

GUIDE DES ACTIVITÉS

QUIMPER •

MAISON POUR TOUS DE PENHARS

Portes ouvertes : mardi 10 septembre 2013 de 16h à 20h

Démarrage des activités : lundi 16 septembre 2013

2013
2014



ÉDITO

Professionnels et bénévoles de la M.P.T vous proposent des activités, des animations au plus près de chez vous, dans les locaux de la MPT au 39 bd de Bretagne.

Le mardi 10 septembre, la journée portes ouvertes vous permettra de prendre connaissance de tout ce qui est proposé cette année. Ce sera aussi l'occasion de prendre contact avec les acteurs de la Maison : professionnels, vacataires d'activités, bénévoles...

La Maison Pour Tous est une Association d'Education Populaire, ouverte à tous.

La vie de la Maison repose sur l'engagement de tous les adhérents, des bénévoles, des professionnels. Le coeur du projet associatif repose sur cinq axes de développement :

- faciliter le vivre ensemble sur le quartier
- faire émerger des envies et des plaisirs
- accompagner les cheminements des uns et des autres
- permettre à chacun de révéler et de développer ses compétences
- s'engager dans les partenariats et le travail en réseau

Devenir membre actif est essentiel pour s'engager dans la vie associative, il peut se faire de différentes manières :

- coup de main dans l'organisation de manifestations, fêtes de quartier...
- animation d'activités
- investissement au sein du Conseil d'Administration, du Bureau ou des Commissions
- n'hésitez pas à participer, à venir à l'Assemblée Générale programmée le 4 avril 2014

... et tout cela, bien sûr dans un esprit convivial !

PRÉSENTATION DU BUREAU

Président Robert Tanguy
Vice-président Jean-Yves Raoult
Vice-présidente Huguette Gourmelin
Trésorier Patrick Lamezec
Secrétaire Catherine Louarn
Secrétaire adjointe Marguerite Nédélec
Membres Marie-Claire Palud, Laurence Batard

PRÉSENTATION DES PROFESSIONNELS DE LA MPT

Directrice Fatiha Tharib
Coordonnatrice administrative Nathalie Guérin
Accueil, secrétariat, communication
Roselyne Laurent
(formation: Langue des Signes Française)
Accueil, secrétariat, médiatrice Sociale
Anita Daucé
Médiation culturelle Joëlle Le Bris
Régisseur technique Julien Boureau
Assistant technique Frédéric Denniel
Responsable jeunesse Ronan Bléno
Animateurs jeunesse El Houari El Bouazzati,
Anne-Gaëlle Le Locat, Sébastien Le Naour,
Brahim Zahafi
Animateur musique Rachid Ben Rahal
Animateur danse hip hop Ali Ahamed
Entretien Yamina Chilah, Leslie Ortica,
Martine Moreau

PÔLE CULTURES URBAINES | PAGE 2

LE LOCAL MUSIK | PAGE 3

LANGUES | PAGE 4

Atelier de langue française // Anglais // Arabe //
Breton // Espagnol // Portugais

MUSIQUE | PAGE 6

Gospel & Negro spiritual // Batterie //
Si on chantait ! // Percussions africaines

THÉÂTRE | PAGE 8

Théâtre d'improvisation // Atelier théâtre // Théâtre //
Atelier théâtre (Association des Paralysés de France)

ACTIVITÉS PHYSIQUES | PAGE 10

Gymnastique douce / Relaxation // Gymnastique //
Gym dynamique // Randonnée // Yoga

DANSES | PAGE 12

Break dance (danse hip hop) // Danse rétro // Danses africaines //
Éveil à la danse // Initiation à la danse // Modern' jazz

ARTS PLASTIQUES | PAGE 14

Arts plastiques // Atelier créatif // Dessin, peinture

JEUX | PAGE 15

Échecs // Coup de poker // Tarot

ACTIVITÉS POUR TOUS | PAGE 16

Jardin collectif "Liorzh penker" // Soirée jeux //
Rencontre détente // Coupe couture // Sorties patrimoine

LA JEUNESSE | PAGE 18

Pour les jeunes de 10 à 17 ans

INFOS PRATIQUES | PAGE 20

Activités, Modalités d'inscriptions



De nombreuses initiatives artistiques à Quimper et dans le sud du département, ont montré la force créatrice du mouvement hip hop. Depuis des années, la MPT de Penhars a ouvert ses portes à l'apprentissage, à l'accompagnement, à la présentation des artistes, amateurs ou professionnels.

Que ce soit pour le rap, la danse, le graph, le deejaying, la MAO, des cours et des stages sont proposés. Les élèves se produisent sur diverses scènes.

Concernant le Local Musik, nous retrouvons des propositions d'accueils, d'accompagnement de projets, de mise en situation sur scène. Le Local participe activement à une dynamique culturelle quimpéroise : écoles, collèges, lycées, CLSH. Nous mettons en place des partenariats pour la venue d'artistes.

Concernant la danse Hip Hop, la MPT de Penhars fait partie du Pôle Hip Hop en sud Cornouaille appelé P2H, constitué de 6 structures (MPT de Penhars, MPT Ergué Armel et MPT de Kerfeunteun à Quimper, MJC Le Sterenn à Trégunc, Polysonnance à Châteaulin et GFEA à Fouesnant) qui se sont regroupés afin de proposer un choix de cours diversifié, tenant compte des différences de styles et de niveaux des pratiquants.

Soutenu par le Conseil Général du Finistère, la Ville de Quimper et Musiques et Danses en Finistère, ce pôle hip hop affirme et fait la promotion du hip hop.

Chaque élève inscrit dans l'une des 6 structures du Pôle aura donc la possibilité de rencontrer des compagnies professionnelles programmées sur le département, de suivre des stages avec elles, d'assister à des conférences et de participer à des événements hip hop sur le Finistère ou en-dehors du département.



LE LOCAL MUSIK

L'ATELIER MUSIQUE DES CULTURES URBAINES

Le "Local Musik" est un lieu de rencontre, d'accompagnement, d'apprentissage et surtout de partage destiné aux amateurs de rap, beat-making, deejaying et des musiques actuelles en général.

Chacun à son niveau et selon ses envies, des ateliers, des créneaux personnalisés et des temps de répétition en autonomie sont accessibles, cela dans une démarche de création artistique et de production (scène, compilation, maquette, freestyle, clip...). Les débutants comme les confirmés ont leur place au local.

Deux salles insonorisées et équipées permettent différentes pratiques comme la Musique Assistée par Ordinateur (MAO), le Deejaying (apprentissage des bases pour Dj), aide à l'écriture (sous forme de stage ou suivi), enregistrement et maquettage, répétitions (chants, instrumentale, mix et scratch), organisation de concerts, accueil et suivi de groupes (recherche et préparation de concert, press book...), point info (magazines, Internet, logiciel, livres...), sorties (festival, concert, expo...)...

ACCOMPAGNEMENT DE PROJETS MUSICAUX AMATEURS

L'animateur référent, Rachid Ben Rahal, qui a évolué dans le milieu hip hop et aux compétences professionnelles reconnues, est là pour vous transmettre ses savoirs et vous accompagner dans vos projets et les rendre réalisables dans la mesure du possible.

CONCERTS

Des concerts de musiques actuelles sont organisés, dans lesquels les adhérents du Local peuvent être impliqués à plusieurs niveaux (sur scène ou dans l'organisation). De nombreux concerts Hip Hop sont organisés au long de l'année (Festival La rue est vers l'art, Programmation du Terrain Blanc, Fête de la Musique, Festival Hip Hop New School...).

PROJETS COLLECTIFS

Le Local Musik propose aussi de multiples projets personnalisés en milieu scolaire ou en structures spécialisées tout au long de l'année. Renseignement à l'accueil de la MPT de Penhars.

HORAIRES

DU MARDI AU VENDREDI : 13H30 À 18H30

SAMEDI : 13H30 À 19H30

TARIFS

30€ À 46€ L'ANNÉE OU SELON Q.F (SE REPORTER AU TABLEAU CI-DESSOUS)
INSCRIPTIONS AUPRÈS DE L'ACCUEIL AUX HEURES D'OUVERTURE.

TARIFS LOCAL MUSIK 2013-2014

QF	TRANCHES	TARIFS
QF 7 et +	1040€ et +	46€
QF 5 / QF 6	751 à 1039€	40€
QF 3 / QF 4	514 à 750€	38€
QF 1 / QF 2	0 à 540€	30€

Documents à fournir lors de l'inscription

Pour les allocataires CAF : votre numéro d'allocataire.

ATELIER DE LANGUE FRANÇAISE

Marguerite Nédelec - Tél. 02 98 55 15 89

LUNDI ET JEUDI DE 9H30 À 12 H ET DE 14H À 16H
5€ /AN

De nombreuses personnes rencontrent des obstacles à l'insertion parce qu'elles ne maîtrisent pas la langue française. Elles peuvent être étrangères ou françaises et ont besoin d'un soutien.

Une équipe d'une trentaine de bénévoles propose des cours de français et d'alphabétisation, organisés par groupes de niveau

ANGLAIS

Simon Mc Carthy

ADULTES REMISE À NIVEAU :
MARDI DE 19H30 À 20H45
192€ /AN

Conversations sur des sujets très variés : actualité, cinéma, loisirs. Corrections de vocabulaire et grammaticales. Travail de prononciation et d'intonation. Pédagogie "non-directive" pour permettre une liberté et une autonomie aux participants.

ARABE

Aziz Elmessaoui

DÉBUTANTS TOUT PUBLIC (MAXI 15 PERSONNES) :
SAMEDI DE 9H15 À 10H15
NIVEAU 2 : S'INFORMER À LA RENTRÉE
81€ /AN

A l'oral, conversations sur des sujets variés et travail de prononciation et d'intonation. A l'écrit, apprentissage des lettres, des syllabes et des mots, correction de vocabulaire et grammaire. Une pédagogie différentielle qui permet une autonomie et une liberté à chacun.



BRETON

Association Mervent

COURS INTENSIF : LUNDI ET JEUDI DE 19H À 22H
430€ / AN - 6 HEURES PAR SEMAINE

Inscription à l'association MERVENT :
Tél. 02 98 87 72 41

ESPAGNOL

Victor Sagástegui

MAXIMUM : 12 PERSONNES
À PARTIR DE 16 ANS ET ADULTES DÉBUTANTS :
VENDREDI DE 19H À 20H
NOUVEAU À PARTIR DE 16 ANS ET ADULTES INITIÉS :
MARDI DE 20H À 21H
144€ / AN

Cours de langue espagnole pour débutants et initiés. Conversation, vocabulaire, grammaire simple et dynamique à partir de situations relevant de la vie courante. (Rencontres surprises avec des latino-américains).

PORTUGAIS

En partenariat avec l'association Lusitania
Pen Ar Bed, Nazaré Coïc : Tél. 06 82 04 19 14

8-14 ANS DÉBUTANTS : MERCREDI DE 14H À 15H
2ANS 1/2 À 7 ANS DÉBUTANTS :
MERCREDI DE 15H À 15H30
8-14 ANS INITIÉS : MERCREDI DE 15H30 À 16H30
ADULTES INITIÉS : MERCREDI DE 18H À 19H
ADULTES DÉBUTANTS : PASSAGE D'UN PETIT TEST
(VOIR LE PROFESSEUR) : DE 19H À 20H
5€ / AN



NOUVEAU

GOSPEL & NEGRO SPIRITUAL

Laure Doupeux - Vocal me

À PARTIR DE 14 ANS ET ADULTES

VENDREDI DE 18H À 19H45

**130€ (ADOS, ÉTUDIANTS ET DEMANDEURS D'EMPLOI)
À 165€ /AN**

Nous aborderons un répertoire Gospel & Negro Spiritual, musique profondément touchante de par son histoire.

Il n'est pas nécessaire de savoir lire la musique pour vous inscrire car nous travaillons sans partition.

Ces chants sont libérateurs. Les personnes timides, tout comme les personnes qui ont de « l'énergie à revendre » peuvent trouver en cette musique une véritable alliée pour se sentir mieux. Vous n'avez jamais chanté ? Vous souhaitez vous lancer ? Alors rejoignez nous !

BATTERIE

Michel Lochou Favennec

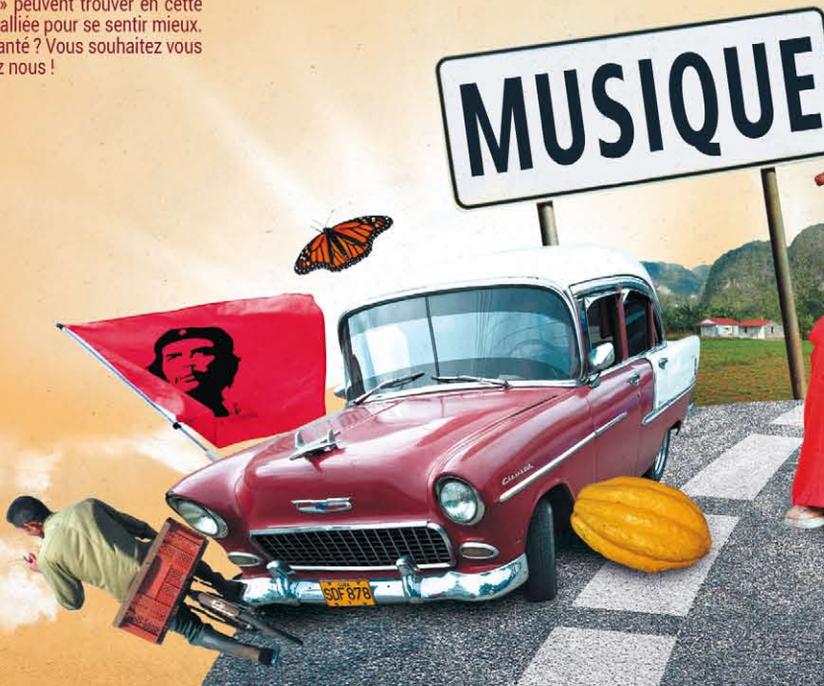
À PARTIR DE 8 ANS, DÉBUTANTS ET INITIÉS

COURS DE 30MN EN DUO

**MERCREDI DE 16H À 20H
234€ /AN**

Vous voulez développer ou approfondir votre sens du rythme, découvrir ou mieux connaître cet instrument, aborder différents styles des musiques actuelles ou encore étudier le solfège rythmique ?

Vous le pourrez en suivant les cours d'un professeur diplômé de l'école Agostini de Paris et agréé par la HSMA (Hosner Sonor Music Academy).



SI ON CHANTAIT !

Michelle Costa

ADULTES : MERCREDI DE 18H30 À 20H
5€ /AN

Venez partager cette passion des chansons françaises célèbres.

PERCUSSIONS AFRICAINES

Christophe Guyomarch

A PARTIR DE 14 ANS ET ADULTES DÉBUTANTS :
SAMEDI DE 10H À 11H30

A PARTIR DE 14 ANS ET ADULTES INITIÉS :
SAMEDI DE 11H30 À 13H

192€ /AN. Possibilité de suivre les 2 ateliers
(1 cours sur les djembés - 1 cours sur les dunduns)

Ces ateliers proposent la découverte et l'apprentissage des rythmes traditionnels mandingues d'Afrique de l'Ouest (Guinée, Mali, Burkina-Faso, Côte d'Ivoire) avec une méthode d'apprentissage orale, sans solfège.

Ces rythmes sont joués sur les djembés – percussions emblématiques de cette région qu'on ne présente plus - et les dunduns* qui permettent d'en jouer la base.

Ces ateliers, qui stimulent la créativité, génèrent également une énergie positive, idéale pour le bien-être personnel et pour l'esprit de groupe.

* De forme cylindrique, recouverts de peau de vache à leurs extrémités, les 3 dunduns (aigu, médium et basse) sont joués en position horizontale à l'aide d'une baguette en bois. En général, le jeu des dunduns est complété par un jeu de cloches (en fer forgé) attachées à même l'instrument.



THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Ty Catch Impro

NOUVEAU À PARTIR DE 14 ANS : MARDI DE 18H À 19H30

160 € / AN

ADULTES DÉCOUVERTE ET FORMATION

À L'IMPROVISATION : MARDI DE 20H30 À 22H30

200 € / AN

NOUVEAU ADULTES SCÈNE POUR JOUEURS CONFIRMÉS :

MARDI DE 20H30 À 22H30

200 € / AN

(AVEC UNE FOIS PAR MOIS AU TERRAIN BLANC

UNE ANIMATION DE 18H30 À 22H30

PAR UN INTERVENANT PROFESSIONNEL EXTÉRIEUR)

Vous êtes tenté par une activité collective basée sur la confiance et la communication...

Alors les ateliers TY CATCH IMPRO sont faits pour vous !

L'improvisation c'est d'abord une rencontre avec soi-même au travers des autres. Pas de textes à apprendre et nul besoin d'avoir déjà pratiqué le théâtre, venez comme vous êtes.

Les ateliers Ty Catch Impro sont là pour vous faire découvrir les valeurs et les techniques d'improvisation, dans une ambiance conviviale, simple et ludique ou vous retrouverez votre âme d'enfant. Amusement, spontanéité, créativité, entraide et plaisir sont au programme.

L'impro est une activité basée sur l'écoute et l'observation, permettant de s'adapter à chaque situation sur fond d'un travail collectif. L'individualité n'est pas en reste (sans individu, pas de collectif).

Chaque mois, TY CATCH IMPRO organise cabaret, catch et nouveaux formats à venir. La scène est ouverte aux volontaires et donc nullement obligatoire.



ATELIER THÉÂTRE

Anne-Sophie Costes-Lecomte

8-11 ANS : MERCREDI DE 13H30 À 15H

99€ À 138 € / AN

INITIATION LUDIQUE À LA PRATIQUE DU THÉÂTRE

NOUVEAU 12-14 ANS : MERCREDI DE 15H À 17H

132 € À 183 € / AN

15-18 ANS : JEUDI DE 18H À 20H

132 € À 183 € / AN

Appréhender le jeu d'acteur à travers des exercices ludiques, improvisations, développer l'écoute de soi et du partenaire : respiration, voix, concentration, corps, espace, imaginaire...

THÉÂTRE

Anne-Sophie Costes-Lecomte

ADULTES : JEUDI DE 20H À 22H

222 € / AN

Cet atelier propose de se familiariser au travail de l'acteur (respiration, corps, présence scénique, écoute, concentration, construction du personnage) mais aussi d'aborder la mise en scène. Une restitution publique est prévue.

ATELIER THÉÂTRE

Association des Paralysés de France

ADULTES EN SITUATION DE HANDICAP OU VALIDES

MARDI DE 18H À 19H45

140€ / AN

Développer la confiance en soi, la créativité, travailler l'imagination, la voix, la concentration, en s'initiant au jeu de l'acteur.

S'inscrire auprès de l'A.P.F. : 02 98 90 06 10



GYMNASTIQUE DOUCE / RELAXATION

Marie Lemunier

ADULTES : JEUDI DE 10H45 À 11H45
135€ /AN

Bien-être et détente : une heure consacrée à assouplir ses articulations, muscler son dos, respirer, travailler l'équilibre, étirer. Tout est pratiqué à son rythme, en douceur. Relaxation en fin de cours.

GYMNASTIQUE

Marie Lemunier

ADULTES : MARDI DE 9H À 10H ET DE 10H15 À 11H15
JEUDI DE 9H30 À 10H30
135€ /AN

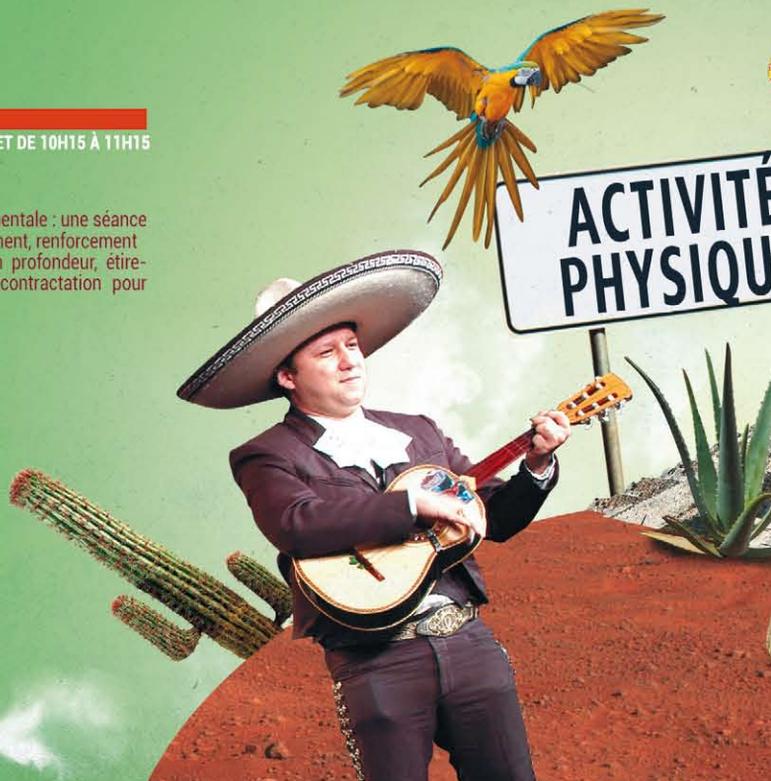
Garder la forme physique et mentale : une séance de coordination, assouplissement, renforcement musculaire, abdos Pilates en profondeur, étirements. Pause, détente / décontraction pour terminer.

GYM DYNAMIQUE

Marie Lemunier

ADULTES : LUNDI DE 20H À 21H
MERCREDI DE 20H30 À 21H30
135€ /AN

La forme et la sculpture du corps : cours basé sur le travail cardio-vasculaire, la coordination, la tonification des CAF (cuisses, abdos, fessiers).



RANDONNÉE

Michel Seigneur - Tél. 02 98 55 47 10
TOUS LES 1^{ER} ET 3^{EME} MARDIS DU MOIS
5€ / AN

Découverte de la nature. Aux environs de Quimper et des bords de mer (env. 10km).
Rdv à 13h30 devant la Maison Pour Tous de Penhars. Si déplacement, participation aux frais en covoiturage 2 à 3€.

YOGA

Janick Porsmoguer, Ecole de Yoga de l'Odet
avec Enseignement du Satyananda Yoga,
yoga traditionnel

ADULTES : MERCREDI DE 19H À 20H30
184€ / AN

Les cours intègrent les pratiques classiques : les asanas ou postures, le pranayama ou pratiques respiratoires, la concentration et la relaxation. Ces pratiques agissent efficacement sur tous les plans de la personnalité en procurant santé et souplesse du corps, équilibre et stabilité du mental, bien-être, calme et détente : c'est une porte ouverte vers l'harmonie.



BREAK DANCE (DANSE HIP HOP)

Ali Ahamed

INITIATION À PARTIR DE 11 ANS :
MERCREDI DE 13H À 14H15
NIVEAUX 1 ET 2 :
MERCREDI DE 14H15 À 15H30
123€ À 173€ /AN* SELON QF

Elèves ayant déjà pratiqué la danse hip hop de manière régulière. Le créneau est spécifique à la pratique de la danse au sol appelée « break dance ». Apprentissages fondamentaux en danse. Préparation à la technique des danses hip hop. Travail rythmique seul et à plusieurs.

Niveau 1 pour les personnes ayant acquis des bases et s'orientant dans une spécialité debout ou au sol. Travail en collectif sur l'élaboration d'une variation dansée.

Niveau 2 pour les personnes ayant de 2 à 4 années de pratique et ayant fait le choix de faire une esthétique debout ou au sol.

DANSE RÉTRO

Huguette Gourmelin

ADULTES : VENDREDI SOIR DE 20H30 À 22H30
5€ /AN

Venez danser dans une ambiance décontractée : valse, tango, rock, madison...
Initiation pour les débutants.

DANSES AFRICAINES

Moussa N'Diaye

À PARTIR DE 14 ANS ET ADULTES DÉBUTANTS :
VENDREDI DE 18H45 À 20H15
À PARTIR DE 14 ANS ET ADULTES INITIÉS :
VENDREDI DE 20H30 À 22H
216€ /AN

Ces ateliers vous proposent la découverte de danses traditionnelles et contemporaines d'Afrique de l'Ouest (Sénégal, Guinée, Mali, Côte d'Ivoire, ...).

Pendant les ateliers, accompagnés par les percussionnistes de l'association, la musique est en constante interaction avec la danse.

Dynamique et énergique, la danse africaine est à la fois une discipline artistique et un sport à part entière. Idéale pour tous ceux et celles qui souhaitent entretenir leur santé physique tout en prenant du plaisir !

Plaisir de danser mais aussi plaisir de découvrir et s'imprégner d'une autre culture ...



ÉVEIL À LA DANSE

Pierre-Yves Aubin / Gwenaëlle Aublanc Lazzara,
Professeur de Danse diplômée d'état du Centre
National de la danse (Paris)

4-6 ANS : MARDI DE 17H15 À 18H
DE 99€ /AN À 138 €* SELON QF

« ENTREZ DANS LA DANSE... ».

Par le jeu, le mouvement, l'autonomie, la fantaisie et l'imaginaire. L'éveil à la danse est un moment unique au cours duquel l'enfant découvre et expérimente les éléments fondamentaux de la danse. Il développe la compréhension et la conscience du corps, l'espace, la musique. L'éveil à la danse favorise la sociabilisation, l'écoute et l'enfant est acteur...l'enseignant le médiateur.

INITIATION À LA DANSE

Pierre-Yves Aubin / Gwenaëlle Aublanc Lazzara

6-8 ANS : MARDI DE 18H À 19H
DE 132€ À 183€ /AN *

« PASSE PASSERA ».

Passer de l'éveil à l'initiation c'est passer de l'atelier de découverte de la danse à celui de la technique.

L'enfant découvrira (la danse classique, jazz, africaine, etc...) diverses esthétiques afin de choisir une technique à 8 ans. L'initiation apporte une structuration du corps qui se situe dans l'espace, le temps et avec ses dynamiques.

MODERN' JAZZ

Pierre-Yves Aubin / Gwenaëlle Aublanc Lazzara

12-17 ANS : MARDI DE 19H À 20H30
208€ /AN

Basé sur la prise de conscience du corps, la finesse de ses perceptions... De l'espace, du rythme.

Gwenaëlle propose une qualité de danse où la poésie et l'interprétation de chacun peut se libérer tout en respectant une rigueur imposée propre à toute évolution artistique.



DANSES

* TARIFS SELON REVENUS

ARTS PLASTIQUES

Nicole Blouët, *École Européenne Supérieure d'Art de Bretagne*

MARDI DE 17H À 18H30
POUR LES RÉSIDENTS DE QUIMPER COMMUNAUTÉ :
DE 100 À 140€ /AN (SUIVANT QF*)
POUR LES NON RÉSIDENTS DE QUIMPER COMMUNAUTÉ :
170€ /AN
½ TARIF À PARTIR DU 2^{ÈME} ENFANT INSCRIT

Atelier basé sur la libre expression de l'enfant. À partir d'un thème, d'une technique ou d'un objet : l'enfant fait des expériences de mélanges, de matières, de couleurs, de collages et fait fonctionner son imagination...

ATELIER CRÉATIF

Jeanine Vigouroux

ADULTES DÉBUTANTS ET INITIÉS
VENDREDI DE 14H À 17H
5€ /AN

Aucune compétence n'est nécessaire pour apprendre les différentes techniques proposées : peintures décoratives tous supports : tissus, bois, métal, verre, porcelaine ... Carterie : réalisation de cartes pour toutes les occasions. Home Déco : décoration de châssis toile : Modelage - Création de bijoux : réalisation de bijoux à partir de pâte non toxique.

DESSIN, PEINTURE

Christine Le Née

À PARTIR DE 14 ANS DÉBUTANTS ET INITIÉS
JEUDI DE 18H30 À 20H30
156€ /AN

Pratiquer un art, la peinture ou le dessin et pouvoir échanger au sein d'un groupe, sur son talent, ses goûts, ses savoir-faire et, par ce biais, découvrir et expérimenter d'autres approches pour se former et acquérir petit à petit un style personnel.



* TARIFS SELON REVENUS

ÉCHEGS

Max Notter

A PARTIR DE 5 ANS

JEUDI :

DE 18H À 19H : MOINS DE 10 ANS

DE 19H À 20H : PLUS DE 10 ANS

DE 18H À 20H : PRATIQUE LIBRE POSSIBLE

EN PARALLÈLE DES COURS

84 /AN : COURS + PRATIQUE LIBRE +

LICENCE COMPÉTITION / DEMI-TARIF POUR

LES PARENTS DES ENFANTS INSCRITS

Initiation, perfectionnement, compétition.

NOUVEAU

COUP DE POKER

Association Poker Pays de Cornouaille

ADULTES : LUNDI DE 20H À 23H

5€ /AN

Permettre à chacun de jouer au poker, sans jouer d'argent, non seulement pour progresser mais aussi pour passer une bonne soirée dans la joie et la bonne humeur !

Organisation de tournois hebdomadaires.

TAROT

Association Poker Pays de Cornouaille

LOISIRS ADULTES (JOSIANE GOURVÈS) :

VENDREDI DE 14H À 18H

CONCOURS ADULTES (CLAUDE LE ROUX) :

4^{ÈME} VENDREDI DU MOIS À 20H30

Présentation annuelle de joueurs au championnat de France de Tarot.

5€ /AN



JARDIN COLLECTIF "LIORZH PENNKER"

En partenariat avec l'Ulamir du Goyen

A KERJESTIN FACE AU COLLÈGE
OUVERT MERCREDI ET VENDREDI DE 14H À 17H
5€ / AN

Un jardin au pied des tours pour petits et grands.
On y parle, découvre, échange des idées et bien
sûr on y jardine. Une visite s'impose...

SOIRÉE JEUX

Nicole Guitteny - Tél. 02 98 91 01 03

LE 1^{ER} SAMEDI DE CHAQUE MOIS À 19H (SI PIQUE-NIQUE)
DÉMARRAGE DES JEUX À 20H
SUR PLACE : CAFÉ, TISANE OU THÉ
PLACES LIMITÉES (20 PLACES)
5€ / AN

Sympathique soirée jeux de société, de lettres...



RENCONTRE-DÉTENTE

Nicole Guitteny - Tél. 02 98 91 01 03

MARDI DE 14H À 18H
5€ / AN

Un lieu où on se retrouve, on échange, on se rencontre autour d'un thé ou d'un café.

NOUVEAU

COUPE-COUTURE

Emilie Le Breton - Modéliste-toiliste

TOUT PUBLIC (MAXI 10 PERS.)
220€ / AN

Initiation aux techniques de bases de la couture et de la coupe. Des pièces d'études jusqu'à la réalisation de modèles plus élaborés et personnalisés. Acquérir des techniques pour être libre de s'amuser, créer et surtout être fier de son travail !

SORTIES PATRIMOINE

Nicole Guitteny - Tél. 02 98 91 01 03

1 DIMANCHE TOUS LES MOIS 1/2 : 3,50€ / VISITE
TARIFS DIFFÉRENTS SUR LES SORTIES EN EXTERIEUR
EN FONCTION DES LIEUX DE VISITES
PLACES LIMITÉES (CO-VOITURAGE)
5€ / AN

Découverte détendue des richesses de notre patrimoine : visites thématiques de la ville de Quimper, en présence d'un guide de la Maison du Patrimoine.

Septembre, avril, mai et juin, sorties à la journée à l'extérieur de Quimper. D'octobre à mars sorties sur Quimper.



POUR LES JEUNES DE 10 A 17 ANS

Le secteur jeunesse de la Maison Pour Tous accueille et organise des activités de loisirs, aide au montage de projets, pour les jeunes du quartier de 10 à 17 ans.

Les jeunes sont encadrés par des animateurs professionnels, tous titulaires d'un diplôme agréé par le Ministère de la Cohésion Sociale.

L'équipe d'animation de la MPT invite tous les jeunes qui le souhaitent au secteur jeunesse et de répondre aux demandes d'activités et de prise en charge de loisirs.

Pour les plus de 18 ans, le secteur jeunesse soutient les initiatives, l'aide au montage des associations et oriente vers les dispositifs d'insertion.

LES ACCUEILS PRÉ-ADOS (10-13 ANS) ET ADOS (14-17 ANS)

Les pré-adolescents et les adolescents sont accueillis dans des lieux séparés.

Chaque accueil bénéficie d'un aménagement spécifique et adapté aux besoins de chacun, avec billard, baby foot et jeux de société variés.

Ce lieu de rencontre est le point de départ des activités, des ateliers, des projets et des stages (pêche, atelier bois, mode, cuisine, voile...).



HORAIRES DES ACCUEILS

- Mardi et jeudi de 15h30 à 18h00
- Vendredi de 15h30 à 18h30
- Mercredi et samedi de 14h à 18h30

Accès libre avec la carte d'adhésion annuelle à la MPT d'un montant de 3€.

Pour les inscriptions 10-13 ans, nous souhaitons rencontrer les parents afin de leur présenter l'accueil et d'en définir les modalités.



LES ACTIVITÉS PONCTUELLES

Hors vacances Mercredi et samedi de 14h à 18h30

Vacances scolaires Du mardi au samedi de 14h à 18h30

Un programme est édité à chaque période de vacances

LES PROJETS

Différents projets peuvent être mis en oeuvre avec les jeunes participants aux activités, en collaboration avec l'équipe d'animation.

Week-end ou pendant les vacances scolaires / Tarifs selon revenu familial.

Des interventions décentralisées seront proposées tout au long de l'année dans les micro quartiers de Penhars.

LES ATELIERS

ACTIVITÉS MANUELLES En fonction des demandes des jeunes, pendant les temps d'accueil (bricolage, déco, jeux...)

PÊCHE Le vendredi soir de 17h à 18h.

Sorties nocturnes, pêches en mer, bateau collectif

ADHÉSION À LA MPT (3€)

39 BD DE BRETAGNE – TEL. 02 98 55 05 55

E-MAIL : JEUNESSE@MPTPENHARS.COM

f : TAPEZ "MPT PENHARS SECTEUR JEUNESSE"

UNE PLAQUETTE SPÉCIFIQUE DU SECTEUR JEUNESSE
SERA DISPONIBLE À LA RENTRÉE.

ACTIVITÉS MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

TARIFS ADHÉSION À LA MPT

Adultes 10€

Portes ouvertes Mardi 10 septembre 2013 de 16h à 20h

Jeunes adultes (18/25 ans) 4€

Démarrage des activités Lundi 16 septembre 2013

Jeunes (- de 18 ans) 3€

Assemblée Générale 4 avril 2014 à 18h15

Associations 35€

Découverte des activités La première séance d'essai est gratuite

Eveil et initiation à la danse /

Hip Hop / Local Musik /

Théâtre enfants et ados

ÉVEIL ET INITIATION À LA DANSE / HIP HOP / LOCAL MUSIK / THÉÂTRE ENFANTS ET ADOS

QF	TARIFS	RÉDUCTION
QF 1 / QF 2	0 à 540€	-30%
QF 3 / QF 4	541 à 750€	-20%
QF 5 / QF 6	751 à 1039€	-15%
QF 7 et +	1040€ et +	Pas de réduction



RÈGLEMENT DES ACTIVITÉS DE L'ANNÉE

L'inscription et le règlement se font à l'année. Les encaissements peuvent se faire au trimestre (se renseigner à l'accueil)

RÉDUCTIONS MPT ET AIDES FINANCIÈRES

Pour les adultes pratiquant plusieurs activités une réduction de 20 % sera accordée sur l'activité la moins élevée (réduction accordée également pour deux personnes de la même famille).

Hors activités encadrées par des bénévoles ou soumise au Q.F.

Tarifs selon QF pour les jeunes de moins de 18 ans (signalés par *) : fournir votre numéro allocataire CAF lors de l'inscription ou votre avis d'imposition 2012.

DISPOSITIF D'AIDE AUX LOISIRS

À QUI S'ADRESSENT-ILS ?

CONTACT

Les chèques vacances et chèques sport	Aux personnes en bénéficiant par l'intermédiaire de leur Comité d'Entreprise. Vous pouvez payer directement avec ces chèques vos activités.	Votre Comité d'Entreprise sur votre lieu de travail
Aides pour les allocataires RSA	Bénéficiaires d'un contrat d'insertion : vous pouvez obtenir une aide pour vos loisirs. La somme est fixée par la Commission Locale de Lutte contre les Exclusions	Votre référent insertion
Aide aux loisirs	Un seul membre par famille (enfant ou parent) au vu du quotient familial (entre 0€ et 504€) et être Quimpérois	CCAS : Rue Etienne Gourmelin Quimper Tél. 02 98 64 51 00

La MPT se réserve le droit de modifier des horaires ou d'annuler des activités si les effectifs sont insuffisants.



INFOS PRATIQUES

MAISON POUR TOUS DE PENHARS

39 BD DE BRETAGNE

29000 QUIMPER

TÉL. 02 98 55 20 61

Email : accueil@mptpenhars.com

Site : <http://www.mptpenhars.com>

HORAIRES D'OUVERTURE DE L'ACCUEIL

Lundi

de 13h30 à 17h

Du mardi au jeudi

de 10h à 12h et de 13h30 à 18h30

Vendredi

de 13h30 à 18h30

Samedi

de 14h à 16h30

