



La
Maison Pour Tous
d' **ERGUE-ARMEL** présente

Janvier
Février
2024

vacances
d'hiver



animations pour toutes et tous

janvier et février

ateliers parents-enfants

POUR LES 0-4 ANS, 10H30-11H30

2€ PAR FAMILLE ET PAR ATELIER (+ ADHÉSION À LA MPT)

LES SAMEDIS EN PÉRIODE SCOLAIRE + CERTAINS VENDREDIS.

Venez passer un temps avec votre enfant et d'autres familles autour d'un support varié, ludique et animé par un.e animateur.ice ou un.e intervenant.e extérieur.e.

C'est l'occasion pour l'enfant de rencontrer ses pairs et aux parents de pouvoir échanger avec d'autres parents et/ou l'animateur.ice.

Nous sommes à l'écoute des propositions et des envies !

Programme détaillé disponible à la MPT et sur notre site.



dynamique de quartier

Café du jeudi Les jeudis (période scolaire), 10h-11h30, à la MPT. Gratuit.

Espace d'échange et de partage de savoir : ambiance conviviale autour d'un café/thé et petits gâteaux.

Les ateliers cuisine 3€ ou 5€ (selon ressources)

Atelier d'échange et partage de savoirs culinaires, 1 jeudi par mois. Cuisine locale et de saison, pour vous régaler en toute convivialité ! Cette année, nous allons explorer les saveurs de différents pays sur le thème des 5 continents. A vos agendas :

Atelier le jeudi 9 janvier - inscriptions à partir du 16 décembre à l'accueil de la MPT

Atelier le jeudi 6 février - inscriptions à partir du 20 janvier

Atelier le jeudi 6 mars - inscriptions à partir du 17 février

La MPT dans le quartier !

Les animateurs de la MPT sont présents au Braden ; ils viennent à votre rencontre pour vous proposer un temps d'échanges et/ou d'animation, de jeux, de papote, de rigolade et tout cela autour d'un petit café ou d'un thé ! C'est l'occasion également de nous partager vos souhaits, vos envies...

RDV à la Maison Du Braden entre 15h et 18h.

1€ par famille ou 1 goûter à partager.



IAEP : la Ronde des Familles

TOUS LES JEUDIS EN PÉRIODE SCOLAIRE + LE 13 FÉVRIER

ENTRE 9H30 ET 11H30.

SANS INSCRIPTION, GRATUIT ET ANONYME.

Espace de rencontres, d'écoute et d'échanges pour les enfants jusqu'à 6 ans accompagnés d'un parent, grand parent, un tonton ou une tata. C'est l'occasion de passer un moment de détente, de jeux, d'échanges entre les enfants, les parents et les accueillant.e.s.



QUIFF : le festival de cinéma

Du 25 février au 2 mars 2025

Le festival de cinéma de Quimper est de retour ! Restez connectés, nous vous proposerons d'aller à une projection.

Suite du programme page suivante



animations pour toutes et tous

janvier et février

la Baraque à jeux

La ludothèque est ouverte à toutes et tous les mercredis (9h-12h & 14h-18h) et les samedis (9h30-12h) en période scolaire.

Une équipe de bénévoles et d'animateurs vous y accueille pour vous conseiller, initier et expliquer les règles. La Baraque à Jeux, c'est plus de 1500 jeux de société (stratégie, d'ambiance, de hasard...) et des jeux en bois surdimensionnés. Que l'on soit adulte ou enfant, on y trouvera forcément son bonheur !

Emprunt de jeux possibles pour jouer à la maison.

Aprèm' jeux

En janvier et février, les soirées jeux se transforment en après-midi jeux ! Venez jouer seul, en famille ou avec des amis à tous types de jeux. Nous sommes ouverts à des propositions de thématiques ! Gratuit et sans inscription.

Samedi 4 janvier, 14h-18h | Dimanche 2 février, 14h-18h

Les espaces petite enfance 0-4 ans seront ouverts !

- Parcours de motricité dans le Dojo
- Espace jeu de construction à disposition (Kapas...)
- Espace collation dans la Rotonde (thé/café/petit gâteaux...)

Soirées Lutotox : les vendredis 17/01, 24/01, 31/01, 07/02.



Venez avec vos enfants !

EXPOS

Vagabondages - Par Quimper Amitié Peinture



Du 9 janvier au 6 février

Au fil de l'eau, l'aventure nous mène à découvrir de jolis rivages, des arbres singuliers, des ponts voire des maisons et dans celle-ci des natures mortes et de jolis tableaux pittoresques.



Les femmes artistes - Par le Musée des Beaux-Arts



Du 11 février à fin mars

Une sélection de reproductions d'œuvres réalisée par des femmes de la collection du Musée des Beaux-arts (fermé pour travaux).



à tout âge

accès aux droits

LES 1^{ERS} ET 3^{ES} MERCREDIS DU MOIS, SAUF FÉRIÉS (15/1, 5/2, 19/2). DE 14H À 17H.

SANS RDV, GRATUIT, OUVERT À TOUTES ET TOUS.

Vous avez des problèmes de santé ? Des difficultés d'accès à des services numériques ? ...

Des bénévoles de la Croix-Rouge vous accueillent deux fois par mois à la MPT dans le cadre du dispositif Accueil Écoute Orientation pour répondre à vos questions !



cafés seniors

Gratuit.

Des temps d'informations, d'échanges et de questions-réponses 1 fois par mois autour d'une thématique avec un.e intervenant.e spécialisé.e sur la dite problématique.

Mercredi 15 janvier, 14h30-16h30

Tri des déchets et compostage avec Quimper Bretagne Occidentale

Mercredi 5 février, 14h30-16h30

Bien manger, c'est quoi ? avec Brigitte Abgrall et Annie Le Cam



Suite du programme page suivante

Quinzaine de la forme, du bien-être et de l'alimentation

du 27 janvier au 9 février

LA QUINZAINE DE LA FORME,

pour prendre soin de son corps et de sa santé !
Des rencontres, des animations, des expositions...

L'agriculture biologique, c'est quoi ?

Interview de Damien Pouder avec B. Abgrall

Mercredi 29 janvier, 20h-22h

Vous vous posez des questions sur le mode de production biologique et sur les aliments bio ?
Damien Pouder, maraicher bio du potager de Kerrun à St Evarzec, nous parlera de l'agriculture biologique sous forme d'interview, en répondant aux questions de Brigitte Abgrall.

Bien manger, c'est quoi ?

Conférence avec B. Abgrall & A. Le Cam

Mercredi 5 février - 14h-16h30 (Café Sénior) et 20h-22h

Vous vous interrogez quant au choix des aliments en faisant vos courses ?
Vous êtes perdu face à la multitude des injonctions nutritionnelles ?
Vous voulez bien manger pour prévenir ou freiner le développement de maladies chroniques ?
Nous vous proposons de venir échanger avec nous sur le thème du « Bien manger ».
Afin que le maximum de personnes puisse participer, nous vous proposons 2 sessions identiques, ouvertes à toutes et tous.



BIEN MANGER,
C'EST QUOI ?

dimanche de la forme

Temps fort sportif à la MPT

Dimanche 9 février 9h30-12h30, 2€/pers.

Une matinée consacrée au bien-être, physique et mental.

Venez découvrir différentes pratiques et tester 3 ateliers au choix entre yoga, tai chi chuan, qi gong, chanbara, boxe, self défense, gym, Life art process, etc... car tout le monde peut faire du sport selon ses capacités !



vacances d'hiver

Espace convivial libre

AUX HEURES D'OUVERTURE DE L'ACCUEIL. GRATUIT.

La rotonde est ouverte pour vous : espace détente, espace collation, espace de travail... N'hésitez pas à en profiter, même pendant les vacances !

Animations pour toutes et tous

Pendant les vacances, profitez d'animations à la MPT :

- du 11 au 14 février : voyage en asie

Espace famille à la MPT

2€ / famille / demi-journée.

10H-12H ET 14H30-17H30 (SAUF LE 11 FÉVRIER AU MATIN)

Nos animateurs vous accueillent dans la ludothèque, le dojo et l'espace petite enfance. Les matins, ateliers 0-4 ans au dojo.

- du 18 au 21 février

Animations à Kerlaëron

2€ / famille / demi-journée.

10H-12H ET 14H30-17H30

On vous accueille à la salle de Kerlaëron, 19 rue des Hospitaliers St Jean !

Mercredi 19 et jeudi 20 : Ateliers cuisine du monde

sorties tout public

Tous à Morlaix !

VENDREDI 14 FÉVRIER

Visite de l'espace des sciences à la manufacture.
Tarif 4.

Sortie à Brest

SAMEDI 15 FÉVRIER

Visite des Cappuccins.
Tarif 2.

Un petit plouf ?

SAMEDI 22 FÉVRIER

Sortie piscine.
Tarif 2.

Tarifs sorties

		QF 1 0 à 612	QF 2 613 à 950	QF 3 951 à 1360	QF 4 1361 à 1680	QF 5 1681 et +
2	Enfant	2.5	3.5	4.5	5.5	6.5
	Adulte	4.5	5.5	6.5	7.5	8.5
4	Enfant	4.5	6.5	8.5	10.5	12.5
	Adulte	8.5	10.5	12.5	14.5	16.5

Prévoir tenue adaptée. Sorties à la journée : prévoir pique-nique.
Inscriptions à l'accueil de la MPT.



Le Club 6/10 ans

VACANCES D'HIVER

DU 10 AU 21 FÉVRIER
VOYAGE EN ASIE

PÉRIODE SCOLAIRE



CLUB

MERCREDI :

Les activités de la période scolaire à découvrir au fur et à mesure, en fonction des demandes des enfants !

Les enfants ont le choix !

Ils peuvent :
Participer à l'activité proposée chaque mercredi
ou
Profiter de l'espace de jeux libres,
accompagnés d'une animatrice

ACTIVITÉS CRÉATIVES, JEUX DE CONSTRUCTION, JEUX DE SOCIÉTÉ, JEUX D'IMAGINATION, ESPACE DÉTENTE...

Horaires d'accueil des enfants

Matin : 8h30-9h30 / 11h45-12h15
Après-midi : 13h30-14h / 17h-18h
Journée sortie : 8h30-9h/17h30-18h

Modalités d'inscription

- Adhésion enfant : 7€
- Dossier d'inscription complet (vaccins à jour)
- Inscription définitive seulement après règlement

Tarifs

		QF 1 0 à 612	QF 2 613 à 950	QF 3 951 à 1360	QF 4 1361 à 1680	QF 5 1681 à 2199	QF 6 2200 et +
à la séance	Matin	1.5	2.5	3.5	4.5	5.5	6
	Après-midi	4.5	6.5	8	9	10.5	12
	Repas	2.5	3.5	4	4.5	5	5.5

Pour calculer votre quotient familial (QF), apportez au secrétariat votre dernier avis d'imposition ou votre n° d'allocataire CAF.

Activités

Les activités peuvent évoluer en fonction de l'humeur et des envies des enfants et des animateurs, de la météo et des opportunités locales.

DU 10 AU 14 FÉVRIER

Lun 10	M	DÉCORE LE CLUB
	AM	JEUX DANS LE DOJO
Ma 11	M	ORIGAMI
	AM	DÉCOUVERTE DU TAI CHI Prévoir tenue de sport
Me 12	M	LECTURE DE KAMISHIBAÏ
	AM	CHOISIS TON ACTIVITÉ !
Je 13	M	LES P'TITS CHEFS : GÂTEAU ÉPONGE JAPONAIS
	AM	LE CLUB FAIT SON CINÉMA MIYAZAKI
Ve 14	Journée	SORTIE À MORLAIX VISITE DE L'ESPACE DES SCIENCES Prévoir pique-nique et tenue adaptée

DU 17 AU 21 FÉVRIER

Lun 17	M	LES JEUX DE SOCIÉTÉ DES PAYS D'ASIE
	AM	YOGA Prévoir tenue de sport
Ma 18	M	SORTIE MÉDIATHÈQUE LECTURES D'ASIE
	AM	DRAGONS ET LANTERNES EN PAPIER
Me 19	M	ATTRAPEZ-LES TOUS ! CRÉATIONS EN PÂTE À MODELER
	AM	GRANDS JEUX
Je 20	journée	SORTIE AU MARINARIUM DE CONCARNEAU Prévoir pique-nique et tenue adaptée
Ve 21	M	LES P'TITS CHEFS : BOULES DE RIZ GLUANT
	AM	BOOM D'HIVER!



LOCAL JEUNES

AU BRADEN, SOUS LA MAIRIE

10-17 ans

Accueil libre

L'accueil libre est ouvert au Local de 14h à 18h certains après-midis

(✓ / ✗ = accueil libre ouvert / fermé)

Viens passer un moment entre copains, discuter, profiter d'une activité...

Canapés, console, baby-foot & jeux de société sont là pour toi !

Janvier

M ⁸	ON FAIT NOTRE GALETTE DES ROIS ET ON RACONTE NOS VACANCES ! RDV au Local, 14h-18h, 3€	✓
S ¹¹	SPECTACLE DE CIRQUE DER LAUF Rdv au Local, 10h-12h30, 10€	✗
	CONCOURS DE CUISINE : PRÉSENTE TES COOKIES LES PLUS ORIGINAUX ! Apporte tes cookies déjà prêts et fais les goûter à un jury neutre Rdv au Local, 15h-17h, gratuit	✓
M ¹⁵	MISSION : TROUVER UNE TÉLÉ POUR LE LOCAL ! Rdv au Local, 14h-18h, gratuit	✓
V ¹⁷	MATCH UJAP QUIMPER – FOUGÈRES Rdv au Local, 18h-23h, 9€. Amène ton repas	✗
S ¹⁸	APRÈS-MIDI MYSTERIUM Rdv à la MPT, 14h-16h, gratuit	✓
M ²²	ESCAPE GAME Rdv au Local, 14h-18h, 16€	✓
S ²⁵	SORTIE INITIATION CERF-VOLANT Rdv au Local, 14h-18h, 1€	✓
M ²⁹	DÉCO EXTÉRIEURE DU LOCAL Rdv au Local, 14h-18h, gratuit	✓
V ³¹	ATELIER CUISINE : CROZIFLETTE Rdv à la MPT, 18h-22h, 4€	✗

février

S ¹	GOÛTER CRÊPES POUR LA CHANDELEUR Rdv au Local, 14h-18h, 1€	✓
M ⁵	ACTIVITÉ MANUELLE Rdv à la MPT, 15h-17h, 1€	✓
S ⁸	COURSE EN BUS Rdv au Local, 14h-18h, gratuit	✓

INFOS : Les activités peuvent évoluer en fonction des envies des jeunes et de la météo. Nous nous réservons le droit de fermer le Local libre en cas d'absence des animateur.ice.s. Dans la mesure du possible, vous serez prévenus à l'avance.

Vacances d'hiver

DU 10 AU 21 FÉVRIER

L ¹⁰	ESCALADE AVEC LES GDO Rdv au Local, 14h30-17h, 9€	✓
M ¹¹	SPACE PAINTING Rdv au Local, 16h-17h, 4€	✓
M ¹²	GAUFFRES EN TOUT GENRE Rdv à la MPT, 15h-17h, 1€	✓
J ¹³	JOURNÉE À BREST POUR L'URBAN ZONE ! Rdv à la gare routière à 10h45 – retour 19h à la gare ferroviaire Tarif à venir	✗
V ¹⁴	TOUS À MORLAIX ! VISITE DE L'ESPACE DES SCIENCES ET DE LA MANUFACTURE Rdv à la MPT, 9h30-17h30, tarif à venir	✗

L ¹⁷	JEUX DE SOCIÉTÉ Rdv à la MPT, 15h-17h, gratuit	✓
M ¹⁸	SOIRÉE KEBAB + FILM Rdv à la MPT, 18h-22h30 Gratuit + prévoir argent de poche pour le repas	✓
M ¹⁹	ACTIVITÉ MANUELLE Rdv à la MPT, 15h-17h, 1€	✓
J ²⁰	JOURNÉE À DÉCIDER ENSEMBLE Rdv à la MPT, 10h-18h, tarif en fonction Prévoir pique-nique	✗
V ²¹	GOÛTER DE FIN DE VACANCES Rdv au Local, 14h-18h, 1€	✓

Contact : 06.07.66.92.11



erguearmeljeunesse



animation.jeunesse_erguearmel

Quinzaine de la forme !

DU 27 JANVIER AU 9 FÉVRIER

Pour prendre soin de son corps et de sa santé !
Des rencontres, des animations, des expositions...

Plus d'infos p. 5



Au programme, entre autres :

Mercredi 29 janvier :

Interview - L'agriculture biologique, c'est quoi ?

Mercredi 5 février :

Conférence - Bien manger, c'est quoi ?

Dimanche 9 février :

Temps fort - Le dimanche de la forme !

Les horaires de l'accueil

En période scolaire :

Du lundi au vendredi : 9h-12h et 13h30-18h30. Fermé le mardi matin.

Le samedi : 9h30-12h30. Fermé le dimanche.

Pendant les vacances, sauf exceptions :

Du lundi au vendredi : 9h-12h et 13h30-18h.

Fermé le samedi et le dimanche.



PRÉFET DU
FINISTÈRE



Renseignements à l'accueil de la MPT

02.98.90.78.00

www.mpt-ea.org - info@mpt-ea.org

16 av. Georges Pompidou 29000 Quimper