



Centre des Abeilles

SAISON

23

—

24

ÉDITO

Depuis 1965, le Centre des Abeilles, implanté au cœur de la cité de la Terre Noire, répond aux besoins des habitants. Il est né de la solidarité et du lien entre 100 familles qui ont fait sortir de terre, les 100 premières maisons du quartier.

Au fil des décennies, les maisons n'ont eut de cesse de germer, la population a évolué et le Centre des Abeilles déploie ses racines de plus en plus loin pour tisser le lien social entre les habitants.

Tel un arbre hébergeant de nombreuses espèces, le Centre des Abeilles est une maison solidaire accueillant toutes les générations dans leurs diversités. C'est un écosystème, des équipes de bénévoles, généralement habitants du quartier, des professionnels engagés, des associations... Grâce à ces personnes, grâce à ces équipes, grâce aussi à ses partenaires qui croient en la raison d'être de ce lieu commun et qui soutiennent le centre, nous sommes heureux de vous présenter la brochure de la nouvelle saison 2023/2024, dans laquelle vous retrouverez toutes les opportunités de vous détendre, d'apprendre, de découvrir et de prendre du plaisir.

En décembre dernier, les élus de la CAF ont validé le travail collectif de toute l'équipe autour du nouveau projet social pour 4 années. **Les 3 axes sont les suivants** : développer l'animation collective famille et ajuster les modes d'accueil des enfants et des jeunes aux moyens de la structure, impliquer les habitants dans la vie du centre pour faire vivre le projet social et aller vers les publics, s'adapter aux évolutions sociales et culturelles et travailler en réseau avec les partenaires du territoire.



Le Centre des Abeilles 2.0, a également donné un souffle de jeunesse au quartier avec sa façade relookée aux couleurs vives, ses abords végétalisés et sa nouvelle signalétique pour distinguer les deux entrées. Celle de droite permet de se diriger vers le pôle d'accueil qui distribue l'accès vers le secrétariat, la direction et les salles d'activités sportives, culturelles, artistiques et de loisirs. L'entrée de gauche, quant à elle, mène à la Ruche, espace dédié à l'enfance, la jeunesse et la famille.

Ce coup de peinture n'est pas que décoratif, il donne de la vie à la place des Castors et favorise l'accès pour tous. Nous remercions la CAF, la ville de Quimper, le Conseil départemental pour leur confiance et leur soutien financier renouvelé à chacun de nos projets associatifs. Nous remercions également la Fédération des Centres Sociaux qui nous accompagne depuis des années. Et bien sûr nous vous remercions, vous les adhérents, pour votre soutien, votre fidélité et votre engagement.

Nous nous réjouissons d'avance de cette ambitieuse saison placée sous le fil rouge de « **l'eau sous toutes ses formes** » et nous souhaitons vivement vous retrouver nombreux le 7 septembre à 17h pour le forum d'inscription du Centre des Abeilles.

Nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux membres de l'équipe : Hélène à la gym dynamique, Mélanie à la gym d'entretien, Thomas, à l'accueil et l'administration, Marianne, Luna et Corentin à l'animation de la Ruche.

Bonne rentrée et reprise des activités le 11 septembre 2023,
L'équipe

L'ÉQUIPE

LES BÉNÉVOLES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Rose Marie CROCHET, Bureau Collégial
Sylvie GUINAND, Bureau Collégial
Aurélien JEZEQUEL, Bureau Collégial
Laurence LEVALLOIS, Bureau Collégial
Gilbert MAGUER, Bureau Collégial
Armelle MENAND, Bureau Collégial
Christine PRIOL, Bureau Collégial
Denise CARIOU
Andrée ASCOËT
Monique JARDILLIER
Monique MOENNER
Denise SADOUR
Suzanne LE CORRE HUTEAU

LES MEMBRES DE DROIT :

La Mairie de Quimper
La CAF du Finistère

LES PROFESSIONNELS DE L'ÉQUIPE

Accueil, secrétariat et comptabilité
Christine QUELVEN

Accueil, gestion et administration
Thomas TRICHET

Direction
Salim MOKHNACHI

Entretien
Christian GAUDEL

Animation enfance jeunesse et familles
Rachel CLAEYSSSEN
Marianne VIAUD

Luna VOGT
Corentin SOURBIER

Animation numérique
Brigitte CHEDMAIL CAMPION

Animation activités
Hélène MAZENS
Nathalie RINGEISEN
Claudine MEVEL
Brigitte BOUCHAUD
Liudmyla MAUPOME
Mélanie HASCOËT

COMMISSIONS

Les commissions sont composées de bénévoles et de professionnels qui se réunissent pour concevoir, organiser, faire des propositions et animer des temps de rencontres et d'échanges.

Elles favorisent la participation des habitants et des adhérents à la vie du Centre.

Communication
Création et rédaction du journal de quartier (5 réunions par an).

Animation / Cadre de vie et Développement durable
Planification et organisation des animations et des temps forts.

Bibliothèque
Gestion de la bibliothèque et organisation des sorties au musée (4 réunions par an).

Les facteurs bénévoles
Ils distribuent les 2000 exemplaires de l'Écho de la Butte dans les boîtes aux lettres des habitants du quartier.

Projet
Animation et suivi du projet social.

L'AGENDA DES TEMPS FORTS & DES ANIMATIONS

SEPTEMBRE

Samedi 2 septembre

Install party en partenariat avec Linux.

Dimanche 3 septembre



Sortie familiale en vélo.

Jeudi 7 septembre de 17h à 19h



Forum des inscriptions au Centre.

Samedi 9 septembre :

Forum des clubs à Penvillers.

Lundi 11 septembre

Reprise des activités.

Dimanche 24 septembre



Sortie familiale « Les Terres de Nataé »

OCTOBRE

Samedi 14 octobre

Sortie culturelle visite guidée au FHDL de Landerneau « Sur les traces de Tolkien et de l'imaginaire médiéval » et visite de l'expo de Daoulas « La mort quelle affaire ! »

Vendredi 20 octobre

« Le temps de l'arbre » en partenariat avec les Espaces Verts de la Ville de Quimper.

Samedi 21 octobre



Atelier découverte de la Grèce en partenariat avec le comité de jumelage Quimper Lavrio.

Vendredi 27 octobre

Ciné débat « Alien Le retour » en partenariat avec la 29^{ème} dimension.

NOVEMBRE

Samedi 4 novembre

Ciné débat « 35 ans de Cinéma fantastique et d'horreur italien » en partenariat avec l'Amicale Italia Bretagne.

Du 20 au 25 novembre

Semaine de la Galice en partenariat avec le comité de jumelage Quimper Ourense.

DÉCEMBRE

Vendredi 1^{er} et Samedi 2 décembre



« Festival des solidarités » en partenariat avec le CICODES et les Maraîchers de la Coudraie.

Samedi 16 décembre

Ciné conférence sur les ballets Russes en partenariat avec l'Association Russo-phonie de Cornouaille.

Mercredi 20 décembre



Journée consacrée à la fête de Noël.

Jeudi 28 décembre

Sortie de Noël à Trévarez.

DE LA SAISON 2023-2024

JANVIER

Vendredi 5 janvier



Galette des rois et vœux

Samedi 13 janvier

Spectacle de Noël en partenariat avec l'Association Russophone de Cornouaille.

FÉVRIER

Samedi 3 février

Ciné débat « Mafia e imprese », (la mafia et les entreprises) en partenariat avec l'Amicale Italia Bretagne.

MARS

Vendredi 1^{er} mars

Ciné débat Science fiction en partenariat avec la 29^{ème} dimension.

Date à définir



Animations et ateliers autour de l'éducation à l'image dans le cadre du Projet PEL « Moins d'image, plus d'éducation ».

AVRIL

Dimanche 7 avril



Course d'orientation et chasse à l'œuf.

Vendredi 19 Avril



Assemblée Générale.

MAI

Samedi 4 mai



Événement Cosplay.

Dates à définir :

Troc et puces.

Atelier découverte du Maroc en partenariat avec l'association Breizh-Tamazgha.

JUIN

Samedi 15 juin



Fête des Abeilles.

Date à définir

Sortie culturelle au musée et pique-nique.

JUILLET-AOÛT



Vacances d'été au centre de loisirs.

LES ANIMATIONS DE LA RUCHE POUR LES ENFANTS

L'espace de la Ruche est un lieu dédié aux enfants, aux adolescents et à leurs parents. Tout y est pensé pour créer les conditions d'un accueil chaleureux et convivial pour toutes les familles.

Ouvert toute l'année, c'est un lieu d'échange pour souffler, se confier, se questionner ou simplement passer boire un café, rencontrer d'autres parents et s'organiser individuellement et collectivement pour ne plus se sentir seul face aux questions de parentalité.

C'est également un lieu de création, d'inventivité et d'animation dans lequel vous pouvez vous organiser entre ami(e)s pour sortir, vous divertir, préparer des projets pour vous, pour vos ados, pour les autres adultes ou pour les enfants des autres.

C'est un lieu qui sert à s'informer, à participer au projet du centre et c'est la porte d'entrée vers les loisirs, les activités régulières, les sorties familiales et les vacances.

Vous pourrez facilement y rencontrer Rachel et Marianne, l'équipe d'animatrices, qui vous accueilleront et vous accompagneront au quotidien.



Pour s'inscrire au centre de loisirs, il faut :

- Adhérer au Centre des Abeilles
- Remplir l'autorisation parentale
- Remplir la fiche sanitaire de liaison
- Fournir l'attestation CAF ou MSA du quotient familial ou avis d'imposition et composition du foyer pour ceux qui dépendent d'une autre Caisse.
- Fournir la copie de la carte vitale et mutuelle

ACCOMPAGNEMENT SCOLARITÉ

Jeunes du CP au CM2

Les mardis et jeudis de 16h45 à 18h45

CLAS : Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité en partenariat avec la CAF et les écoles Yves Le Manchec et Jean Monnet.

Il s'agit de faire le lien entre les familles, les établissements scolaires et d'offrir la possibilité aux enfants de se sentir à l'aise avec l'école et l'acquisition des savoirs, savoir être et savoir faire en proposant des alternatives aux apprentissages de l'école :

atelier d'expressions, approche pédagogique adaptée, insister sur les atouts et les forces, donner du sens à ce qu'ils font et apprennent.

Adhésion famille + 20€

CENTRE DE LOISIRS - SECTEUR ENFANCE

Jeunes à partir de 6 ans

Les mercredis de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30

Les enfants sont accueillis tous les mercredis en demi-journée ou en journée pleine (possibilité d'apporter son pique-nique).

Un programme est proposé à chaque période de vacances du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30.

• Formule matin ou après-midi

QF1 : 2€ / QF2 : 2,50€ / QF3 : 3,50€
QF4 : 4€

• Formule journée sans repas

QF1 : 3€ / QF2 : 4,50€ / QF3 : 6€
QF4 : 7,50€

• Formule vacances scolaires à la semaine (5 jours)

QF1 : 10€ / QF2 : 18€ / QF3 : 27€
QF4 : 35€

CENTRE DE LOISIRS - SECTEURS JEUNES

Jeunes à partir de 12 ans

Les vendredis soirs de 16h45 à 18h45 et pendant les vacances scolaires

Un espace pour se retrouver, jouer au baby-foot, écouter de la musique, organiser des soirées et sortir...

Prévoir 1 soirée par mois de 19h à 22h (sur inscription)

Coût : Adhésion jeune + tarifs selon les activités

L'HEURE DU CONTE ET KAMISHIBAI

Enfants de 2 à 6 ans accompagnés de parents ou grand-parents

Les mercredis de 10h30 à 11h30 (1 à 2 fois par mois)

Pour partir à l'aventure, sourire et rire aux éclats, viens voyager à travers des histoires amusantes et étonnantes.

À la bibliothèque

Intervenante : Rose Marie CROCHET

Gratuit (simple adhésion au centre)

COURS DE RUSSE

Enfants de 5 à 6 ans

Les samedis de 9h30 à 10h30

Enfants de 8 à 10 ans

Les samedis de 9h30 à 11h

Enfants de 10 à 12 ans

Les samedis de 9h30 à 11h

Association Russophone de Cornouaille

Tél. 06 67 96 45 27

Coût : 80€ + adhésion : 15€

TS & LES JEUNES

ATELIERS DES BEAUX ARTS



Jeunes à partir de 12 ans

Stages de 3 jours pendant les vacances

Les pratiques artistiques seront diversifiées, le travail sera individuel et collectif. Le déjeuner pourra être partagé sur place avec l'enseignante.

Intervenante : Isabelle MALLARD, enseignante d'arts plastiques aux cours publics de l'EESAB de Quimper.

- **Stage de Couleur et Peinture**
Du samedi 21 au lundi 23 octobre inclus (Vacances de Toussaint)

- **Stage de Techniques du dessin et croquis**
Du samedi 24 au lundi 26 février inclus (Vacances de février)

- **Stage de Volume**
Du samedi 20 au lundi 22 avril inclus (Vacances de Pâques)

Coût : QF1 : 39€ / QF2 : 44€ / QF3 : 51€
QF4 : 57€ / Extérieur QB0 : 67€

LES PETITS DÉBROUILLARDS



Tél. 06 37 56 99 19

Jeunes de 6 à 9 ans

- **Vie dans l'espace**

Du 28 février au 1^{er} mars de 9h30 à 12h

- **Insectes et petites bêtes**
Du 24 au 26 avril de 9h30 à 12h

Jeunes à partir de 9 ans

- **Stage Mini chefs**

Du 25 au 27 novembre de 14h à 16h30

- **Fusées et propulsions**
Du 28 février au 1^{er} mars de 14h à 16h30

- **Slime et autres pâtes surprenantes**
Du 24 au 26 avril de 14h à 16h30

LES ANIMATIONS COLLECTIVES EN FAMILLE

Les animations et sorties sont gratuites ou payantes selon les quotients familiaux. Vous pouvez vous inscrire par téléphone au 02 98 55 33 13 ou par mail : contact@centredesabeilles.fr ou animation@centredesabeilles.fr

LES ABEILLES AU THÉÂTRE

En partenariat avec le Théâtre de Cornouaille

Tarifs pour tous les spectacles

Adulte : 15€ / Enfant (- 12 ans) : 10€
Sauf "Cartoon" Adulte : 7€ / Enfant : 6€

Réservations et paiements avant le :

- 1 19 septembre
- 2 12 décembre
- 3 5 janvier
- 4 9 février
- 5 5 mars
- 6 11 mars
- 7 31 mai

Vendredi 29 septembre

- 1 En cas de péril imminent

Vendredi 22 décembre

- 2 Cartoon

Mardi 16 janvier

- 3 23 fragments de ces derniers jours

Mardi 20 février

- 4 Dub

Vendredi 15 mars

- 5 À la ligne

Jeudi 21 mars

- 6 Où je vais la nuit

Mardi 11 juin

- 7 Les gros patinent bien

LES ABEILLES AU MUSÉE

Samedi 14 octobre 2023

Visite guidée au FHEL de Landerneau « Sur les traces de Tolkien et de l'imaginaire médiéval » et visite de l'expo de Daoulas « La mort quelle affaire ! »

Février ou mars 2024

Visite guidée de l'exposition du FHEL

Avril 2024

Visite guidée de l'exposition du Musée des Beaux Arts de Quimper

LES AUTRES ANIMATIONS

Dimanche 3 septembre

Sortie familiale en vélo

Dimanche 24 septembre

Sortie familiale « Les Terres de Nataé »

Vendredi 20 octobre

« Le temps de l'arbre » en partenariat avec le service Espaces Verts de la Ville de Quimper

Mercredi 20 décembre

Journée de Noël

Jeudi 28 décembre

Sortie de Noël à Trévarez

Samedi 13 janvier

Spectacle de Noël en partenariat avec l'Association Russophone de Cornouaille

Dimanche 7 avril

Course d'orientation et chasse à l'œuf

Date à définir en mai :

Troc et puces

RENCONTRES, ÉCHANGES & JEUX

LES ABEILLES SOLIDAIRES

Adultes et seniors

Les mardis de 15h à 17h

Café, rigolade, rencontres, goûter et solidarité.
Gratuit (simple adhésion au centre)

CLUB DES ABEILLES ARPA

Adultes

Les vendredis de 14h à 17h30

Bénévole : Huguette MARTELLINI

CLUB DE SCRABBLE QUIMPER

Adultes

Les lundis à 20h

et les samedis à 16h30

Tél. 06 64 22 51 31

Coût : 35€ + adhésion : 50€

ATELIER SCRABBLE

Tout public

Les jeudis de 14h30 à 16h30

Intervenante : Andrée MONSIMER

Participation : 40€

GRAINTHÈQUE AUX ABEILLES ON SÈME

Le 2^{ème} jeudi de chaque mois

Partage libre de graines, basé sur l'échange et la gratuité. Toutes les graines de légumes, fruits, fleurs sont acceptées du moment qu'elles n'ont subi aucun traitement chimique, qu'elles ne sont pas invasives ou F1.

Activités diverses avec Maryse autour de la grainothèque pour favoriser le lien social et participer à la biodiversité.
Gratuit

ATELIER MÉMOIRE DE BASE

Les lundis de 10h à 12h

et de 14h30 à 16h30 (20 séances)

Pour ceux qui s'inquiètent de leur mémoire, nous proposons un atelier permettant de comprendre les mécanismes de la mémorisation, de renforcer et de dynamiser sa propre mémoire, dans une ambiance ludique et conviviale.

Intervenantes : Bernadette D'HERVÉ, Marie Françoise GUILLERY et Cécile OUVRANS

Participation : 40€

ATELIER MÉMOIRE DE SUIVI

Les vendredis de 10h à 12h NOUVEAU

Pour ceux qui souhaitent aller plus loin après l'atelier de Base, il est proposé un atelier de Suivi afin de poursuivre l'expérience.

Intervenants : Bernadette D'HERVÉ et Jean Paul BERTHELÉ

Participation : 40€

ATELIERS CULINAIRES NOUVEAU

Jeunes et adultes

Les mardis et jeudis de 18h à 22h

19 et 21 septembre / 17 et 19 octobre / 14 et 16 novembre / 5 et 7 décembre

L'ensemble du matériel et ingrédients sont fournis : légumes de saison de la ferme de La Coudraie (grande diversité de goûts, formes et couleurs ...), ainsi que les autres ingrédients nécessaires de leurs partenaires en bio (pain, farine, épices...).

Les Maraîchers de la Coudraie

Tél. 02 98 66 66 93

Coût : 20€ par atelier de 2 heures



Dans cette plaquette, les groupes d'échanges sont signalés par le logo du Centre.

BALADES > 3 À 5 KM

Tout public

Les mardis, départ du Centre à 14h

Participation : 20€

BALADES DÉCOUVERTES

Tout public

Les mardis, de 9h30 à 12h

Départ du Centre

Participation : 20€

MARCHE 1 > 8 À 10 KM

Tout public

Les mardis à 13h45

Départ au parking de Ty Rouz.

Participation : 20€

MARCHE 2 > 9 À 12 KM

Tout public

Les mardis, départ du Centre à 13h30

Randonnée tout tranquille en papotant.

Participation : 20€

RANDONNÉES > PLUS DE 12 KM

Tout public

Les jeudis de 13h30 à 17h

Départ du Centre

Participation : 30€

SPORT, FORME ET BIEN-ÊTRE

DANSE MODERN JAZZ

Jeunes et adultes

**Les jeudis de 18h30 à 20h
et de 20h à 21h30**

Intervenante : Liudmyla MAUPOME

Coût adulte : 200€

Coût jeune : QF1 : 75€ / QF2 : 105€

QF3 : 120€ / QF4 : 145€

GYM DYNAMIQUE-STRETCHING

Jeunes et adultes

**Les mardis de 18h à 19h
et de 19h15 à 20h15**

Intervenante : Hélène MAZENS

Coût : 145€

DÉTENTE ET MOBILITÉ COMPLET

Tout public

Les jeudis de 12h à 13h15

Gym méthode Ehrenfried, une approche corporelle globale, respectueuse du rythme de chacun.

Intervenante : Brigitte BOUCHAUD

Coût : 200€

QI GONG COMPLET

Tout public

**Les jeudis de 9h30 à 10h45
et de 10h45 à 12h**

Les mouvements sont lents, fluides et denses, le corps s'assouplit et se renforce...

Intervenante : Brigitte BOUCHAUD

Coût : 200€

ATELIER ÉQUILIBRE

Tout public

Les jeudis de 15h30 à 16h30

Encadré par Sophie GILLES, professeure de danse diplômée d'État.

Association Tamm Kreizh

Tél. 02 98 82 62 55 Coût : 65€ les 12

séances + adhésion : 15€

GYM D'ENTRETIEN

Tout public

**Les mardis de 9h30 à 10h30
et les vendredis de 11h à 12h**

Intervenante : Mélanie HASCOËT

Coût : 145€

HATHA YOGA BASES

Jeunes et adultes

Les mercredis de 17h à 18h15

Permet de découvrir et approfondir postures et respiration de Yoga sans dégâts.

Intervenante : Nathalie RINGEISEN

Coût : 200€

HATHA YOGA

Jeunes et adultes

Les mercredis de 18h30 à 19h45

Pour les Yogis plus expérimentés, ou non-initiés dont les corps sont bien disponibles pour l'intégration.

Intervenante : Nathalie RINGEISEN

Coût : 200€

YOGA NIDRA

Jeunes et adultes

Les mercredis de 20h à 21h

Relâcher les tensions physiques, émotionnelles et mentales.

Intervenante : Nathalie RINGEISEN

Coût : 145€

TAÏCHI NOUVEAU

Jeunes et adultes

Les lundis de 18h30 à 19h30

Intervenants : Serge PARISI, 7^{ème} dan et juge fédéral et Stéphanie PARISI, 5^{ème} dan et juge fédérale.

Association wingtsun breizh

Tél. 06 28 32 93 59

Coût : 200€ + assurance : 30€

SELF DÉFENSE, NOUVEAU WING TSU, ESCRIMA

Jeunes et adultes

Les lundis de 19h30 à 20h30

Intervenants : Serge PARISI, 7^{ème} dan et juge fédéral et Stéphanie PARISI, 5^{ème} dan et juge fédérale.

Association wingtsun breizh

Tél. 06 28 32 93 59

Coût : 220€ + assurance : 30€

CRÉATION ET EXPRESSION ARTISTIQUE

DESSIN THÈMES GÉNÉRAUX

Les lundis de 14h à 17h

Démarrage le 25 septembre 2023

Les vendredis de 14h à 17h

Démarrage le 29 septembre 2023

10 personnes maxi pour être accompagné personnellement.

Venez apprendre ou vous perfectionner en dessin. Cet atelier vous permet d'affiner votre observation et de gagner en confiance dans votre dessin pour plus de créativité. Outils et supports variés.

Intervenante : Laure SUREAU

Contact : 06 89 85 04 48

Coût : 465€*

DESSIN THÈMES DU CORPS HUMAIN

Les mardis de 10h à 12h

Démarrage le 26 septembre 2023

10 personnes maxi pour être accompagné personnellement.

Pratiques avec et sans modèle pour étudier l'anatomie et le mouvement par la théorie et le concret. Techniques mixtes.

Intervenante : Laure SUREAU

Contact : 06 89 85 04 48

Coût : 310€* + 50€ pour les modèles

DESSIN THÈMES DU PORTRAIT

Les vendredis de 9h30 à 12h30

Démarrage le 29 septembre 2023

10 personnes maxi pour être accompagné personnellement.

Du portrait classique au plus inattendu. Techniques de dessin mixtes.

Intervenante : Laure SUREAU

Contact : 06 89 85 04 48

Coût : 465€*

** Si des participants prennent deux cours de dessin, ils bénéficient d'une réduction de 5% sur le total de la somme des deux cours.*

PEINTURE LIBRE

Adultes

Les mardis de 14h à 17h30

Participation : 40€

AQUAPASTEL

Adultes

Les mardis de 18h à 20h30

Participation : 40€

EXPRESSION LIBRE

Adultes

Les vendredis de 16h à 18h

Bénévole : Nicole LE DÉROFF

Participation : 40€

ENLUMINURE

Jeunes et adultes

1 samedi par mois de 13h à 17h

1 dimanche par mois de 13h à 17h

Tous niveaux (débutants à confirmés)

Reprise le 30 septembre

Intervenant : Eric NGUYEN

Contact : 06 51 25 02 52

Mail : illuminare.or@gmail.com

Coût : 77€ par trimestre

CALLIGRAPHIE

Jeunes et adultes

2 lundis par mois de 17h30 à 19h30

1 dimanche par mois de 9h à 12h

Tous niveaux (débutants à confirmés)

Reprise le 25 septembre et 1^{er} octobre

Intervenant : Eric NGUYEN

Contact : 06 51 25 02 52

Mail : illuminare.or@gmail.com

Coût : 62€ ou 47€ par trimestre

ENTRAIDE TRICOT ET CROCHET ☀

Adultes

Les jeudis de 14h à 17h

Bénévole : Sylviane QUAREN

Participation : 40€

ATELIER COUTURE

Jeunes et adultes

**Les mardis ou jeudis de 14h à 17h
ou de 18h à 21h**

16 séances par an, calendrier disponible à l'accueil.

Intervenante : Claudine MEVEL

Coût : 240€

GROUPE COP'COUTURE ☀

Adultes

Les lundis de 14h à 17h

Participation : 40€

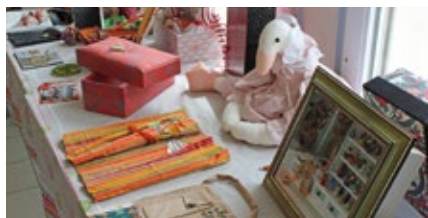
PATCHWORK ☀

Adultes

2 vendredis par mois de 13h30 à 16h30

Participation : 40€

LOISIRS CRÉATIFS ☀



Adultes

Les vendredis de 14h à 18h

Bénévoles : Annette COUPAT et Mireille YVENOU

Participation : 70€

ENCADREMENT ET CARTONNAGE

Jeunes et adultes

1 samedi tous les 15 jours de 14h à 16h

Reprise le 23 septembre

Intervenante : Gaëlle DEMAUREY

Association Encadrez-vous

Tél. 06 62 51 39 93

Coût : 200€ l'année ou 20€ la séance

PHOTO-DARD ☀

Jeunes et adultes

2 jeudis par mois de 18h30 à 20h30

Participation : 70€

SORTIES PHOTOGRAPHIQUES

Adultes

1 vendredi par mois de 14h à 17h

6 sorties + 1 séance d'analyse d'images

Calendrier disponible à l'accueil

Intervenante : Véronique BROD

Contact : 06 81 90 31 40

Coût : 170€

PHOTOGRAPHIE INITIATION ET PERFECTIONNEMENT 1

Jeunes et adultes

10 mardis par an de 18h30 à 20h30

Calendrier disponible à l'accueil

Intervenante : Véronique BROD

Contact : 06 81 90 31 40

Coût : 190€

PHOTOGRAPHIE PERFECTIONNEMENT 2

Jeunes et adultes

5 jeudis par an de 18h30 à 20h30

Calendrier disponible à l'accueil

Intervenante : Véronique BROD

Contact : 06 81 90 31 40

Coût : 100€



GROUPE VOCAL JEF LE PENVEN

Adultes

Les mardis de 20h30 à 22h15

Reprise le 12 septembre

Le nouveau groupe vocal de 20 choristes et son nouveau chef Serge MÉDOT préparent, à partir de septembre un concert de Noël. Recrute tous pupitres, et invite à découvrir le groupe en assistant à une répétition.

Tél. 06 43 06 33 90

Coût : 110€

MUSIQUE DE CORNEMUSES

Jeunes et Adultes

Le mercredi après-midi

Association An Douar Du

Intervenant : Jean Yves MAGRÉ, titulaire d'un DEM.

Tél. 06 80 65 90 00

Coût : 17,50€ pour 30 minutes

157,50€ le forfait de 10 cours

ATELIER D'INITIATION GUITARE

Jeunes (+ de 7 ans) et adultes

**Les mercredis de 14h à 16h et les
samedis de 10h à 12h**

Atelier individuel de 30 minutes

Démarrage le 27 septembre

Association Le Cèdre Musical

Intervenante : Virginie TURGOT

Tél. 06 75 51 05 55

Coût : 150€ / trimestre + adhésion : 10€

450€/ an + adhésion : 10€

CULTURE ET LANGUES

LA BIBLIOTHÈQUE

La bibliothèque du centre est un service pour les adhérents qui peuvent emprunter des livres gratuitement. Les habitants non-adhérents règlent leur adhésion au centre.

Nous offrons un choix d'environ 1800 livres pour adultes et autant pour les enfants. Nous achetons des nouveautés pour adultes 3 fois par an, environ 120 livres et 1 à 2 fois par an pour les enfants.

Nous recevons les classes de l'école Yves Le Manchec pour des lectures et des prêts de livres.

Nous organisons des discussions autour des livres tous les 2 mois, le mardi à 18h, ainsi que des sorties culturelles en covoiturage (Musée de Pont-Aven, FHÉL...).

La bibliothèque participe aux animations organisées par le Centre : Fête des Abeilles, A vol d'oiseau,...

Les horaires d'ouverture sont :

- Le mardi de 14h à 18h
- Le mercredi de 16h à 17h30
- Le vendredi de 14h à 18h30
- Pendant les petites vacances :
Le vendredi de 16h30 à 18h30
- Pendant les grandes vacances :
Le vendredi de 17h à 18h30



Une section du site internet du centre est réservée à la bibliothèque : vous pouvez y consulter la liste et le résumé des livres. (A voir dans « Services de proximité »)

COURS D'ESPAGNOL

Débutants

Les mercredis de 15h15 à 16h45

Faux-débutants

Les vendredis de 13h45 à 15h15

Intermédiaires

Les mercredis de 13h45 à 15h15

Niveau avancé

Les lundis de 14h à 15h30

Comité de jumelage Quimper Ourense
Intervenante : Suzanne LE CORRE HUTEAU
Tél. 06 61 39 86 76
Mail : lecorrehuteaus@gmail.com
Coût : 180€

COURS D'ESPAGNOL

Intermédiaires

Les vendredis de 9h30 à 11h

Animate, habla español !

Les mercredis de 18h15 à 19h45

Confirmés

Les vendredis de 11h à 12h30

Comité de jumelage Quimper Ourense
Intervenante : Delphine BOUCHET
Tél. 06 24 19 18 45
Coût : 180€

ENGLISH CONVERSATION

Adultes

Les mercredis et jeudis de 10h à 11h30

Bénévole: Viviane ARNAUD
Participation : 40€

COURS DE CHINOIS

Débutants : + de 12 ans et adultes

Jours et horaires à déterminer

Aucun prérequis n'est nécessaire.
Les méthodes d'apprentissage de l'écriture et de la reconnaissance des caractères seront présentées. Elles feront appel aux techniques modernes de mémorisation et à l'usage de ressources informatiques.

Intervenant : André BOULOUARD
Coût : 40€

Niveau avancé

Jours et horaires à déterminer

Ce cours s'adresse aux personnes ayant déjà appris un minimum de bases de la langue chinoise et souhaitant reprendre ou continuer l'étude de la langue, avec la possibilité de préparer l'examen du nouvel HSK 1 (2024) et d'étudier la culture chinoise..

Intervenant : André BOULOUARD
Coût : 40€

COURS DE RUSSE

Adultes

Les samedis de 9h30 à 10h30 et de 11h à 12h

Enfants de 5 à 6 ans

Les samedis de 9h30 à 10h30

Enfants de 8 à 10 ans

Les samedis de 9h30 à 11h

Enfants de 10 à 12 ans

Les samedis de 9h30 à 11h

Association Russophone de Cornouaille
Tél. 06 67 96 45 27
Coût enfant : 80€ + adhésion : 15€
Coût adulte : 180€ + adhésion : 15€

COURS D'ITALIEN

Démarrage le lundi 25 septembre

Groupe libre

Les lundis de 10h à 12h

Débutants 1

Les mardis de 17h30 à 19h30

Débutants 2

Les lundis de 17h30 à 19h

Confirmés

Les mercredis de 18h à 19h30

Approfondissement

Les jeudis de 16h30 à 18h

Sfide

Les jeudis de 18h à 19h30

Mini conférence

Les mercredis de 16h30 à 18h

Biopic, personaggi famosi

Les jeudis de 19h30 à 21h

Amicale Italia Bretagne

Intervenantes : Cristina FARIGU et
Mme CHAUMET

Tél. 06 86 11 54 21

Coût : 175€ + adhésion : 25€ par foyer

COURS DE LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE **NOUVEAU**

Adultes

Les jeudis de 9h à 10h

15 cours par an

Groupe de 6 à 12 personnes

Mail : breizh.signes@gmail.com

LES ABEILLES NUMÉRIQUES



Linux

Jeunes et adultes

Les jeudis de 16h à 18h

L'équipe de bénévoles du Centre des Abeilles vous propose un suivi, une maintenance pour tous vos appareils sous logiciels libres.

C'est également le rendez-vous des adeptes de GNU/Linux et des logiciels libres qui désirent échanger et partager leurs connaissances, ou leur ignorance, dans ce domaine.

DON D'ORDINATEURS

Un geste social et environnemental

Une équipe de bénévoles, avec l'aide de Linux Quimper récupère des ordinateurs déclassés, les reconditionne avec des logiciels libres et les distribue gratuitement en priorité aux personnes et aux associations en situation financière difficile.

Inscription au 07 44 61 10 61

Gratuit (simple adhésion au centre)

LES BONS USAGES DU NUMÉRIQUE

Tout public

Tous les lundis :

11h à 12h30 / 13h30 à 15h / 15h15 à 16h45

Tous les mardis :

11h à 12h30

Tous les jeudis :

11h à 12h30 / 13h30 à 15h

Ateliers individuels de 1h30 pour accompagner celles et ceux qui ont besoin d'être rassurés ou pour l'utilisation d'applications spécifiques.

Intervenante : Brigitte CHEDMAIL
CAMPION

Inscription au 02 98 55 33 13 ou
abeillesnumeriques@centredesabeilles.fr
Gratuit (simple adhésion au centre)

QUESTIONS NUMÉRIQUES SENIOR

Adultes

Tous les mardis de 13h30 à 15h30

Ateliers pour faciliter l'utilisation des outils numériques : smartphone, tablettes... pour les personnes utilisant régulièrement le numérique mais ayant des questions pratiques.

Intervenants : Brigitte CHEDMAIL
CAMPION et Jean Yves MAILFERT
Gratuit, sans inscription

Sont partenaires de ces actions :



PARTENAIRES

AMICALE ITALIA BRETAGNE

Cours d'italien

71, bis vieille route de Rosporden - Quimper

Tél. 06 86 11 54 21

www.amicaleitaliabretagne.fr

AN DOUAR DU

Musique de cornemuses

Jean Yves MAGRÉ

Tél. 06 80 65 90 00

ARPAQ

Club de retraités et personnes âgées

4, avenue des Cols Verts- Quimper

Tél. 02 98 55 53 86

Mail : arpaq@orange.fr

www.arpaq.fr

ASSOCIATION RUSSOPHONE DE CORNOUAILLE

Cours de russe

Sabina DOMORAK

Tél. 06 67 96 45 27

Mail : arc_quimper@yahoo.com

<https://russophonesdecornouaille.fr>

AUX ABEILLES ON SÈME

Grainothèque

Maryse

Mail : maetyve@yahoo.fr

CICODES

Festival des solidarités

Maison Pierre Waldeck-Rousseau

1 Allée Mgr Jean René Calloc'h - Quimper

www.cicodes.org

CLUB DE SCRABBLE DE QUIMPER

Jean BERTHO

Tél. 06 64 22 51 31

Mail : jean.bertho_s@orange.fr

COMITÉ DE JUMELAGE QUIMPER-LIMERICK

4 rue Sergent le Flao - Quimper

Mail : quimper.limerick@gmail.com

COMITÉ DE JUMELAGE QUIMPER-LOIRENNE

Cours d'Espagnol

Maison Pierre Waldeck-Rousseau

1 Allée Mgr Jean René Calloc'h - Quimper

Tél. 02 98 52 01 15 ou 06 75 20 49 80

loirennequimper.blogspot.com

ÉESAB

Stages arts-plastiques enfants

Isabelle MALLARD

Tél. 02 98 55 61 57

Mail : contact@eesab-quimper.fr

ENCADREZ-VOUS

Encadrement et cartonnage

Gaëlle DEMAUREY

5 rue Joliot Curie - Trefflagat

Tél. 06 62 51 39 93

Mail : gdemasurey@yahoo.fr

GROUPE VOCAL JEF LE PENVEN

Marie-José MOAL

Tél. 06 43 06 33 90

groupevocal-jeflepenven.fr

LA 29^{ÈME} DIMENSION

Animations autour de la science fiction

Tél. 06 24 38 64 27

Mail : la29dimension@gmail.com

www.la29emedimension.fr

LE CÈDRE MUSICAL

Atelier d'initiation guitare

Virginie TURGOT

Tél. 06 75 51 05 55

Mail : virginie.guitare29@gmail.com

LES AUXILIAIRES DES AVEUGLES

Cours de cuisine

Josiane JONCOUR

Tél. 06 38 99 50 87

Mail : auxiliaires.aveugles29@laposte.net

LES MARAÎCHERS DE LA COUDRAIE

Ateliers culinaires

271 Route de Guengat - Quimper

Tél. 02 98 66 66 93

Mail : animlacoudraie@gmail.com

LES PETITS DÉBROUILLARDS

Stages sciences enfants

Geneviève CANIVENC

41, rue de Kerfeunteun - Quimper

Tél. 06 37 56 99 19

Mail : g.canivenc@debrouillonet.org

www.lespetitsdebrouillardsgrandouest.org

LINUX QUIMPER

Numérique, don d'ordinateurs

Tél. 07 44 61 10 61

Mail : contact@linuxquimper.org

linuxquimper.org

TAMM KREIZH

Atelier équilibre

Sophie GILLES

Tél. 02 98 82 62 55

Mail : association.tammkreiz@gmail.com

www.association-tammkreiz.com

WINGSUN BREIZH

Self défense, wing chun kung fu, escrime

Serge et Stéphanie PARISI

Tél. 06 28 32 93 59

Mail : wingsunbreizh@gmail.com

LES SERVICES DE PROXIMITÉ

ACCUEIL

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

Écoute, renseignements, photocopies, inscriptions...

Accompagnement des projets des habitants et des associations.

Vous avez des idées, des attentes ? Venez nous rencontrer !

INFORMATION

Journal de Quartier : L'Écho de la Butte

Affichage : brochures socio-culturelles, culturelles et sportives

Site : www.centredesabeilles.fr

Newsletter : Dizale aux Abeilles

Facebook : [centre.desabeilles](https://www.facebook.com/centre.desabeilles)

Petites annonces : affichage dans le hall d'entrée

ACCÈS LIBRE

Internet, Point doc, revues, presse, infos loisirs, infos sociales.

BIBLIOTHÈQUE

Horaires d'ouverture :

- Le mardi de 14h à 18h
- Le mercredi de 16h à 17h30
- Le vendredi de 14h à 18h30
- Pendant les petites vacances : Le vendredi de 16h30 à 18h30
- Pendant les grandes vacances : Le vendredi de 17h à 18h30

Contact : biblio@centredesabeilles.fr

ESPACES EXTÉRIEURS

Terrain de basket derrière le centre

Terrain de boules sur la droite

PRÊT DE SALLES

Aux familles du quartier, associations et groupes.

SIÈGE SOCIAL D'ASSOCIATIONS

POINT RELAIS UN BOUCHON POUR UN SOURIRE

LES EXPOSITIONS

Les murs du centre des abeilles sont ouverts à tous, amateurs de dessin, de photos, de collage, de peinture et toute autre forme d'expression artistique.

Vous pouvez nous solliciter pour y organiser votre exposition ou retrouver les expositions qui sont présentées tout au long de l'année en lien avec les différents événements du centre (ateliers découverte ou temps forts...).

En fin d'année, nous réservons les murs à nos groupes d'activités artistiques pour présenter les travaux de l'année.

ZONE DE GRATUITÉ

Un espace extérieur d'échange est aménagé devant le centre avec la possibilité de prendre ou de déposer, des livres, de la vaisselle, des jeux et des jouets et des graines ou tout ce qui est en lien avec le jardinage, outils, ouvrages...

Cet espace est un lieu de partage, d'échange et à disposition de tous, grands et petits, il est donc important de n'y laisser que des ouvrages ou des objets qui sont utilisables et visibles par tous.

Il est également important de laisser des objets qui sont en bon état pour éviter de transformer cet espace de liberté en poubelle.

RELAIS PETITE ENFANCE OUEST

Ateliers d'éveil à thèmes en direction des assistantes maternelles.

Contact R.P.E.O. : 02 98 98 86 51

BABY SITTING

Une liste à disposition pour les parents.

Inscriptions en septembre, jeunes de + de 16 ans. Adhésion 5€



ACCUEIL & RENSEIGNEMENTS

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

4, rue Sergent Le Flao - 29000 Quimper

Tél : 02 98 55 33 13 • Mail : contact@centredesabeilles.fr

Facebook : [centre.desabeilles](https://www.facebook.com/centre.desabeilles) • www.centredesabeilles.fr

FORUM DE LA RENTRÉE

Jeudi 7 septembre de 17h à 19h

Inscriptions et adhésions.

Rencontre avec les animateurs(trices), les bénévoles, présentation des ateliers et des associations partenaires.

ADHÉSION AU CENTRE DES ABEILLES

Période de validité : du 1/09/2023 au 31/08/2024

L'adhésion est obligatoire pour pouvoir participer aux activités régulières et ponctuelles. La double adhésion pour les adhérents aux associations partenaires est obligatoire.

- Adultes : 13€
- Jeunes : 5€
- Familles : 18€
- Associations et groupes : 25€

Les tarifs indiqués dans la plaquette s'entendent pour une saison (ou stage) et hors adhésion.

- QF1 < 650€
- 651€ < QF2 < 900€
- 901€ < QF3 < 1200€
- QF4 > 1201€

Fournir l'attestation de quotient familial CAF ou le dernier avis d'imposition et le dernier relevé de prestations familiales mensuelles CAF/MSA.

RÈGLEMENT DES ACTIVITÉS

Le règlement de l'activité est à effectuer en septembre pour la totalité de l'année. Il est toutefois possible de régler en trois chèques à remettre le jour de l'inscription et datés du jour de l'émission.

Nous acceptons les chèques vacances et les coupons sport de l'ANCV pour certaines activités, les participations de vos comités d'entreprise, les passeports Loisirs et Culture Cezam ALVAC délivrés par vos CE, les aides aux loisirs du CCAS et de la Mission Locale.

DATES DES VACANCES

Les activités se déroulent hors vacances scolaires et hors jours fériés à partir du 11 septembre (sauf exceptions).

- Toussaint du 22/10 au 05/11/23
- Noël du 24/12 au 07/01/24
- Hiver du 25/02 au 10/03/24
- Printemps du 21/04 au 05/05/24
- Pont de l'ascension de 9/05 au 12/05/24

1 séance découverte est proposée sur inscription pour certains cours.

L'association se réserve le droit d'annuler ou de modifier une activité pour raison importante (ex : nombre d'inscriptions insuffisantes, défection de l'encadrant...).

REMBOURSEMENT DES COTISATIONS

Uniquement en cas de force majeure et sur demande écrite accompagnée d'un justificatif. L'éventuel remboursement sera effectif à compter de la date de réception de la demande écrite. L'adhésion reste toujours acquise à l'Association.

Un certificat médical de non contre-indication est recommandé pour la pratique des activités physiques (gymnastique, danse, marche, randonnée, et balade).

BOUCHERIE CHARCUTERIE

Fabrice Mével

02 98 55 34 48



Les ciseaux de Cécile

Coulture mixte

02 98 55 82 01



ARMOR céramique

Le spécialiste des carrelages et céramiques
02 98 53 82 50

