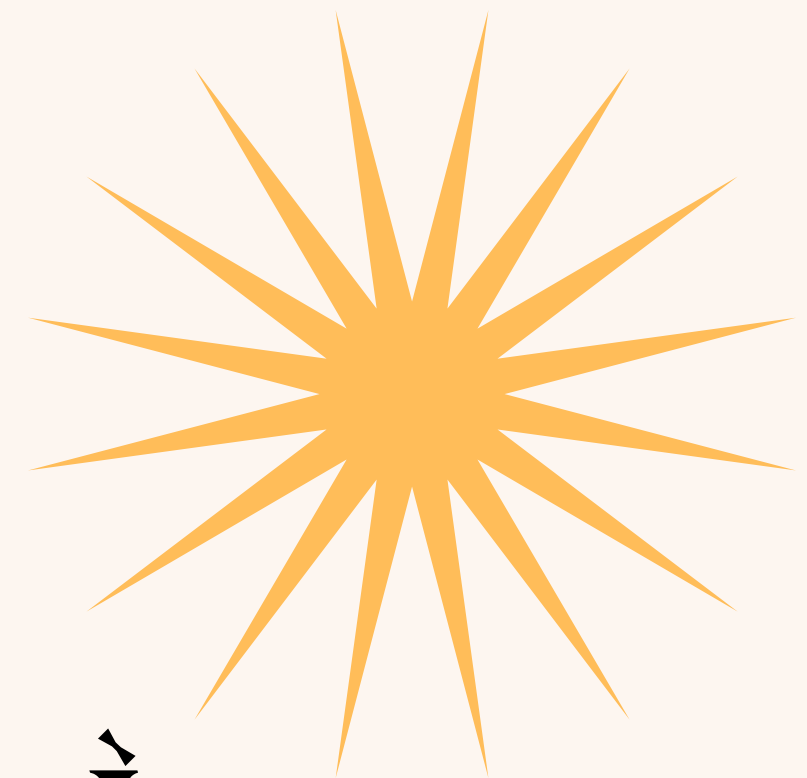




CES VOLONTARIAT À SAINT-LÔ

De Emily et Flora



Funded by
the European Union

LA VILLE

Saint-Lô est une ville qui a été presque complètement détruite pendant la deuxième guerre mondiale. Avec 20000 habitants, c'est une des plus grandes villes dans le département, entourée par le bocage normand et les vaches





L'APPARTEMENT

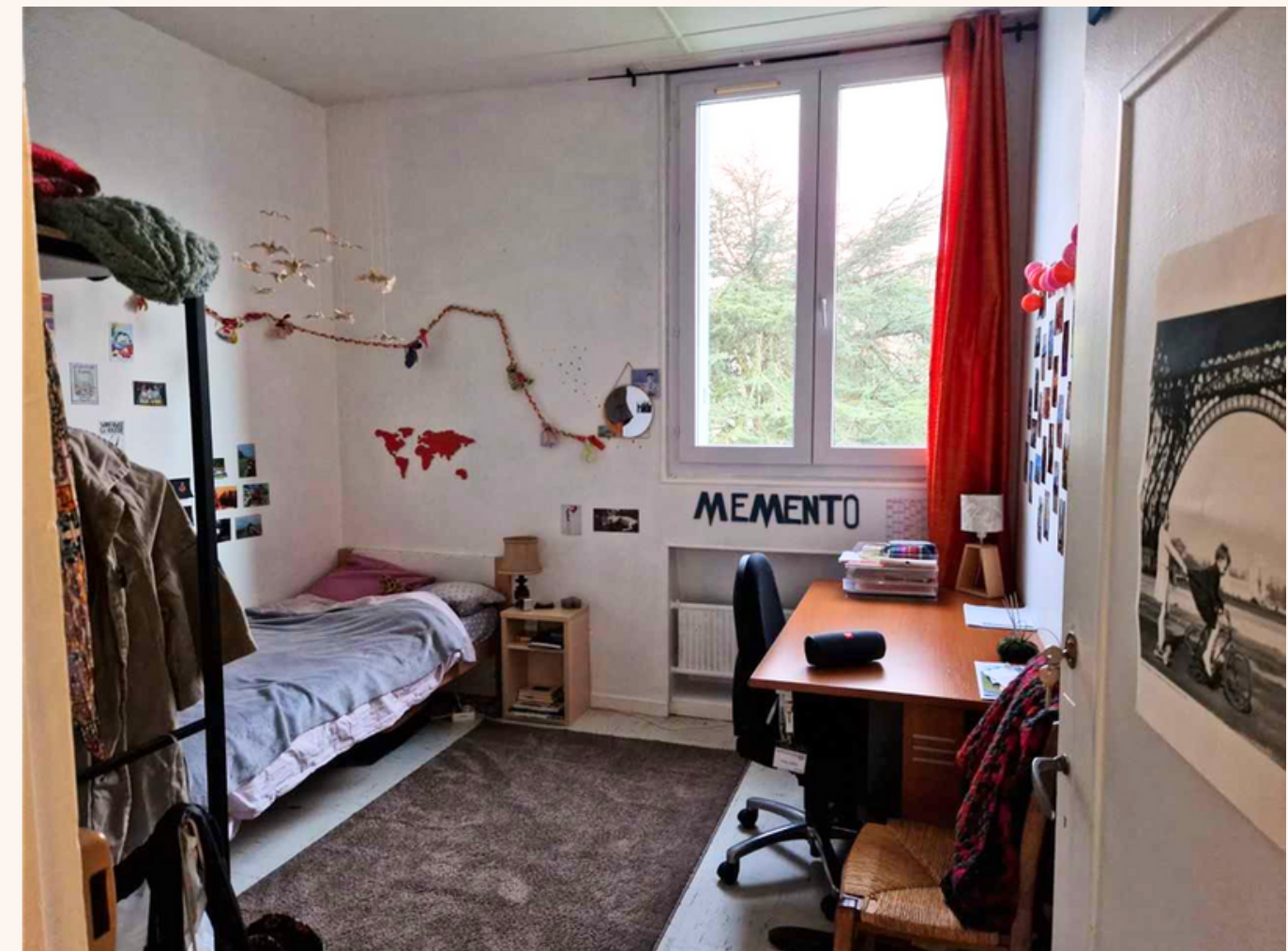
Fait 70 m², 3 chambres (chacune a la sienne), toilettes et salle de bain, grande et lumineuse salle de séjour, cuisine. Il est équipé avec lits, draps de lit, lit supplémentaire pour des invités, lave-linge, aspirateur (pas de serviettes et pas de sèche-cheveux). C'est près du centre ville et de la gare!

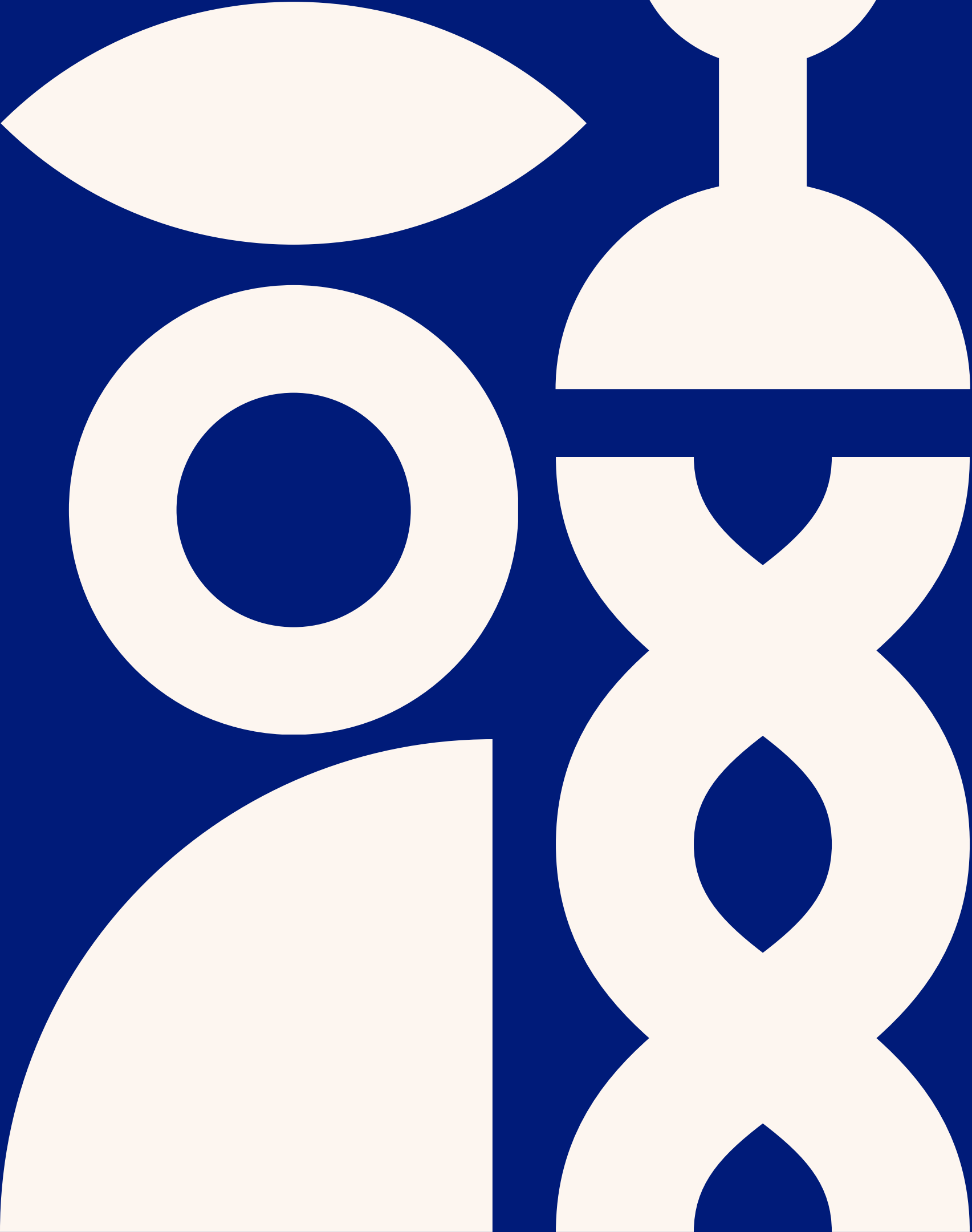
La particularité est que l'appartement est au deuxième étage du bâtiment qui se trouve dans l'école (Collège Lavalley), où vit aussi la principale.

L'APPARTEMENT

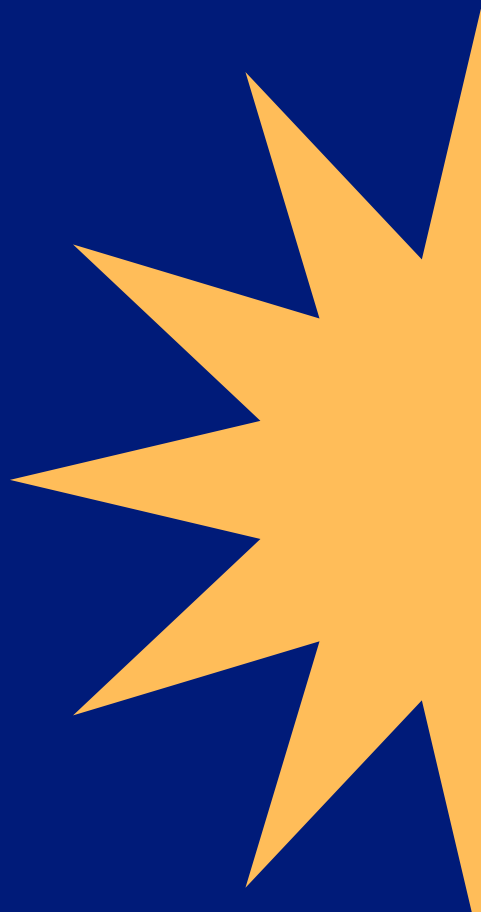


LES CHAMBRES





LE TRAVAIL



TA MISSION AU CONSEIL DES JEUNES

Le Conseil Départemental des Jeunes... ... est constitué par jeunes collégiens, divisé dans 4 commissions: Bien Vivre Ensemble, Sport et Avenir, Environnement et Développement Durable, Culture et Patrimoine.



La mandature dure 2 années et tu vas participer à la première année du mandat.

Tu rencontres une commission par semaine, tous les mercredis, planifies et co-animes les sessions, accompagnes les jeunes dans l'élaboration et la mise en place de leurs projets.

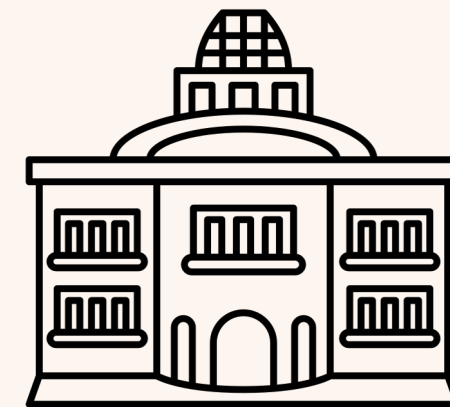
Tu aides le volontaire du Lieu-Dix s'il y a besoin et participes aux ateliers.



TON LIEU DE TRAVAIL

Maison du Département

C'est l'établissement officiel du Département de la Manche.
Tu seras dans le même bureau que Yann, équipé avec un ordinateur.



Généralement l'horaire du travail est 9h-16:30h, avec un jour de repos en semaine. Pendant la pause du midi tu peux manger dans la cantine. Tout l'équipe de la direction est très accueillante pour les pauses-café.

TRAVAIL AVEC LE KIOSK

Le KIOSK est un lieu d'animation, d'expression, d'aide aux projets, relais baby-sitting, point de vente billetterie, espace multimédia, petites annonces, pour les jeunes de 11 à 25 ans.

Cette année, le Kiosk va accueillir également un.e volontaire européen.ne.

Nous avons fait plusieurs actions avec le Kiosk: Nous sommes surtout allé dans les établissements avec Tom, l'animateur au Kiosk, pour parler de la mobilité internationale.

Les Collèges et lycées sont aussi toujours très ouverts pour des projets ou des heures de cours avec les volontaires si tu veux faire un atelier dans les classes de langues.



VOS TUTEURS

CANDICE

Elle travaille à la MDD.
Elle vous aidera avec
ce qui concerne le
Corps Européen de
Solidarité, séminaires,
projet personnel,
bourse mensuelle et
remboursement...

YANN

Il est le référent du CDJ.
Tu partages avec lui le
bureau et toutes les
activités qui concernent
le CDJ.



ELODIE

Elle est la coordinatrice
du Lieu-Dix et référente
du projet de volontariat
au Lieu-Dix.





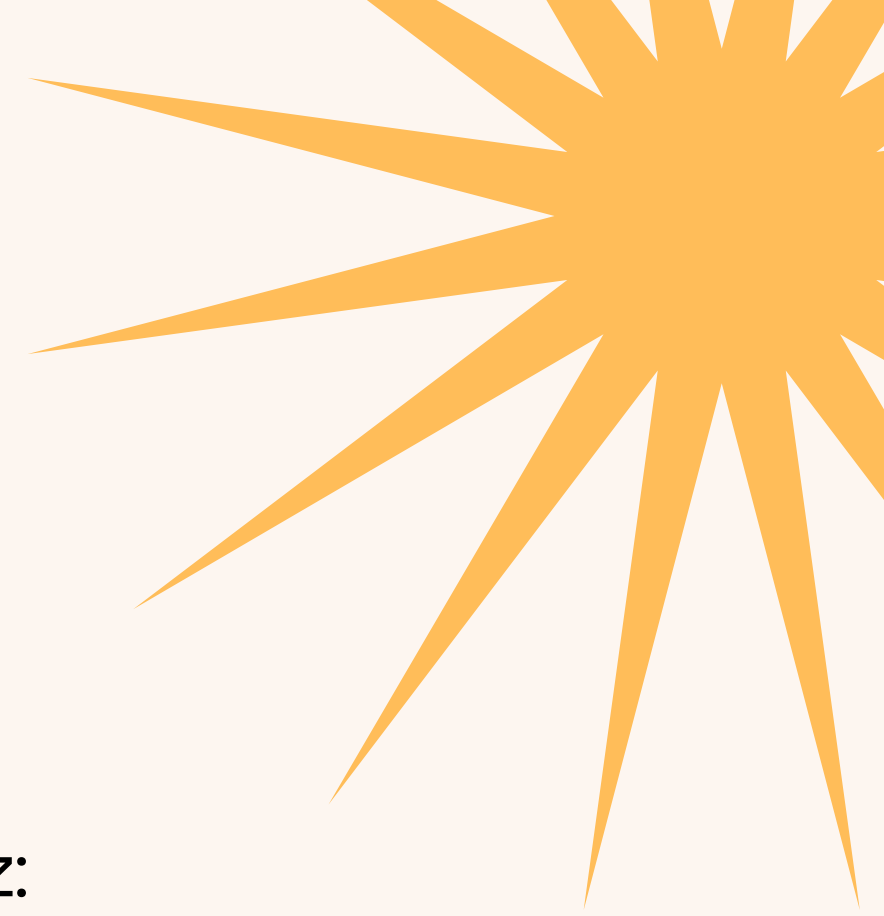
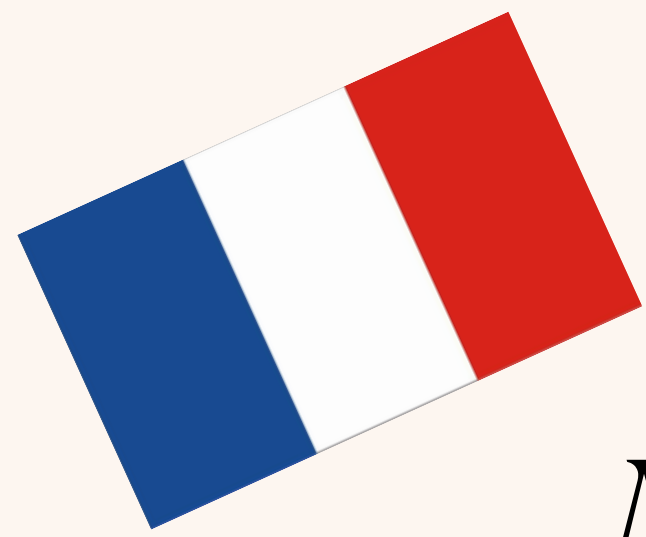
COÛTS

Chaque mois vous recevrez : argent pour la nourriture (350€), argent de poche (8€ par jour), remboursement pour transports privés (40€), remboursement pour assurance habitation (25,97€)...

Un forfait est donné au début pour le voyage d'aller/retour. Chaque mois vous payez pour le WI-FI, la carte bancaire -seulement si vous voulez la carte physique - 2€.

Vous ne devez pas payer : assurance santé Henner, carte du bus, carte "avantage jeune" (tickets du train prix réduits), compte bancaire, cours de français, certification de langue française (si vous voulez la faire).

Vous pouvez aussi mener un projet personnel (pas nécessairement lié à votre mission) et vous recevrez 160€ pour le réaliser

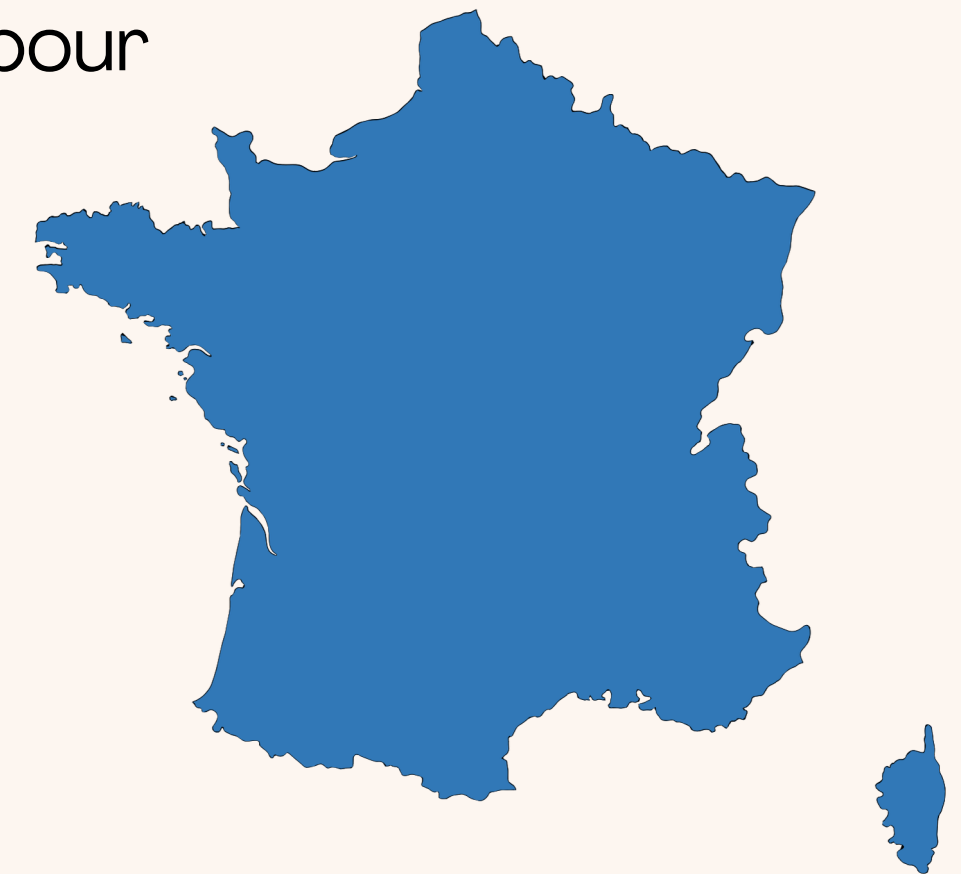


AMÉLIORER LE FRANÇAIS

Afin d'améliorer votre français, vous pouvez choisir ce que vous préférez:

- Université de Caen: vous faites un test de niveau et puis vous êtes assignés dans une classe (selon votre niveau), 2h par semaine
- Centre culturel Les Unelles à Coutances: classe de conversation pour adultes, 1h par semaine.

Si vous voulez, vous pouvez passer la certification de langue (DELF ou DALF), c'est payé par l'organisation!



TRANSPORT PUBLIC

Dans la ville :

Slam Bus <https://www.saint-lo-agglo.fr/fr/slam-b>

Dans la région :

Nomad Car <https://nomad.normandie.fr/>

Train (la gare est à 10 min de l'appartement) SNCF Connect APP

Blablacar

Souvent moins cher que le train pour les trajets plus longs.

Vélos

Vous avez la possibilité d'emprunter des vélos électriques du Conseil pour toute l'année.

Voiture

Vous pouvez louer des voitures du Conseil départemental pour le déplacements dans le cadre du travail, pour faire les courses et pour le cours de français



LIEUX À VISITER

DANS LA RÉGION

Nature:

Iles Chausey
île Tatihou
Agon-Coutainville
Deauville/Trouville
Granville
Etretat
La Hague
Mont Saint Michel
Forêt de Cerisy
Fécamp
Saint Malo

Histoire:

Batterie d'Azeville
Abbaye de Hambye
Utah et Ohama Beach

Villes/Villages:

Coutances
Bayeux
Cherbourg
Caen
Rouen
Honfleur



OÙ FAIRE LES COURSES



personnes très sympa y travaillent, un peu cher.
proche de l'appartement



énorme, vous pouvez trouver tout



énorme, des bons produits, peut être
un peu plus cher que Leclerc



un peu cher, mais parfois
fruits-légumes sont en solde



magasin discount,
quelques produits ne sont pas mal



pas très cher, des produits de base,
c'est pas si grand que Leclerc



Le Marché
plusieurs stands, bonne qualité



16 Pl. Général de Gaulle, 50000 Saint-Lô
! seulement le samedi matin !

Biocoop: bien pour les produits végétariens, mais cher
Noz: vente des produits invendus, petit prix



L'ÉPICERIE SOLIDAIRE



L'épicerie solidaire est un espace où les étudiant.es peuvent acheter des aliments et des produits d'hygiène à prix réduits,

par ex. 1 kg farine 20 centimes
tampons 20 centimes
pasta bio 50 centimes
pommes de terre, oignons, carottes 30 centimes

Pour faire parti de l'équipe

contacter:

lynda.bottin@saint-lo-agglo.fr

et lui parlez de nous

La seule façon de profiter de ces produits soldés est de devenir bénévole, en aidant avec la gestion de l'espace: une fois par semaine vous passez 2h là-bas, comme "caissière" ou en vérifiant que tout se passe bien....



**Où? espace Rabelais, foyer
des jeunes travailleurs**

QUOI FAIRE?

À SAINT-LÔ

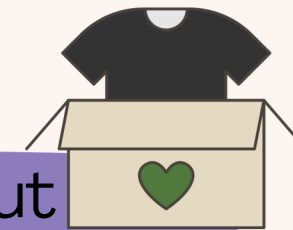


Milton Club
Sunset Club

Musée

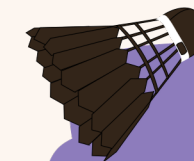


Tri tout
(second hand shop)



Pub: Castel, La Plage, Santa Cruz

Médiathèque



Salle de fitness
(et autres clubs du sport)



Bowling: Le Macao, Le Before



Cinema



Centre aquatique

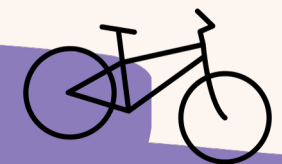


Good Burger (option veg!),
Royal Wok (buffet spécialité asiatique)

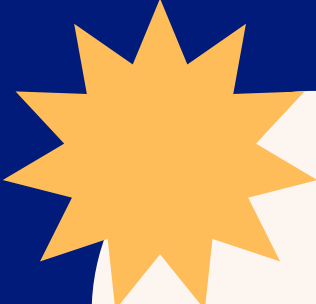
Fnac



Voie verte: pour bike tour ou balade
(Roches de Ham est un bel endroit)



CONSEILS



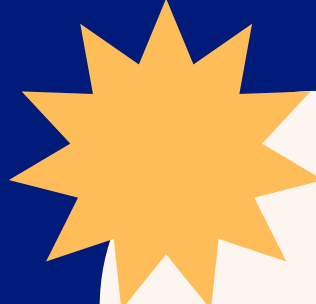
ACTIVITES

trouves un club de sport ou de créativité pour ton temps libre (danse, handball, volleyball...)



RENCONTREZ AUTRES VOLONTAIR.ES

contactes les organisations (AVRIL à Coutances, Group FIM et Kiosk à St Lô, Unis Cité à Avranches) afin de connaître les nouveaux/nouvelles CES volontair.es,
trouve les autres volontair.es sur le map des volontair.es partagée dans les séminaires



DECORATION

Prends de la décoration et des photos pour ta chambre

BENVENUTE

& bon
courage
pour votre
expérience

