Juillet — Septembre 2016
N° 3

Le Journal d'ELISE

Espace de Liens Solidaires et d'Echanges

ENTRE TERRE ET MER

*Ce journal a pour objectif de mettre en valeur le service transversal d'En Chemin : ELISE *.*
Ce service met en œuvre des activités conviviales visant à créer du lien social entre les usagers de notre association et également favoriser la mixité.

*Les participants du module "Acquisition des savoirs de base" du dispositif AGIRE** rédigent les articles relatifs à leurs sorties culturelles (rubriques « édito » et « visite guidée »).*

En effet, les participants font des sorties culturelles qui leur permettent d'obtenir de la matière afin de rédiger ce journal, disponible dans nos locaux et également diffusé sur le site web de l'association. Une interview est réalisée durant cette visite pour apporter un témoignage à propos d'un métier. Des recherches documentaires liées à la thématique sont aussi effectuées.

La réalisation de ce journal comporte trois centres d'intérêt, à savoir pédagogique, social et culturel.

Le contenu du journal est amené à évoluer au fil du développement d'ELISE pour vous présenter toutes les activités mises en place au sein des Pôles d'En Chemin.

*****ELISE*** *: Espace de Liens Solidaires et d'Echanges*

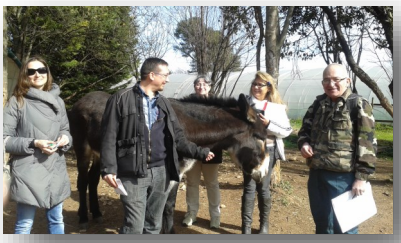
******AGIRE****: Accompagnement Global et Individualisé vers le Retour à l'Emploi*

Dans ce numéro :

Édito	1
Visite guidée — Hyères	2-3
Visite guidée — Saint-Raphaël	4-5
Aller plus loin	6-8

Edito — À la découverte de l'agriculture …

En février 2016, dans le cadre du dispositif AGIRE, nous sommes allés visiter une ferme pédagogique et biologique en plein cœur de Solliès-Pont : Le Jardin des 4 Saisons. Accueillis par Catherine Treton, professeur de SVT en reconversion, nous voilà partis explorer cette exploitation.



Souvenir de notre rencontre avec les ânes

Catherine nous a permis de découvrir, de comprendre et aussi d'interagir avec l'environnement (légumes, animaux, plantes, etc.). Ainsi, nous avons exploré :
- Le potager dédié aux ateliers de saison avec ses différentes variétés de choux, de blettes, d'herbes aromatiques, etc. Nous avons goûté le choux rave ou encore la roquette poivrée ;
- La serre où est produite la spiruline ;
- Les différentes serres où sont cultivés les légumes et les fruits de saison destinés à la vente (système AMAP : Associations pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne) ;
- Les ruches qui ont pour mission de polliniser l'ensemble de l'exploitation ;
- Les poules qui fournissent les œufs frais ;
- Les ânes qui sont au nombre de quatre servent à la traction animale pour travailler la terre.

L'interaction avec Catherine a été très intéressante. Nous avons apprécié de prendre l'air de la campagne, de découvrir le métier d'agriculteur ou encore d'obtenir de précieux conseils de jardinage.

Après avoir mis les mains dans la terre pour cultiver, allons dans des villes côtières pour des fouilles archéologiques et découvrir les richesses de notre civilisation varoise.

Bonne lecture !

AGIRE est cofinancé par le Fonds social européen dans le cadre du programme opérationnel « Emploi et Inclusion » 2014-2020.

En Chemin

Le Journal d'ELISE

Espace de Liens Solidaires et d'Echanges

Juillet — Septembre 2016
N° 3

Visite guidée — Hyères, c'était hier…

En mai 2016, dans le cadre du dispositif AGIRE, en particulier dans les cours « d'Acquisition des savoirs de base », une sortie a été organisée afin de nous faire découvrir les secrets enfouis d'une ville splendide : le site archéologique d'Olbia à Hyères.

Plan schématique du site

Petit repère historique

Nous avons bénéficié d'une guide, Maya Bresciani, qui a orchestré la visite en deux temps.

Dans un premier temps, nous avons visionné un diaporama montrant l'évolution urbaine de la cité d'Olbia, située en bord de mer. On nous a présenté quelques objets enfouis découverts sur ce site, comme par exemple une lampe à huile de l'époque romaine qui avait environ deux mille ans. Cette approche nous a permis de visualiser ce à quoi ressemblait Olbia lors de son apogée.

Dans un second temps, notre guide nous a amené sur le terrain et expliqué toute l'histoire et la richesse de ce lieu. En effet, ce site était l'un des comptoirs sur une voie maritime qui permettait le transport commercial entre la Grèce et Marseille (Massalia). Massalia a été créée au VIIe siècle avant J.-C. par des Grecs venus de la ville de Phocée, puis un réseau de colonies (dont Olbia) a été fondé au IVe siècle av J.-C. Elle est restée sous domination grecque de 350 avant J.-C. à 49 avant J.-C. Puis, Jules César a pris Massalia en 49 avant J.-C., entraînant ainsi l'amorce de la romanisation de la région.

Le site naturel d'Olbia et le quartier du port

Notre guide nous a permis de revivre ces moments historiques, en nous faisant imaginer comment les personnes vivaient à l'époque : leur mode vestimentaire, leur alimentation, leurs cultes religieux, etc., et ce en nous expliquant les divergences entre les populations grecques et romaines.

À l'époque

Découvrons Olbia ! A l'époque, le village est entièrement entouré de remparts. Il est bâti sur un emplacement carré, avec des rues qui se coupent à angle droit. Une unique porte, bien gardée par deux tours de pierres disposées en quinconce, permet d'y accéder.

Unique porte d'entrée de la ville grecque

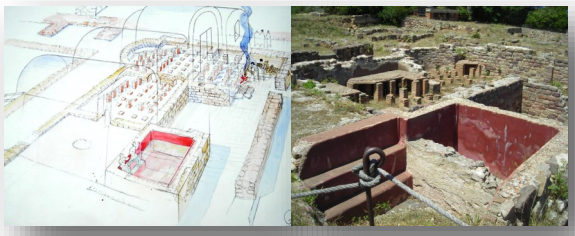
Les grosses pierres arrondies de l'entrée - chasse-roues - servent à faciliter le passage des charrettes. De petites habitations et des boutiques constituent l'urbanisme du site. Les boutiques sont reconnaissables à la grande pierre du seuil, fendue dans sa longueur et taillée pour mettre en place une porte coulissante. A l'intérieur de certains bâtiments, de grands trous arrondis dans le sol avaient pour fonction de conserver des denrées périssables.

Les Grecs érigent également deux grands sanctuaires : l'un dédié à la déesse Artémis et l'autre à Aphrodite. Au cœur de la ville, un puits alimente la population en eau potable et, au centre de certaines rues, des alignements de pierres prouvent qu'il existait des conduites d'évacuation des eaux usées.

Le Journal d'ELISE
Espace de Liens Solidaires et d'Echanges
Juillet — Septembre 2016
N° 3

Visite guidée — Hyères, c'était hier…

Sous la domination romaine, des modifications apparaissent. A la place du sanctuaire d'Aphrodite, les Romains, créent des thermes grâce à la découverte d'une source située à l'emplacement actuel de l'hôpital San Salvadour. Plus tard, d'autres thermes sont construits près de la mer, donnant alors au village un caractère touristique en le transformant en une véritable station balnéaire.



Les thermes romains

La façon de construire est également différente chez les Romains. Les bâtiments sont composés de murs faits de petites pierres liées ensemble par un mortier. Certaines boutiques sont transformées en entrepôts utilisés pour le stockage de divers produits (vin, céréales, huile d'olive, miel, etc.). L'existence de ces entrepôts est attestée par les vestiges d'une grande bâtisse qui fut ravagée par le feu. Ceux-ci renferment les restes des récipients, tels que des amphores, enfouis sous les tuiles tombées du toit.

Enfin, les rues romaines sont elles-mêmes rehaussées et élargies afin de faciliter la circulation.
Par conséquent, la romanisation a ainsi renforcé l'activité économique d'Olbia (réorganisation urbaine, développement du commerce et du tourisme thermal, etc.).

Le temps passe

Puis le temps passe. La civilisation romaine s'éteint. Le village tombe en ruine et la nature reprend ses droits.

Au Moyen-Age, en 1221, l'abbaye Saint-Pierre est construite sur l'emplacement d'Olbia. Elle abrite, pendant près de deux siècles, une congrégation religieuse cistercienne (catholique).

Il n'y a pas si longtemps, des agriculteurs cultivaient encore à l'endroit où les fouilles ont été entreprises. La présence, dans un cabanon, d'une pompe à eau non fonctionnelle actuellement, prouve cette activité.

À l'heure actuelle, des spécialistes continuent les fouilles qui ne cessent de lever le voile sur ce site Olbia si remarquable !

Olbia de nos jours

Nous avons gardé un souvenir très positif de cette visite, car nous avons pu enrichir nos connaissances sur l'Antiquité dans le Var, et l'appréhender de manière vivante et visuelle. C'est une véritable prise de conscience de la réalité d'une vie passée grâce à une guide passionnante.

Le Journal d'ELISE
Espace de Liens Solidaires et d'Echanges
Juillet — Septembre 2016
N° 3

Visite guidée — Le Musée archéologique de Saint-Raphaël

Dans la continuité de la visite d'Olbia et de l'étude de l'histoire varoise, nous avons visité le Musée archéologique de St Raphaël où se trouve une grande exposition d'objets des époques préhistorique et romaine. Nous étions accompagnés par une guide très sympathique : Carole Cheval.

Entrée du musée archéologique de Saint-Raphaël

La préhistoire

Par définition, la Préhistoire est une période comprise entre l'apparition du premier ancêtre de l'Homme, il y a environ 4 millions d'années, et l'invention de l'écriture en 3 300 avant J.-C.
Les principales époques préhistoriques humaines reflétant le rythme de l'évolution technique sont le Paléolithique, le Mésolithique et le Néolithique (Âges de la pierre polie), suivies des Âges des métaux (Cuivre, Bronze et Fer). Chaque époque archéologique est divisée en trois périodes, à savoir l'âge inférieur, l'âge moyen, l'âge supérieur.

L'apparition de ces époques diverge selon les régions du monde. C'est pourquoi nous nous intéressons seulement au département du Var, dans lequel nous trouvons, par exemple, des vestiges de l'occupation par l'Homme de Neandertal au Paléolithique moyen (-150.000 à -40.000 ans). Il y a 40.000 ans environ, l'Homo Sapiens — Homme sage — arrivait d'Afrique, et côtoyait donc Neandertal, détail souvent omis dans les films et les journaux.

Nos ancêtres étaient des chasseurs-cueilleurs nomades qui utilisaient des outils taillés dans la pierre (silex, chopper, etc.). La forte présence de "nucléi" (le pluriel de "nucléus") sur les sites de fouilles, qui sont les déchets qui restent après plusieurs tailles, démontre cela. D'ailleurs, ces derniers sont encore utilisés par le peuple actuel des Yakoutes, un peuple de Sibérie occidentale.

Au Paléolithique Supérieur, il y a 14 à 15.000 ans, l'Homme invente les arcs et les flèches en pointe de silex. C'est aussi à cette époque que remontent les premières traces de la domestication du loup, ancêtre du chien, puisqu'on a retrouvé des ossements de loups enterrés soigneusement auprès des Humains.

L'époque Mésolithique marque une transition vers le Néolithique. Cette dernière désigne l'ère de la pierre polie, qui, auparavant, était seulement taillée. Cette époque est aussi marquée par l'apparition de l'agriculture, de l'élevage, et de sociétés hiérarchisées, amenant l'Homme à se sédentariser. L'apparition de la céramique imprimée dans le Var remonte à environ 5 800 ans avant notre ère.
Cette période marque aussi l'apparition d'une pratique particulière, la trépanation. On suppose qu'il s'agissait d'un acte médical. Sur 160 crânes retrouvés, 70% de leurs propriétaires avaient survécus en raison de leur cicatrisation. Cela montre une volonté de prendre soin d'autrui et un apprentissage de techniques médicales.

Divers objets sont exposés, dont une reproduction d'un métier à tisser en bois et en argile. Les pesons — poids en argiles — étaient cuits afin d'éviter la poussière sur les tissus, entraînant une évolution des méthodes de cuisson, qui permettra l'avènement du travail des métaux.

Un métier à tisser

Ainsi, l'Âge du Cuivre succède au Néolithique et conduit à l'âge dit « du Bronze », puis, vers 900 ans avant notre ère, à l'Âge du Fer. Les âges des métaux voient l'émergence des axes de circulation commerciale avec l'apparition de systèmes de taxes, de péages, etc.

Le Journal d'ELISE
Espace de Liens Solidaires et d'Echanges
Juillet — Septembre 2016
N° 3

Visite guidée — Le Musée archéologique de Saint-Raphaël

Le commerce maritime depuis l'Antiquité Romaine et l'archéologie sous-marine

Une maquette de bateau commercial romain illustre la façon dont étaient disposées les amphores dans la soute ; c'est ce que les archéologues appellent un «écorché de bateau».

Maquette d'un bateau commercial romain

Divers objets d'épaves sont exposés en vitrine, comme par exemple des bouchons d'amphores ou un pelvis. Ce dernier est un plat rond et creux en pierre servant à faire sécher le poisson doté d'un bec recueillant le jus pour en faire une sauce appelée «garum».

Nous évoluons dans la salle suivante et découvrons la reconstitution, grandeur nature, d'une ancre en bois d'un bateau romain, ainsi que de nombreuses amphores alignées sur trois rangées et des vases d'une épave sarrasine d'Agay (IXe - Xe s.). Techniquement, les céramiques peuvent être datées grâce à l'étude de leurs motifs et de leurs modes de production.

Ensemble d'amphores retrouvé sur le site du Dramont A — épave du Ier siècle avant J.-C.

En avançant dans cette salle, nous découvrons un scaphandre. Du matériel ainsi que des détendeurs de plongée sont exposés afin de représenter leur évolution. Le scaphandre autonome à détendeur a été inventé par le Commandant Cousteau et E. Gagnan en 1943.

L'église

L'église attenante au musée date de plusieurs siècles. Des strates différentes permettent de la dater et de savoir qu'elle est formée de plusieurs bâtiments de diverses époques. Cette vieille bâtisse renferme toujours dans ses cryptes les traces de multiples remaniements architecturaux depuis l'Antiquité jusqu'au second âge roman. Ce lieu permet au Musée de mettre en place des expositions temporaires.

Église attenante au Musée archéologique de Saint-Raphaël

Le groupe a unanimement apprécié la visite et les explications simples et complètes de la guide qui nous a accompagnés, comme l'illustre le commentaire suivant d'une participante : « *J'ai été très contente de faire cette découverte pour enrichir mes connaissances ! Cette sortie à Saint-Raphaël m'a beaucoup apporté. D'abord nous avons été bien accueillis et nous avons eu beaucoup de chance de tomber sur une guide qui nous a bien expliqué.* »

Remerciements : Nous remercions l'ensemble des équipes du Jardin des 4 Saisons à Solliès-Pont (Catherine), du Site Olbia à Hyères (Maya) ainsi que du Musée archéologique de Saint-Raphaël (Carole) pour leur accueil, leur pédagogie, le partage de leur savoir-faire et leur disponibilité.

Le Journal d'ELISE
Espace de Liens Solidaires et d'Echanges
Juillet — Septembre 2016
N° 3

Aller plus loin — Activités diverses ELISE

Les vacances pas à pas : un projet destiné aux familles

Cet été, ce sont trois familles (11 personnes) du Pôle Logement d'En Chemin qui sont parties en vacances dans le Var pendant une semaine. Plus précisément, ce sont 4 adultes et 7 enfants qui, pour la première fois de leur vie, ont passé des vacances de rêve.

Pendant une année, ce projet consiste à guider et accompagner des familles préalablement identifiées dans une démarche de projet de vacances, de la préparation du séjour à sa réalisation, en passant par toute la mise en œuvre. Des ateliers collectifs et individuels sont mis en place mensuellement. Ils permettent ainsi aux familles de construire pas à pas leur projet de vacances à tous les niveaux : l'hébergement, le budget, les détails pratiques, les loisirs, etc.

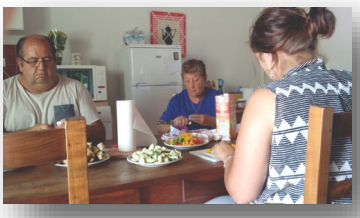
La force de ce projet est qu'il est mené à bien par les familles puisqu'elles s'investissent et mènent à bien les différentes étapes d'une organisation de vacances.

Elles sont véritablement actrices de leur projet, notamment par la réalisation d'actions d'autofinancement. En effet, elles ont mis en place deux actions : une tombola à Noël et un loto en juin en partenariat avec le Secours Catholique. Ce projet est également financé grâce à la CAF et à des chèques ANCV obtenus en réponse à un appel à projets de Vacances Ouvertes.

En septembre, un dernier atelier a permis d'avoir un retour sur expérience des familles. Voici quelques témoignages : « se reposer », « faire plaisir aux enfants », « découvrir des coins sympas », etc.

À la découverte du Gard !

Notre dispositif Maison Relais est une pension de famille. Les moments en famille dans un contexte de vacances sont primordiaux. C'est pourquoi en juillet 2016 un voyage de 5 jours a été organisé à Anduze (Gard) avec certains résidents de la Maison Relais (4 adultes et 1 enfant dont 1 animatrice). Ce projet vacances a été co-construit avec eux puisqu'ils ont, par exemple, choisi ensemble le lieu du séjour ou préparer le menu et cuisiner ensemble.



Les objectifs de ce projet sont de permettre à ces personnes de se dépayser, de sortir des soucis du quotidien, de vivre en collectivité dans un contexte différent, le tout en découvrant le patrimoine régional.

Une maison fort agréable et confortable a été louée. Le propriétaire—Laurent—a été très accueillant et chaleureux. Des animaux étaient également présents, notamment un cheval qui a beaucoup plu à l'enfant ; elle a pu le brosser, le caresser, établir un contact, etc. D'un point de vue touristique, les participants ont visité des lieux incontournables tels que la Bambouseraie en Cévennes, les Grottes de Trabuc, la Nougaterie Cévenole ou encore le Visiatome. Les grottes ont été véritablement le coup de cœur du groupe en raison de leur histoire et de leur beauté. Chaque visite culturelle était guidée par un professionnel afin de rendre l'aventure plus palpitante et interactive.

Au final, les bienfaits de ces vacances ont permis à chacun de se reposer, et au groupe de vivre et de partager de bons moments ensemble.

Aller plus loin — Activités diverses ELISE

Le Challenge Manuel inter – Maison Relais

Le 12 mai 2016, un rassemblement entre quatre Maison Relais a eu lieu autour d'un sport bien sudiste synonyme de détente et de partage : la pétanque. Derrière cet événement, c'est l'histoire d'un homme, Manuel, résident de la Maison Relais de l'association En Chemin, malheureusement décédé. Manuel avait su partager sa passion pour la pétanque au sein de la pension de famille. C'est pourquoi En Chemin a souhaité rendre hommage à cet homme en organisant une après-midi sportive et conviviale.

Les quatre Maison Relais présentes étaient : OVA (Toulon), Malbuisson (Bormes-les-Mimosas), AGLAE (La Garde) et En Chemin (Hyères). Ce sont six équipes qui se sont affrontées sur le terrain partageant ainsi des moments d'échanges et de rires, créant ainsi du lien entre les différents participants.

Après l'effort, le réconfort ! En Chemin étant la structure organisatrice, l'ensemble des participants s'est retrouvé dans les locaux de la Maison Relais afin de partager un goûter. Chaque pension de famille a amené de quoi régaler les papilles de tout le monde. Ce goûter est l'occasion également de remettre les coupes aux deux gagnants, respectivement OVA et Malbuisson. Néanmoins, l'une des traditions est que le gagnant remette en jeu la coupe à chaque semestre. A charge de revanche !

Son jardin secret …

À première vue la Maison Relais d'En Chemin ne semble être qu'un bâtiment en plein centre ville. Pourtant, derrière ses murs, se cache un jardin bien gardé par ses résidents. En effet, ces derniers ont souhaité l'exploiter afin de créer leur propre potager bio. Quoi de mieux que de profiter des conseils avisés de notre formateur maraîchage du dispositif AGIRE : Christophe !

C'est pourquoi une rencontre entre participants d'AGIRE et résidents de la Maison Relais s'est déroulée au jardin du domaine de Brégançon.

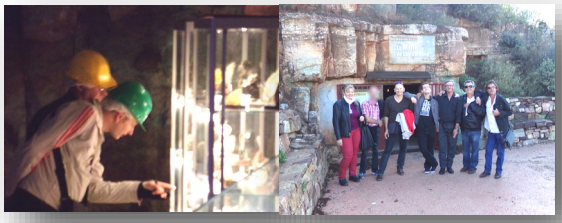
Christophe et ses participants ont partagé leurs connaissances et leur savoir-faire. La Maison Relais a bénéficié du réseau de fournisseurs de Christophe pour effectuer les achats nécessaires à la création du potager.

Passons à l'action ! Les résidents de la Maison Relais ont préparé le terrain et effectué leurs premières plantations. Ils veillent également à l'arrosage quotidien, à l'entretien et au ramassage des produits.

Aller plus loin — Activités diverses ELISE

À la découverte du patrimoine varois !

Dans le cadre du dispositif de la Résidence solidaire, l'accès à la culture constitue un véritable outil favorisant le lien social et le bien-être individuel.



C'est pourquoi les résidents de ce dispositif réalisent en moyenne une sortie par mois — le samedi — dans l'optique de découvrir les richesses du patrimoine varois. Ce sont eux qui décident les lieux et vestiges à visiter.

L'association opte toujours pour des visites guidées afin de rendre l'échange plus enrichissant et plus interactif pour les participants. Par exemple, ils ont visité le Musée de la Mine de Cap Garonne au Pradet, le Musée de la Marine à Toulon ou encore l'élevage des Loups du Castellet.

Nouveaux ateliers d'ELISE

Dans le cadre de notre service transversal ELISE, de nouveaux ateliers ouverts à l'ensemble de nos usagers sont actuellement mis en place. Ces ateliers permettent de répondre à certaines problématiques tout en créant de belles rencontres.

Chaque mardi, des ateliers bien-être et de relaxation sont organisés pour notre public en situation de précarité qui a très souvent une faible estime de lui-même pouvant lui créer des difficultés dans son parcours d'insertion sociale et professionnelle. De même, chaque jeudi, des cours d'anglais sont dispensés. De façon plus ponctuelle, des ateliers thématiques sont mis en œuvre : pâtisserie, ménage écologique, etc.

ASSOCIATION EN CHEMIN
Villa Saint-Paul, 10 Bd Frédéric Mistral - 83400 HYERES
☎: 04.94.36.55.17 🖷: 04.94.38.70.65
E-Mail : association@en-chemin.org
Site web : www.en-chemin.org

Nom du journal N°3 (Juillet—Septembre 2016). Publication trimestrielle. Association En Chemin (association loi 1901). **Siège social** : 10 Boulevard Frédéric Mistral, 83400 Hyères. **ISSN en cours**. **Dépôt légal** : à parution. **Imprimé par nos soins**. **Directeur de la publication** : Paul Lambert. **Directeur de la rédaction** : Olivier Thuel. **Rédacteur en chef** : Mélodie Musso. **Autres membres du comité de rédaction** : Alain Bouvier Belleville, Djamel Benmeklouf, Joséphine De Oliveira, Catherine Loiseur, Aurel Motorgéanu, Pascale Hiebel, Nadezhda Bertin, Jade Grandati, Georges Sastres.