



## Ciné B2

Un dimanche par mois à 15h, suivi d'un goûter.

- **Dimanche 11 février** : "Les choses simples"
- **Dimanche 17 mars** : "Les petites victoires"
- **Dimanche 24 mars\*** : "La Bretagne à travers le 16 mm"
- **Dimanche 21 avril\*** : Ciné-concert "En marge"  
de Yannick Bellon

\* En partenariat avec la Cinémathèque de Bretagne.

## Le Cabas des champs

- **Jeudi 8 février** : prise des commandes  
Livraison le jeudi 15 février
- **Jeudi 14 mars** : prise des commandes  
Livraison le jeudi 21 mars
- **Jeudi 4 avril** : prise des commandes  
Livraison le jeudi 11 avril

## Cafés seniors autour du numérique

Un jeudi par mois de 14h à 16h30.

- **8 Février**
- **14 Mars**
- **4 Avril**
- **16 Mai**

Entraînements au E-bowling :

- 29 Février
- 28 Mars
- 18 Avril
- 30 Mai

## Sorties pour tous

- **Jeudi 15 février** : La Cinémathèque de Bretagne  
Inscription le jeudi 8 février
- **Jeudi 14 mars** : Visite commentée "de l'Arsenal aux Capucins"  
Inscription le jeudi 7 mars

## Les Cafés des parents

Echanges sur le rôle de parents et partage d'astuces.

Un vendredi par mois de 17h30 à 18h30

- **16 février**
- **22 mars**
- **12 avril**
- **24 mai**
- **21 juin**

## Parenthèse parents

Séance de sophrologie avec Nathalie :  
se relaxer, se ressourcer...

Un vendredi par mois de 18h à 19h

- **28 février**
- **15 mars**
- **5 et 19 avril**
- **17 mai**
- **7 et 28 juin**

## BRADERIE

### Changement de jour

Les bradeuses ont reçu des demandes maintes fois réitérées pour organiser une braderie le samedi matin.

Ceci a amené l'équipe du jeudi à proposer dès la fin du mois de janvier leur **présence le samedi matin de 9h30 à 12h à la place du jeudi soir.**

Les activités variées du samedi favorisent la présence d'un public différent, cela permettra une découverte des offres de la braderie pour les personnes moins disponibles en semaine.

Les prochains rendez-vous seront :

- samedi 24 février
- samedi 20 avril (-50%)
- samedi 25 mai
- samedi 29 juin

Les rendez-vous du mardi de 14h à 17h30 restent inchangés.

Les prochaines dates seront :

- mardi 6 février
- mardi 12 mars
- mardi 9 avril (-50%)
- mardi 7 mai
- mardi 11 juin

## Les Coccinelles

Espace parents/enfants 0-4 ans

- **Le lundi de 10h à 11h**  
Temps de jeux libres
- **Le vendredi à 10h à 11h**  
Eveil chanté et dansé



## Festival de théâtre OUPS ! du 15 au 25 février

Le Centre social accueillera la pièce de théâtre "**Prêt-à-partir**" le **dimanche 25 février à 15h00**, salle Outremer. Tout public.  
Tarif : 2,5€ pour les adhérents.  
Inscription à l'accueil du Centre social.  
L'ensemble du programme de l'évènement : <https://oups-brest.com/>



## Kergoat et Cie Vendredi 23 février de 15h30 à 18h30

Un après-midi festif sur la Dalle de Kergoat (rue Duc d'Aumale) comme à chaque veille de vacances scolaires.  
Au programme : Animations et goûter.  
Culture urbaine : initiation et show de breakdance et graff.  
Gratuit - tout public !

## Semaine de la Petite Enfance du 8 au 13 avril

Cette année encore, le quartier de Bellevue accueillera **une semaine d'animations pour les tout petits (0 - 3 ans)**. Grâce à l'engagement du Centre social et des partenaires mobilisés autour de cette action culturelle, un riche programme de découvertes a été concocté :

- Le lundi 8 avril de 10h à 12h, sur les rives de la Penfeld : atelier "Petites bêtes et grandes découvertes" animé par l'UBAPAR, pour dégourdir les jambes et aiguïser la curiosité.

- Le mercredi 10 avril matin, à 9h30 puis 10h30 : spectacle poétique "Dans le ciel" de la Cie Fario, salle Penfeld de la Mairie de Bellevue.

- Le jeudi 11 avril, de 10h à 12h, à la Maison des Parents : atelier "Barbotine" pour le plaisir de mettre les mains et les pieds dans l'argile.

La semaine sera clôturée par le "Village des découvertes", le samedi 13 avril, toute la journée dès 10h, place de la Liberté. Cela permettra aux parents et à leurs jeunes enfants de poursuivre les découvertes à l'échelle de la ville.

D'autres réjouissances se préparent, avec toujours l'envie de rêver et de se laisser porter par les émotions...mais chut, c'est un secret 😊

## Assemblée Générale Mercredi 17 avril à 18h30

L'équipe du Centre social et culturel de Bellevue vous invite chaleureusement à participer à l'Assemblée générale. Un moment fort pour les adhérents.

C'est également l'occasion du renouvellement par tiers du Conseil d'administration.

L'aventure d'un administrateur au Centre vous tente ?

Venez nous rencontrer le lundi 18 mars à 18h15, lors d'une séance du Conseil d'administration ouvert à toute personne qui souhaite connaître la gestion et le fonctionnement de l'association.

## ATELIERS CUISINE avec l'association "Aux goûts du Jour"

Aux Goûts du jour est une association de professionnels pluridisciplinaires qui vont former, accompagner ou sensibiliser au bien-manger. Grâce à une subvention reçue dans le cadre d'un appel à projet, le Centre social avait accueilli en 2022-2023 cette association pour une série de 4 ateliers dans le cadre de "La cuisine simple, pas chère et équilibrée". Ces ateliers mensuels, qui valorisent les produits de la Banque alimentaire existent depuis 10 ans déjà.

Cette fois-ci, c'est l'association Aux Goûts du jour qui a reçu un financement pour valoriser les produits locaux et surtout de la mer pour tous les habitants du territoire brestois. Le Centre a répondu favorablement à ce projet car les participants ont été satisfaits de leurs précédentes animations.



atelier du 29 janvier

Des ateliers gratuits de 2h, ouverts à tous les adhérents du centre, ont démarré dès janvier avec 12 participants. Ils se déroulent sous forme de "quiz" autour de la mer, une réalisation de recettes et de dégustation pour finir par un bilan.

N'hésitez pas à venir à l'accueil pour vous renseigner sur les prochaines dates et vous inscrire.

Tout cela est en complément des ateliers de "La cuisine simple, pas chère et équilibrée" qui ont repris en ce début d'année.



## DES PERMANENCES QUI PEUVENT VOUS RENDRE SERVICE !

Le Centre social se veut être un équipement de proximité notamment en proposant dans ses locaux diverses permanences et services. Nous pouvons citer pour les services : la Halte-garderie, l'ABAAFE (apprentissage du français pour les étrangers)... Et pour les permanences : le CIDFF (Centre d'Informations sur les droits des Femmes et des Familles), ICEO (Informer, accompagner vers l'Emploi-aide à la recherche d'emploi)... Nous avons consacré au fur et à mesure des pages de ce journal interne une présentation de ces permanences.

Pour ce numéro, nous avons souhaité vous reparler des permanences de La Plume et du Pimms médiation dont on pourrait penser, à tort, qu'il s'agit d'un même type de service.

N'hésitez pas à vous renseigner à l'accueil pour plus d'informations et bénéficier de ces dispositifs.

### *La PLUME*

Animée par Marie-Pierre CABON et Christine GAGER (sur la photo). Avec leurs connaissances, ces bénévoles vous aident à constituer vos dossiers (administratifs, impôts, assurance, tribunal, Caf, CPAM, retraite...) ainsi que la rédaction de vos courriers. Des justificatifs sont souvent nécessaires à l'élaboration des dossiers, nécessitant parfois plus d'une séance.

N'hésitez pas à venir les rencontrer. La permanence La Plume se trouve **dans nos locaux le vendredi matin de 9h30 à 11h30, sans rendez-vous jusqu'au 30 juin.**



### *France services*

### *PIMMS médiation*

Les médiateurs du Pimms font le lien entre vous et les administrations. Ils sauront vous guider pour faciliter l'accès à vos droits sociaux.

Avec ou sans rendez-vous.

Contact

Tél : 07.66.33.16.30

Mail : fs.brest@pimmsmediation.fr

### Où trouver le PIMMS à Bellevue

**Centre social : le lundi de 14h à 17h**

**CSF\* Quizac : le mercredi de 9h à 12h**

\*Confédération syndicale des familles (21, avenue de Provence)

**Mairie de Bellevue : le jeudi de 14h à 17h**

Exemples de services proposés :

- Déclarer ses revenus
- Faire une demande de permis de conduire ou de carte d'identité
- Demander une aide (allocation logement, retraite)
- Consulter ses remboursements de soins (compte Ameli)
- Gérer son espace "France Travail"



## TRISTAN MEVEL NOUVEAU RESPONSABLE POUR L'ACCUEIL DE LOISIRS

Tristan a commencé en 2011 à la Maison de l'Enfance de Milizac/Guipronvel en tant que stagiaire BAFA\* avec toutes les missions qui s'y rattachent dont la mise en place d'activités pour toutes les tranches d'âge d'enfants. Tristan obtient son BAFA en 2012.

En 2015, il se professionnalise dans l'animation périscolaire et extrascolaire durant trois ans. Il se dirige ensuite vers un cursus BAFD\*\* puis devient directeur adjoint de la Maison de l'enfance de Milizac/Guipronvel jusqu'en septembre 2022. Il prend ensuite la direction de l'Espace Jeunesse jusqu'en novembre 2023, mois de son arrivée à Bellevue.

Ayant évolué en milieu rural, Tristan veut découvrir l'animation en milieu urbain et travailler avec les centres sociaux dont il apprécie le fonctionnement. S'appuyant sur son expérience, Tristan veut maintenir une bonne cohésion dans le développement et le bien-être des enfants. Il souhaite s'investir dans les actions avec les habitants de Bellevue pour renforcer le lien social.

\* Brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur

\*\* Brevet d'aptitude aux fonctions de directeur

## SOLENE BILCOT

Après sa grande année de préparation du CPJEPS\*, Solène s'apprête à nous dire au revoir.

Cette période a été importante et enrichissante pour Solène car il lui a fallu vaincre sa timidité, croire davantage en elle malgré quelques freins et se découvrir des capacités insoupçonnées.

Ses qualités d'adaptation lui ont été précieuses.

Solène considère que cette année est passée trop vite, son contrat officiel s'est achevé le 26 janvier dernier.

Au cours des différents ateliers qu'elle a animés, Solène a cumulé des compétences, des savoir-être et faire (Café bidouille, poterie...).

Solène tient à remercier toute l'équipe salariée du Centre social et culturel de Bellevue pour l'aide précieuse apportée à la soutenir, l'accompagner et l'encourager ainsi que les bénévoles apportant leurs connaissances.

Solène confie : *"je me suis si bien épanouie au centre que je n'ai pas envie du tout de quitter !"*

Nous souhaitons à Solène une belle nouvelle vie professionnelle grâce à son succès.

\*Certificat professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et de sport



## La Baraque Mobile

La Baraque Mobile est le fruit d'un projet collectif, qui a été financé par la CAF et la Ville, et qui a mobilisé l'équipe du Centre social, les partenaires et les habitants. Nous avons acheté le fourgon en juillet 2022, et nous avons réfléchi ensemble aux plans et à l'aménagement intérieur et extérieur.

Il nous reste encore quelques travaux à faire, comme les branchements électriques, l'isolation, la peinture, la décoration et la signalétique.



Maryvonne, Jean-Luc, Rémi et Arnaud se retrouvent tous les lundis et jeudis toute la journée depuis le mois de novembre.

### Aller vers

Vous vous demandez peut-être pourquoi nous avons besoin d'une "baraque mobile" dans le quartier de Bellevue. C'est simple : c'est pour aller à la rencontre des habitants qui ne fréquentent pas les structures du quartier.

Le Centre social veut développer une démarche d'aller vers ces personnes, en leur proposant des animations, des informations et des services adaptés à leurs besoins.

La Baraque Mobile, un outil pratique et convivial, qui nous permettra de transporter tout le matériel nécessaire et de créer un espace d'accueil chaleureux sur l'espace public. Le nom de "baraque" fait aussi référence au passé du quartier, c'est une façon de valoriser l'histoire et la mémoire des habitants.



Nous espérons pouvoir inaugurer et mettre en route la Baraque Mobile à la fin du printemps 2024. Nous sommes impatients de vous faire découvrir ce nouveau dispositif, qui va nous permettre de renforcer notre présence sur le territoire et de créer du lien social avec les habitants.

## Clin d'œil du centre de loisirs



Durant les vacances de fin d'année, les enfants ont pu élaborer un délicieux repas accompagnés d'une équipe motivée de bénévoles (Pierrette et Marie-Hélène).

Au menu, carottes râpées et croque monsieur avec une petite glace en dessert !

Initiation Tir à l'arc pour les grands du centre de loisirs ! 

 Repas de fin d'année pour les enfants du centre de loisirs.

Encadrés par Gaëlle de "Sports et Quartiers", les enfants du centre de loisirs ont pu s'initier au tir à l'arc.

Après avoir écouté et assimilé les consignes de sécurité, ils ont pu exprimer leur adresse et se concentrer pour viser dans le mille !



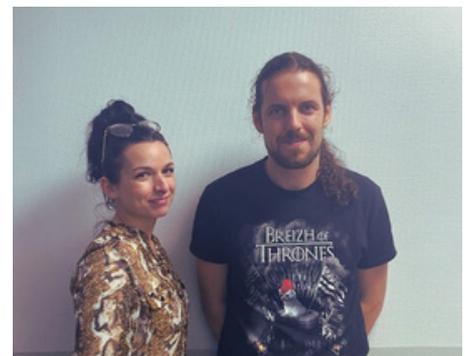
La nouvelle année débute, c'est le moment de vous présenter l'équipe des mercredis sur l'année 2024 !



Marguerite et Martine, pour les petits.



Maëva, Fanny et Nesrine (absente sur la photo), pour les 5-6 ans.



Solène et Brendran, pour les 7-12 ans.

L'équipe est encadrée par Tristan qui est présent toute la journée et reste à votre disposition si vous avez besoin.

# Jeux

## LETTRE EN + (extrait du magazine "7 jeux")

Mélanger les lettres de chacun de ces mots et ajouter la lettre en + pour former de nouveaux mots correspondant aux définitions.  
Pluriels et conjugaisons ne sont pas admis.



### 5 lettres

E T A T + D =   
fruit de régime

Y U A N + O =   
partie centrale

T Y P E + N =   
maison bretonne

R I V E + H =   
période froide

Réponses : Date ; Noyau ; Pentyl ; Hiver

### 6 lettres

A F F U T + I =   
coupable

B L A I R + N =   
homme à tout faire

A D A G E + N =   
petit carnet

F O R E T + R =   
frangin

Réponses : Fautif ; Larbin ; Agenda ; Frérot

# Recettes

## Crème de citron (Lemon Curd)

**Ingrédients :**  
5 citrons  
200 gr sucre  
5 œufs  
1 Cs maïzena

Laver les citrons et en zester 2.  
Presser les citrons.  
Dans 1 casserole, mettre le jus et les zestes.  
Battre les œufs avec le sucre.  
Ajouter au jus de citron.

Délayer la maïzena avec un peu de jus et ajouter à la préparation sans cesser de remuer.

Quand la préparation s'épaissit enlever du feu et ajouter un morceau de beurre.

Bien remuer.

Mettre en pots (pots à confiture). Laisser refroidir, et conserver au réfrigérateur.

Voici 3 idées de recettes minute pour utiliser votre lemon curd.

1- Verrines minute : biscuit émietté, lemon curd, meringue émiettée

2- Tartelettes minute : palet breton, lemon curd, chantilly

3- Mousse minute : émulsionner le lemon curd avec de la chantilly

