maintenant 12 ans (et demi, c'est important) et dont la taille a presque doublé est un pur bonheur.*

*Nous partageons des rires et de la douceur. Nous le voyons grandir et évoluer dans un sens qui nous ravit.*

*Il a parfois été chahuté dans son parcours de vie. Mais nous avons la prétention d'être pour lui un point d'ancrage. Présents sans être trop intrusifs, le mot « parrains » prend alors tout son sens.*

*Nous ne remplaçons pas l'amour de sa famille.*

*Peut-être sommes-nous un petit « plus » dans son univers. C'est ce que nous espérons de tout cœur.*

*Il est important de noter que lui aussi nous apporte beaucoup. Il est toujours joyeux et positif, toujours prêt à découvrir un film, un musée ou une expo avec nous. Bon, pour la randonnée, ce n'est pas gagné ! Mais nous n'avons pas dit notre dernier mot....*



## Lecture, chansons, jeux...



### L'écureuil de neige

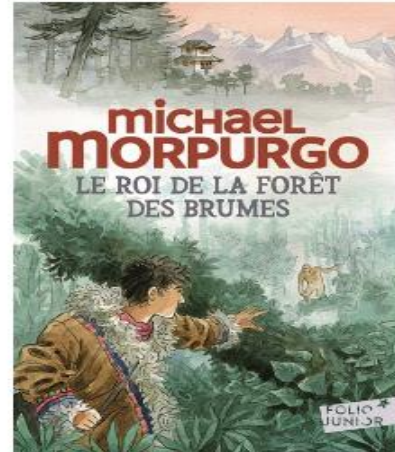
Alice Hemming

★★★★☆ (3)

Relié

À partir de 4 ans

13,50 €



### Le roi de la forêt des brumes

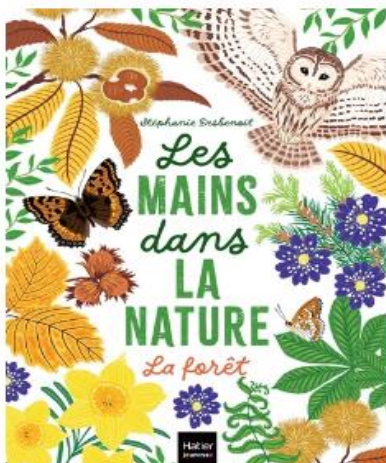
Michael Morpurgo

★★★★☆ (121)

Poche

À partir de 10 ans

9,70 €



### Les mains dans la nature - La forêt

Stéphanie Desbenoit-  
Charpot

★★★★★ (2)

Relié

À partir de 6 ans

16,50 €



### L'enfant, la taupe, le renard et le cheval : un...

Charlie Mackesy

★★★★☆ (554)

Relié

À partir de 8 ans

22,00 €



## L'automne est là

L'hirondelle est partie  
Vers un autre pays

**Refrain :**

L'automne est là, l'été s'en va  
L'automne est là, l'été s'en va



L'eau de la mer est froide  
C'est fini les baignades

**Refrain**



Y'a des idiots qui chassent  
Les lièvres et les bécasses

**Refrain**

Un bébé ouvre l'œil  
C'est l'bébé écureuil

**Refrain**



Septembre a colorié  
Les feuilles en rouge foncé

**Refrain**

L'escargot comme il pleut  
Est à nouveau heureux

**Refrain**



*Paroles et musique de Jean René*

« L'automne est là » est une magnifique chanson de Jean René qui vient célébrer cette belle saison colorée. La chanson est extraite de son album « Ma guitare a des tiroirs » sorti en 2017.





L'automne, avec ses couleurs chatoyantes, ses brises fraîches et ses récoltes abondantes, offre une saison magique pour créer des souvenirs inoubliables en famille. C'est le moment parfait pour se rassembler, vivre ensemble des moments de complicité et de découverte, tout en profitant de la beauté de la nature qui se transforme.

Sur [ce lien](#), nous vous proposons une variété d'activités ludiques et originales spécialement conçues pour l'automne. Que vous souhaitiez vous aventurer dans la nature pour observer la migration des oiseaux, confectionner un épouvantail pour décorer votre jardin, organiser une soirée jeu de société autour d'une thématique automnale, ou encore laisser libre cours à votre créativité avec des activités manuelles et des peintures aux couleurs de la saison, nous avons rassemblé des idées pour tous les goûts et tous les âges.

## Idée recette d'automne ...


### Mug cake au chocolat


Une recette express pour faire un dessert gourmand 100% chocolat.



© Tiphaine Birotheau

 1 PERSONNE

 4 MIN.

 2 MIN.

 724 CAL/PERS.

Difficulté



Prix



201 notes



#### INGRÉDIENTS

- 25 g de **chocolat** noir
- 20 g de **chocolat** au **lait**
- 30 g de **beurre**
- 1 petit **oeuf**
- 20 g de **sucre** en poudre
- 20 g de **farine**
- 2 cl soit 4 cuillère(s) à **café** de **lait** demi-crémé
- 1 cuillère à soupe de pépites de **chocolat** blanc



#### PRÉPARATION

1. Cassez les chocolats noir et au lait en morceaux dans une tasse haute. Ajoutez le beurre et placez la tasse au micro-ondes (800 W) pendant 35 secondes.
2. Mélangez, puis ajoutez l'oeuf, le sucre, la farine et le lait. La préparation doit être lisse et homogène.
3. Parsemez de pépites de chocolat blanc et placez la tasse au micro-ondes pendant 1 minute 20 environ.
4. Laissez tiédir le Mug cake avant de le déguster.

#### L'ASTUCE

Recette extraite du livre "Mes meilleurs Mug cakes" d'Elise Delprat-Alvares, qui paraîtra aux éditions Larousse, le 18 février.



## Idée cadeaux ...

Pour vos cadeaux de Noël pensez à la **"boutique solidaire de Coeurs2Parrains"**. Tous les articles sont fabriqués par des bénévoles de C2P.

Les bénéfices serviront à financer des activités pour les enfants.

Si vous connaissez des lieux où l'on peut exposer, faites-le nous savoir sur l'adresse [marie@coeurs2parrains.fr](mailto:marie@coeurs2parrains.fr)



## Actualité partenaires ...

Youpi ! c'est un café-librairie, une cantine et une épicerie. Profitez du salon de thé, de la cuisine végétarienne de saison le midi, le tout fait maison avec de bons produits ! À déguster en salle ou en terrasse, et en famille grâce au mobilier enfant.

Plus d'information : [Youpi ! à Avignon - Grand Avignon Tourisme \(grandavignon-destinations.fr\)](http://www.grandavignon-destinations.fr)

### Youpi !



### [Youpi ! à Avignon - Grand Avignon Tourisme](http://www.grandavignon-destinations.fr)

Youpi ! c'est un café-librairie, une cantine et une épicerie. Profitez du salon de thé, de la cuisine végétarienne de saison le midi, le tout fait maison avec de bons produits ! À déguster en salle ou en terrasse, et en famille grâce au mobilier enfant.

[www.grandavignon-destinations.fr](http://www.grandavignon-destinations.fr)





### Exposition Y'a de l'art dans l'air - Les papillons

📍 Carpentras - Chapelle du Collège



### Alice au pays des merveilles

Comédie musicale  
Une pépite enjouée et loufoque à déguster en famille

Dimanche 22 décembre 2024 à 16h

Durée 1h15





## Pour la prochaine Gazette

Partagez avec nous vos moments souvenirs avec votre filleul.le. Nous serions heureux de publier vos moments de complicité.

Envoyez-nous vos témoignages de parrain / marraine ou filleul.

Si vous avez des idées d'articles ou d'activités à nous faire partager, n'hésitez pas à nous écrire.

Contact Gazette : [fatim@coeurs2parrains.fr](mailto:fatim@coeurs2parrains.fr)

