



Sommaire

- ◆ Les Remaillleurs
- ◆ Infos centre social
- ◆ Infos Mairie de quartier
- ◆ Infos Ville
- ◆ Recette de cuisine

Les Remaillleurs

Vendredi 9 avril

Fête de quartier sur Recouvrance

**Cette année, votre fête de quartier change de visage ...
Participez à sa métamorphose, devenez Explor'acteurs !**

A partir de 17 h 30 : premier départ pour l'aventure au Jardin des Explorateurs (rue de Toulon), puis départ tous les quarts d'heure jusqu'à 19 h.

Durée du voyage estimée à 1 h 30. **Attention**, les embarquements sont limités, **pensez à réserver au 02.98.45.10.95.**

Et pendant ce temps ...

A la chapelle Kerveguen (rue Maissin) :

A partir de 17h30, une exploration cinématographique sera proposée aux Explor'Acteurs ; projection en continu de films autour de l'histoire du quartier ou de l'exploration.

22h : séance cinéma

- Ciné-benshi*, *Le voyage dans la lune* de Georges Méliès
- Ciné-concert, *Go West* de Buster Keaton

*Le ciné benshi était pratiqué au Japon dans les années 20. La projection d'un film muet était accompagnée par les gestes et la voix d'un acteur.

Au lavoir de la rue Saint Malo, un espace de détente et de convivialité vous est proposé à partir de 17 h 30 (expo, performances, buvette ...)

Pensez à apporter votre pique-nique !

« Venez admirer le Yannick explorateur et son galion fabriqués par Georges, Christian, Vévé ... au local bouliste de Kérangoff »

INFOS CENTRE SOCIAL

Sorties culturelles

« Eloge du poil »

Création et jeu de Jeanne Mordoj

Spectacle le mardi 27 avril à 20 h 30 au Quartz

Inscription le mercredi 14 avril de 10 h 30 à 11 h

Halte garderie

Elle sera fermée durant la 1ère semaine des vacances de Pâques. Ouvert à Kérourien durant cette période.

Vie Libre

Permanence le **mardi 20 avril** de 20 h 30 à 22 h

Braderie

Jeudi 20 mai de 9 h à 11 h 30

INFO DEBAT POUR LES PARENTS

"Savoir dire non à l'enfant"

Avec Hélène Bidart
Psychologue à Parentel

Le vendredi 30 avril
De 10 h à 11 h 30

Au centre social de Kérangoff

Un temps d'information, un temps d'échanges ...

- ✓ Que faut-il interdire ?
 - ✓ Quoi faire quand on interdit et que l'enfant n'obéit pas ?
 - ✓ Les « non » obligatoires, le trop de « non »
 - ✓ « Je ne sais pas dire non »
 - ✓ Les punitions et les sanctions
-
- *Accès libre et gratuit – rencontre réservée aux parents*
 - *Les enfants peuvent être accueillis en halte garderie s'ils sont déjà inscrits*
 - *Renseignements au centre social au 02.98.45.16.96*

Le 32^{ème} Pardon de Kérangoff aura bien lieu

22 participants et 9 personnes excusées à la première réunion de préparation : la fête peut compter sur une trentaine de bénévoles pour l'organisation ; donc elle sera maintenue en 2010.

Le collectif d'organisation a souhaité apporter un peu de changement à l'organisation afin d'alléger la charge de travail des bénévoles et aussi le coût global de la manifestation.

Mais les organisateurs vous promettent que le Pardon 2010 sera une belle fête de quartier où vous pourrez retrouver vos amis et voisins et passer du bon temps.

La fête aura lieu sur 2 jours, les 12 et 13 juin, sous chapiteau.

Le samedi : 14h - 17h30 : grand jeu familial
18h - 20h30 : « espace danse-théâtre-chant »
21h - minuit : bal populaire

Le dimanche : défilé en fanfare dans les rues du quartier
à partir de 12h30 : repas en musique
15h - 17h30 : thé dansant avec animations surprise

Ce programme est prévisionnel.

Prochaine réunion de préparation : jeudi 8 avril à 18h

Il n'est pas trop tard pour rejoindre le collectif d'organisation



Activités du secteur jeunesse

« Les pratiques culturelles urbaines, et la prise de risque »

Durant la deuxième semaine des vacances de Pâques (**du lundi 19 au vendredi 23 avril**), le centre social de Kérangoff et l'association « Dédales de Clown » organisent une semaine d'animation en direction de l'enfance et de la jeunesse du territoire.

Du lundi matin au jeudi matin (de 10 h 30 à 12 h), les enfants de 6 à 10 ans seront accueillis dans les locaux du centre social afin de découvrir les arts du cirque.



Les après-midi, sous forme d'animation de rue, les adolescents pourront s'essayer aux échasses à ressorts, au monocycle tout terrain, au hip-hop, au foot freestyle ...

Les ateliers se déplaceront chaque jour en un lieu différent :

- ✓ Le lundi 19 à Kérangoff
- ✓ Le mardi 20 à Recouvrance
- ✓ Le mercredi 21 à Pontanézen dans le cadre d'échanges musicaux et culturels
- ✓ Le jeudi 22 à Kérargaouyat, avec en parallèle une chasse à l'œuf pour les enfants.



Enfin, la semaine s'achèvera sur le quartier de Kérangoff le vendredi, avec une journée festive où tous les participants pourront effectuer une démonstration.

PAROLES D'ENFANTS : « la vérité sort de la bouche des enfants... ! » (secteur enfance 3-12 ans)

- Je fais du bricolage (bricolage)
- Elle a la peau douce comme un ballon qui dégonfle
- On a du bulot à faire (boulot)
- Se masser le ventre (masser)
- Un remède contre le rhume de ma grand-mère, faire une isolation (inhalation)
- C'est l'eau de pluie qui a fondu
- Un trandourou (un kangourou)
- J'ai vu quelqu'un faire une course de rouleurs (rollers)
- 1-2-3 à vos marches, prêt, partez !
- Flash Mac Queen on lui a tiré dessus et après il est mourré (mort)
- C'est là où il y a eu une tournade (tornade)
- Ma série préférée c'est docteur « oisse » (house)
- J'arrête de tourner ça me donne le tournique (le tournis)
- On va à la halle au port (aéroport)

INFOS MAIRIE DE QUARTIER

Exposition la Mairie des Quatre Moulins du 1^{er} au 30 avril 2010 : il s'agit de peintures "le cycle du temps" de l'artiste Nadine Ravalard

Exposition à la Maison de la Fontaine du 1^{er} au 27 avril 2010 : peintures - photographies « L'autre Identité » de l'artiste Julie Davril

INFOS VILLE

LES LUNDIS DE LA SANTE



Dénutrition de la personne âgée

Lundi 26 avril 2010

- Dr Chantal Fauchier - Centre Fortin CHU - Bohars
- Association réseau gérontologique

CONFERENCES GRATUITES ET OUVERTES A TOUS

Faculté de Droit, d'économie et
de Gestion
12, rue de Kergoat
Amphi 500 et 600
De 18 h 30 à 20 h

La recette du mois

Chili con carne (Tex mex)

Ingrédients pour 4 personnes

- 750 g de steak haché
- 1 boîte de haricots rouges au naturel (4/4)
- ½ boîte de pulpe de tomates en dés
- 2 oignons
- 1 piment vert frais
- 1 cuillerée de cumin en poudre (facultatif)
- ½ cuillerée de poudre de chili (ou piment de cayenne)
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- sel, poivre

Hachez les oignons. Faites-les revenir 3 à 4 minutes dans 2 cuillerées à soupe d'huile. Ajoutez le steak haché. Faites cuire 3 minutes sur feu vif. Ajoutez le piment frais, le cumin, le chili ainsi que le contenu de la boîte de tomates. Couvrez. Laissez cuire 20 minutes. Ajoutez alors les haricots rouges égouttés. Mélangez. Poursuivez la cuisson 20 minutes. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Servez.



Responsable publication :

Comité d'animation de Kérangoff
Rue Franchet d'Esperey - 29200 BREST
☎ : 02.98.45.16.96
Président : Serge CARO

Rédaction : les bénévoles et professionnels du centre social de Kérangoff

Composition : Chantal BODENNEC
Imprimerie CAF : 1 300 exemplaires

Des buveurs guéris !

Leurs conjoints, leurs enfants, leurs amis
ont compris l'urgente nécessité de s'unir et de s'organiser
dans un grand mouvement national et international

Ce mouvement s'appelle " Vie Libre"

**Il n'est pas qu'un mouvement de buveurs guéris
Il n'existe pas que pour respecter et
Aimer les malades alcooliques
Leur porter secours
En refaire des hommes libres
(libérés de l'alcool et de ceux qui encouragent sa consommation)
Les défendre contre tous ceux qui les exploitent
Les abandonnent
Ou les tournent en dérision.**

BREST : Ville maritime – Ville de la diversité à la population aux parcours et aux sensibilités différentes

Marins ou ouvriers (hommes et femmes) : des arsenaux, du bâtiment, du tourisme, du commerce, de la pêche, de l'agriculture ...

Vie Libre existe en de nombreux secteurs de l'agglomération : Bellevue, Kérourien, Pen Ar Créac'h, Le Relecq-Kerhuon, Guipavas, Plougastel, Gouesnou, Plouzané ...

Et propose de créer un nouveau lieu de rencontre Rive Droite au centre social de Kérangoff car notre mouvement est ouvert à tous et doit permettre le choix d'une équipe où l'on se sent bien avec des copains, les amis ayant sensiblement les mêmes parcours professionnels, familiaux, sociaux que nous. Les temps de réflexion sur la maladie et ses conséquences débouchant par la suite sur des rencontres et des mises en commun des diversités du mouvement.

**Permanence le 3^{ème} mercredi du mois
de 20 h 00 à 22 h
au centre social de Kérangoff**