



MJC / MPT / centre social
association d'éducation populaire

**FAMILLE – VIE SOCIALE
VIE DE QUARTIER**



Animations collectives adultes et familles

Sorties collectives et familiales

Le temps d'une journée ou d'un après-midi partir ensemble découvrir un lieu, un paysage, une activité. Ouvertes à tous et toutes, ces sorties s'imaginent avec vous, au fil des envies et des saisons. Une manière simple de partager un moment, de tisser des liens, et de faire famille au-delà du cercle familial.

Un samedi par mois et d'autres rendez-vous pendant les vacances scolaires

Réunions de préparation des sorties chaque premier vendredi du mois à 10h

Séjours collectifs et familiaux

Partir quelques jours, changer d'air, se retrouver autrement. Ces séjours sont entièrement organisés collectivement. Ils permettent de vivre une parenthèse ensemble, loin des contraintes du quotidien. C'est l'occasion de créer des souvenirs communs et de renforcer les liens, entre membres de la famille, entre habitants.

CONTACT

Henriane LE GOUILL
henriane.le-gouill@mjckerfeunteun.org



Adultes

Français Langue Étrangère (FLE)

Apprendre ou perfectionner son français oral et écrit, pour mieux vivre, échanger et s'ouvrir à la vie locale. Ces ateliers conviviaux sont encadrés par un groupe de bénévoles, on y progresse dans une ambiance chaleureuse où l'on apprend aussi les uns des autres.

Le mardi de 10h à 12h et le jeudi de 14h à 16h
15€/an + adhésion MJC

Sport Santé

En partenariat avec le service des sports de la Ville de Quimper et la maison sport santé en Cornouaille. Sur prescription médicale, reprenez une activité physique adaptée à votre santé. Séances encadrées par Vincent, animateur sportif diplômé remise en forme. Une année où chacun trouve son rythme et pourra être orienté vers une activité adaptée à l'issue de la saison.

Le vendredi de 15h30 à 16h30
De 15€ à 50€ /an selon QF + adhésion MJC

Repair Café

Un objet cassé, une machine en panne ? Plutôt que de jeter, on répare, ensemble. Le Repair Café réunit des bénévoles bricoleurs et des habitants curieux d'apprendre, autour d'un café et d'une belle idée : donner une seconde vie aux objets, et créer du lien par la même occasion.

Le samedi de 14h à 16h30
Gratuit, sur inscription.
Calendrier à venir



Familles

Accompagnement à la scolarité

Un coup de pouce pour prendre confiance et avancer à son rythme. Des bénévoles engagés accompagnent les enfants du CP à la 6e dans leur scolarité.

Une relation de soutien et d'écoute pour les jeunes et leur famille. Des séances en 3 temps : goûter, accompagnement pour les apprentissages et ateliers ludiques.

Le mardi et le jeudi de 16h45 à 18h30. Tarif : 40€ + adhésion famille

Ateliers parents-enfants

Les P'tits Vendredis

Un vendredi par mois, partagez un moment complice avec votre enfant, autour du jeu, de la motricité et de la découverte sensorielle. En partenariat avec le relais petite enfance et la Halte-Garderie La Fontaine, les parents bénéficient des conseils des professionnel·les de la petite enfance.

3€ par famille et par séance (ou 20€ les 10 séances) + adhésion famille

Pour les 0-3 ans et leurs parents

Les 9 octobre et 23 octobre et le 27 novembre de 9h30 à 11h30 - puis dates communiquées ultérieurement pour 2027

Bougeothèque

Les tout-petits partent à la conquête de l'espace : ramper, grimper, rouler, sauter. Tapis moelleux, modules à escalader, parcours à imaginer : chaque séance est une invitation au mouvement libre, guidée par un animateur sportif. Pendant que les enfants se dépensent, les parents se posent un instant pour échanger, ou simplement regarder grandir les petits explorateurs.

Tous les 3^e samedis du mois de 9h30 à 10h30, et le mercredi pendant les vacances en accueil libre entre 9h30 et 11h30

3€ par famille et par séance + adhésion famille

Pour les 2-5 ans et leurs parents



Questions de parents

Des Rendez-vous tout au long de l'année pour poser ses questions, partager ses doutes, ou simplement écouter d'autres parents sur une thématique. Autour d'un café, ces rencontres abordent les petites et grandes questions du quotidien familial, avec la présence de professionnel·les on se partage les conseils entre parents.

15 septembre à 18h

L'arrivée au collège, comment gérer ce changement ?

octobre (date à venir)

Lborder la vie affective et sexuelle avec son enfant

24 novembre à 18h30

Lonflits du quotidien en famille : comprendre, dialoguer, apaiser



Sport en famille

Une fois par mois, parents et enfants se retrouvent pour une séance sportive encadrée par un éducateur sportif de la Ville de Quimper.

Un samedi par mois

à partir de 6 ans

2€ par séance et par famille



Récapitulatif des activités adultes-familles

SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE
04/09 à 10h réunion sorties collectives	02/10 à 10h réunion sorties collectives	06/11 à 10h réunion sorties collectives	04/12 à 10h réunion sorties collectives
	09/10 9h30 à 11h30 p'tit vendredi		
15/09 à 18h questions de parents "l'entrée au collège"		24/11 à 18h30 questions de parents "les conflits en famille"	
19/09 9h30 à 11h30 bougeothèque	17/10 9h30 à 11h30 bougeothèque	21/11 9h30 à 11h30 bougeothèque	19/12 9h30 à 11h30 bougeothèque
	21/10 9h30 à 11h30 bougeothèque		
	23/10 9h30 à 11h30 p'tit vendredi	27/11 9h30 à 11h30 p'tit vendredi	23/12 9h30 à 11h30 bougeothèque
	28/10 9h30 à 11h30 bougeothèque		30/12 9h30 à 11h30 bougeothèque

Vie de quartier

La vie associative ne se limite pas à ce qu'il se passe à la MJC, les animateurs du pôle **Vie de Quartier** vont à la rencontre des habitants, là où ils vivent. Pour développer des actions collaboratives avec le public, proposer des actions de solidarité avec les partenaires, nous valorisons le potentiel, le savoir-faire et les ressources des publics rencontrés. Chacun peut apporter son petit truc en plus dans son quartier !

La MJC est là pour

CRÉER DU LIEN et favoriser la participation des habitants dans l'animation de son cadre de vie mais aussi dans la vie associative de la MJC. Favoriser la rencontre et les échanges entre les habitants, la MJC propose régulièrement des animations de proximité dans les micro-quartiers, des temps conviviaux.

ACCOMPAGNER LES PROJETS : faire vivre les envies des habitants dans une réflexion commune et partagée

ROMPRE L'ISOLEMENT : un petit café ou un grand évènement, toutes les excuses sont bonnes pour passer un bon moment ! Des moments de convivialité et de partage simples permettent de rompre l'isolement

FACILITER L'ACCES AUX DROITS : informer et accompagner les habitants dans des démarches parfois complexes.

Rendez-vous réguliers

Espace Merlin : mercredi et samedi matin
- Boisson 0.50€

Préparons Kerf'en fête ensemble ! C'est la grande fête du quartier le 2^e samedi de juin !



CONTACT

Gaëlle POCHAT
gaelle.pochat@mjckerfeunteun.org



4 rue Teilhard de Chardin 29000 Quimper
02.98.95.46.25 / contact@mjckerfeunteun.org

www.mjckerfeunteun.org

