

# CLIN D'ŒIL

EXPRESSIONS • INFORMATIONS



n°165

DECEMBRE 2025

## EDITO

L'automne a déployé toute sa palette de couleurs.

La torpeur estivale a laissé place à l'effervescence de la rentrée pour recommencer une année en mieux avec les décisions qui conviennent. Pleins d'entrain et d'envie, on essaie d'organiser différemment son emploi du temps, en s'inscrivant à de nouvelles activités.

Dans un contexte où les incertitudes nationales et internationales inquiètent bon nombre d'entre nous, le Centre social peut faire la différence, être une boussole. Il propose des temps de rencontre aux adhérents ainsi que toutes les activités afférentes qui peuvent permettre de surmonter parfois les difficultés.

Venir au Centre social signifie partager des valeurs de solidarité, accueillir sans discrimination, défendre la dignité humaine, encourager le droit de chacun à s'exprimer librement.

Le Centre social s'adapte en permanence, développe des projets et s'appuie également sur les propositions des partenaires du quartier.

Une équipe salariée renforcée et de nombreux bénévoles sont à pied d'œuvre pour faire vivre les différents secteurs de Bellevue et favoriser les contacts avec les habitants. On peut citer les actions menées à Kerbernier, les animations hors les murs comme à Kergoat, au jardin d'Armagnac, le temps fort de fin d'année à la Baraque, etc.

Que cette rentrée nous donne l'élan et la confiance pour progresser de façon constructive, et pour en faire un bon moment de cohésion afin de mieux vivre tous ensemble !



*« C'est l'heure exquise et matinale que rougit un soleil soudain. »*

*« A travers la brume automnale tombent les feuilles du jardin »*

François Coppée (poète du 19<sup>ème</sup> siècle)



## SOMMAIRE

### 2-3 ACTUALITÉS

- Agenda
- Une nouvelle permanence
- Noël à la Baraque

### 4-7 ACTUALITÉS

- L'équipe salariée
- Des contrats d'apprentissage
- Actions à Kerbernier
- Retour en images

### 8 PAGE RECREATIVE

- Recette antigaspi
- Enigmes et astuces

Nos partenaires principaux



### PROCHAINE PARUTION

JANVIER 2026

CENTRE SOCIAL ET CULTUREL DE BELLEVUE

1, RUE PIERRE TRÉPOS -29200 BREST

TÉL : 02 57 52 99 95

<https://csbellevue.fr/>

Comité de rédaction :

Annie Gueguen, Gisèle Destan, Hélène Lericque, Judith Andrianjohary, Liliane Cren, Marie-Hélène Kermaïdic, Nadine Vigouroux, Roselyne Le Berre, Yannick Le Deun,

Courriel : [accueil@csbellevue.fr](mailto:accueil@csbellevue.fr)

Tirage : 100 exemplaires



**Actions solidaires et participatives. Aller à la rencontre des autres, sortir de chez soi, se détendre, découvrir !**

## BRADERIE

- **Mardi 2 décembre, de 14h à 18h** -50%
- **Mardi 16 décembre, de 9h30 à 11h30** -50%
- **Mardi 13 janvier, de 14h à 18h**
- **Samedi 24 janvier, de 9h30 à 12h** NOUVEAU CRÉNEAU

## SORTIES POUR TOUS

- **Jeudi 18 décembre : Marché de Noël et ciné-gouter**  
→ permanence d'inscription le **jeudi 11 décembre**, de 9h30 à 11h



Des dépliants détaillés sont sur les présentoirs du Centre social.

D'autres programmations pour 2026 de ces activités sont en cours de réalisation.  
Renseignements à l'accueil.

## CABAS DES CHAMPS

- **Jeudi 4 décembre : Commande**  
→ Jeudi 11 décembre : Livraison
- **Jeudi 8 janvier : Commande**  
→ Jeudi 15 janvier : Livraison
- **Jeudi 5 février : Commande**  
→ Jeudi 12 février : Livraison

## SORTIES CULTURELLES

Des sorties au Quartz, au Mac Orlan, à la Maison du théâtre... Elles sont réservées aux adhérents pratiquant une autre activité dans le Centre.

**Permanences d'inscriptions pour les spectacles de janvier et février :**

- **Mercredi 17 décembre : de 17h à 18h**
- **Jeudi 18 décembre : de 9h30 à 11h30**

## CINE B2

### Un dimanche par mois à 15h, salle Outremer.

Les séances sont gratuites sous réserve d'adhésion et suivies d'un goûter pour ceux qui le souhaitent.

- **Dimanche 14 décembre : film "Le secret de Khéops"**
- **Dimanche 18 janvier : film "L'Histoire de Souleymane"**

## PARENTHÈSE PARENTS

Parents, une heure rien que pour vous !

Pour vous relaxer, vous ressourcer, évacuer les tensions du corps.

Garde d'enfant possible par un animateur.

**Vendredi 13 décembre, de 18h à 19h**

**SUR INSCRIPTION**  
à l'accueil  
du Centre social

## UNE NOUVELLE PERMANENCE

### "LA CONSULT"

#### Le Rendez-vous des parents



Entretiens individuels avec les parents et une psychologue.

**Un lundi par mois et deux vendredis par mois de 13h30 à 15h30 (sur rendez-vous)**

Confidentiel  
Gratuit

☎ 02 57 52 55 92  
✉ laconsult29@gmail.com

## Fermeture aux vacances de décembre

- Le Centre de Loisirs sera fermé la deuxième semaine, du 29 décembre au 2 janvier.  
Nous invitons les parents à réaliser les inscriptions auprès du Patronage laïque du Bergot qui sera ouvert sur cette semaine-là.
- Le Centre social et culturel de Bellevue sera fermé les vendredis 26 décembre et 2 janvier.
- La Halte garderie sera fermée la première semaine, du 22 au 26 décembre.  
Les familles sont invitées à se rapprocher de la Halte garderie du Centre social Les Amarres à Kérédern qui prendra le relais sur cette semaine-là.



**NOTRE PROJET SOCIAL  
2026-2029**

Un temps de présentation de l'enquête réalisée auprès des habitants et des partenaires dans le cadre du renouvellement du projet social 2026-2029.

Autour d'un moment convivial le :

**Lundi 12 janvier 2026 de 18h à 20h  
salle Outremer**

Venez échanger avec l'équipe de bénévoles et salariés du Centre social sur ce nouveau projet. Vous êtes les bienvenus !



Brest  
METROPOLE

Ouvert à tous  
Entrée libre

**Au-delà du mur**  
le jardin vous ouvre ses portes tous les 20 du mois

L'association Vert le Jardin et le Centre social vous proposent diverses animations telles que jardinage, cuisine et repas partagés, marché de légumes, jeux etc. Ambiance conviviale garantie !

Comme **tous les 20 du mois**, n'hésitez pas à faire un tour au Jardin d'Armagnac (1 rue Armagnac).

Imaginer et faire venir  
Vert Jardin  
Centre social de Bellevue  
02 57 52 99 95 / 02 98 46 06 92

## L'ÉQUIPE SALARIÉE

Pour ce numéro, nous vous présentons l'équipe permanente (presque tous les jours) du Centre social et culturel de Bellevue !

**Au premier plan** (de gauche à droite) :

Annael, animatrice Aller-vers - Diane, coordinatrice de projets transversaux - Danièle, adjointe de direction - Judith, comptable secrétaire.



**Rangée de ceux qui sont debout** (de gauche à droite) : Tristan, responsable du Centre de loisirs - Thierry, gardien agent d'accueil - Maïté, animatrice de proximité - Emmanuelle, référente famille - Maëva, contrat apprenti Centre de loisirs, Florence, secrétaire accueil - Cédric, Directeur du Centre social - Aurélien, contrat apprenti Centre de loisirs.

Cette équipe est complétée par d'autres salariés dits "intervenants techniques" animant des ateliers socioculturels : Angèle pour la gym, Sylvie pour la couture, Géraldine pour le chant chorale, Andrea pour le yoga, Adeline pour l'omnisports, Nathalie pour les parenthèses parents, Marie-Anne pour le dessin, Véronique pour l'initiation couture/crochet.

Depuis septembre, deux animatrices nous ont rejoints, elles se présentent ci-dessous.

Nous leur souhaitons la bienvenue !



*"Je m'appelle Annael et je suis la nouvelle animatrice en charge de l'aller-vers."*

*Originaire de Plougastel, j'ai vécu ces dernières années entre Toulouse et Paris... mais le Finistère me manquait trop ! C'est donc avec beaucoup de plaisir que je suis revenue m'y installer.*

*L'animation, je suis tombée dedans toute petite ! Après plusieurs participations à des colonies de vacances, j'ai eu envie de devenir animatrice. J'ai donc passé mon BAFA, puis poursuivi des études en sciences de l'éducation.*

*Aujourd'hui, c'est avec enthousiasme que je rejoins le Centre social et culturel de Bellevue. Mes missions consistent à aller à la rencontre des habitants, à organiser des temps d'animation "hors les murs" et à déployer le fourgon d'animation dans les différents secteurs du quartier.*

*Au plaisir de vous rencontrer, à bientôt !"*



*"Je suis Maïté. J'ai été auxiliaire de vie pendant la majeure partie de ma carrière professionnelle."*

*J'intervenais auprès d'un public en perte d'autonomie, en situation de handicap et parfois en fin de vie.*

*J'ai toujours eu en parallèle une vie bénévole bien remplie, avec des collectes pour l'épicerie solidaire, des maraudes sociales auprès des personnes privées de logement ou des cours bénévoles de natation et de danse pour les enfants du quartier.*

*J'ai donc tout naturellement décidé de m'orienter vers le Centre social et culturel de Bellevue pour faire de mon bénévolat un métier à temps plein en tant qu'animatrice de proximité.*

*Habitante de Bellevue, secteur Kergoat, j'ai le souhait de porter une autre voix, un autre regard, afin de faciliter l'accès et l'implication des habitants de quartiers populaires dans les orientations prises par le Centre social et culturel de Bellevue."*

**EN CONTRAT D'APPRENTISSAGE DÉPART ET ARRIVÉE**

Maëva, comment as-tu vécu ton année d'apprentissage ?

C'était une année très enrichissante qui m'a permis de mieux me connaître et aussi

de découvrir un métier et une passion. J'ai adoré travailler avec le Centre social que ce soit avec l'équipe d'animation, les bénévoles ou les salariés. Tous les temps forts m'ont beaucoup marquée que ce soit Noël à la baraque, Dimanche au bord de l'eau, Fenêtres ouvertes... Et bien sûr la validation de mon année de formation pour le CPJEPS (certificat professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport) !

Quels sont tes projets à venir ?

Pour l'instant je vais faire une petite pause pour me concentrer pleinement à mon permis de conduire, ensuite, réfléchir à partir vers un BPJEPS ou autres, je ne sais pas vraiment encore.

**Merci à Maëva pour son investissement pendant son année d'apprentie et bienvenue parmi nous à Aurélien !**



Moi c'est Aurélien Thomas-Rolling, j'ai 20 ans et j'habite assez loin du quartier de Bellevue. En effet je vis à Lampaul Plouarzel, pourquoi venir d'aussi loin pourrait-on se questionner ?

La raison est simple, l'équipe du Centre de loisirs du Centre social et culturel de Bellevue a répondu très rapidement à ma recherche de contrat d'apprentissage malgré qu'elle soit très occupée au quotidien. Les deux entretiens que j'ai passé ensuite m'ont conforté véritablement quant à mon choix de venir au Centre.

Comment j'ai découvert l'animation ? Eh bien, j'ai toujours été dans le social et au contact des gens. Étant petit j'ai été inscrit 2 ans en centre de loisirs. Je ne m'étais pas encore rendu compte à quel point c'était distrayant et j'ai voulu par la suite partager avec les enfants les grands jeux et les animations.

Pour l'instant, mon ressenti dans l'animation au Centre social est que c'est très formateur et que l'on crée une grande complicité avec les enfants. En tant qu'animateur on apprend vraiment comment gérer tous les publics et à créer des liens avec les enfants. Cela donne envie d'aller travailler un peu plus chaque jour.

**BIENVENUE AU LOCAL DE KERBERNIER****UN LIEU DE VIE ET DE LIEN SOCIAL**

Au cœur de la vie du quartier, le local de Kerbernier est devenu au fil des années un rendez-vous incontournable pour un groupe d'habitantes et d'habitants. Certains y viennent depuis plus de dix ans, fidèles au poste malgré les déménagements successifs du local – pas moins de quatre lieux. Aujourd'hui, le local se trouve au 9 rue de Cornouaille.

Ce lieu ouvert à tous propose une programmation quotidienne autour d'activités variées :

- Lundi, c'est tricot pour celles et ceux qui aiment le calme, la laine et les aiguilles. Les tricoteuses sont d'ailleurs à la recherche de dons de laine (2,5 mm).
- Mardi, place aux jeux de société, dans une ambiance détendue et conviviale.
- Mercredi, le groupe alterne entre jeux et promenades, selon la météo et les envies.
- Jeudi, animations avec présence d'intervenants extérieurs une fois par mois sur un sujet d'intérêt choisi par les habitants (santé, sport, alimentation...).
- Vendredi, on met les mains dans la terre avec l'atelier jardin, un moment apprécié pour sa simplicité et son lien à la nature.

Au local de Kerbernier, il n'est pas nécessaire de s'inscrire, on vient comme on est, on participe selon ses envies et ses disponibilités. Une chose est sûre : à Kerbernier, on tricote, on joue, on jardine... mais surtout, on crée du lien et on sort la tête des travaux. Le local est ouvert de 14h à 17h, n'hésitez pas à venir prendre un café.

**Des moments conviviaux partagés dans la bonne humeur !**



## RETOUR EN IMAGES



↑ L'Espace parents-enfants "Les Coccinelles", a accueilli des séances de découverte des instruments de musique qui ont rencontré un franc succès auprès des petits et de leurs parents. La Halte garderie, invitée sur cette animation, a aussi grandement apprécié l'expérience !



↑ En juin, journée Sorties Pour Tous à Morlaix. Inédit : visite de la manufacture. Auparavant passage "sans modération" au musée du chocolat, où l'attention a trouvé son acmé par les dires de la guide qui titillent sans aucun doute les papilles !

"Et toujours en été, on dirait le Sud...", 38 aventuriers des Sorties Familiales dont 20 moussaillons ont navigué sur le Brestoa à la recherche d'un trésor dans la rade de Brest. Ils découvrent des paysages inhabituels ! Envie de recommencer !

Le 29 juin, les rives de la Penfeld ont vibré au rythme du "Dimanche au bord de l'eau" organisé par le collectif Bellevue Animation, "sous les tropiques" et le soleil brestois. Le Centre, bien sûr y a mouillé le maillot pour un dimanche pas comme les autres !



**RETOUR EN IMAGES**

←  
Les enfants du Centre de loisirs, cet été, ont profité de différentes propositions divertissantes : plages, séjours, des grands jeux olympiades inter centres... que de bons souvenirs !

↓  
Au-delà des murs ? Non, à Bellevue, 1 rue d'Armagnac dans un cadre paradisiaque avec "Vert le Jardin" et le Centre aux commandes ! Pas de doute, ce 20 août, encore un large public ! En prime, un grand jeu avec les enfants du Centre de loisirs de Bellevue et du Foyer laïque de St-Marc. Et habillage des arbres en dentelle. Si vous doutez, venez donc à un prochain 20 du mois, la porte sera ouverte.



En septembre, sur la dalle de Kergoat aux "Fenêtres Ouvertes", animation proposée par le Théâtre du Grain, beaucoup de personnes comme des oiseaux échappés d'une cage, se sont retrouvées. Un temps festif, culturel et convivial !



↑ A cette fête : un concert-documentaire, une scène ouverte aux habitants. Et pour garder la frite jusqu'au bout, des bénévoles du Centre ont pris les commandes du stand convivial ! Car en clôture, Lovana, groupe franco-malgache aux musiques ensoleillées, nous a incité à bouger !

## RECETTE (zéro gaspi)

### Cake d'épluchures de carotte

Préparation : 15 min

Cuisson : 30 à 40 min

Ingrédients :

150 g d'épluchures de carotte

250 g de farine

17,5 g de levure chimique

(soit 1 sachet 3/4)

150 g d'emmental râpé

5 œufs et 1/2

18,5 cl de lait

150 g d'huile d'olive

7,5 g de sel



1. Mettez tous les ingrédients secs dans un saladier (ou dans votre robot) : farine, levure, et sel.

Versez ensuite les ingrédients liquides par-dessus : fromage râpé, œufs, lait et l'huile.

Mélangez bien au fouet.

2. Ajoutez les épluchures de carotte et mélangez à nouveau.

3. Remplissez aux trois quarts un moule à cake de 30 cm de long environ, préalablement beurrée et fariné.

Faites cuire à 180°C pendant 30 à 40 min.

(à la façon du chef Jean-François Piège)

## Enigmes

1 Mes ancêtres remontent à l'Antiquité

Vous m'utilisez depuis 1795

Mon inventeur français est Nicolas-Jacques Conté

Mon cœur n'est pas de plomb

Je peux être très dur, doux, tendre ou fin

Pour vous j'ai toujours bonne mine !

Que suis-je ?



2 Je transforme une plante, avec une lettre. Que suis-je ?

3 Je coule mais je ne me noie pas, j'ai un lit mais je n'y dors pas. Que suis-je ?

Réponses :

3. La rivière

2. La lettre é : planète

1. Le crayon à papier

## ASTUCE

### Nettoyage du four

#### L vitre :

Utilisez un chiffon doux et humide et un peu de liquide vaisselle.

Surtout pas d'éponge grattoir qui risque de rayer la vitre ou d'effacer la sérigraphie du bandeau.



#### Nettoyage manuel :

Utilisez une éponge non grattante et un peu de produit vaisselle, si la sole et les parois portent des traces grasses, les traiter quand le four est encore tiède.

Pour les tâches plus coriaces, préparez dans un petit bol d'eau un mélange de 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude et 2 cuillères à soupe de vinaigre blanc, une réaction effervescente se crée et les tâches ne résisteront pas. Par précaution, portez des gants de ménage pour cette action.

#### L'hydrolyse :

Remplir la lèche-frite ou un plat rectangulaire d'eau et faire fonctionner le four à 150° pendant 45 min. En ajoutant quelques gouttes de citron, le four en plus sera assaini.

L'eau transformée en vapeur va ramollir les saletés incrustées et celles-ci se détacheront d'un coup d'éponge.



## Nouveaux mots

1) EXIL + S

2) OURSE + A

3) AIGLON + P

4) MYRIADE + P

Réponses :

SILEX - ROSEAU - GALOPIIN - PYRAMIDE

## Entourer la ou les bonnes réponse

Quel est le nom du chien de Tintin ?

A) Idefix B) Milou C) Rantanplan D) Lassie

Quel liquide est essentiel pour la vie et recouvre environ 70 % de la surface de la terre ?

A) L'huile B) Le pétrole C) Le lait D) L'eau