

L'ECHO DE LA PLAINE



KERANGOFF

OCTOBRE 2012

N° 159

LES ACTIVITES (il reste quelques places)

Sommaire

- ♦ Infos Centre Social
- ♦ Infos Ville
- ♦ Infos Mairie de quartier
- ♦ Recette de cuisine

RELAXATION

Le vendredi
de 10h45 à 12h

DANSES AFROBRESILIENNES

Le lundi
De 19h30 à 21h

YOGA

Le vendredi
de 9h15 à 10h30

DANSES DE SOCIETE

Le mardi
de 14h à 17h

DANSES TAHITIENNES

Le jeudi
De 17h30 à 19h

ATELIER DE CREATION EN ARTS POLYNESEIENS

Le jeudi
de 17h30 à 9h

LUDOTHEQUE

Ce lieu est ouvert durant la période scolaire :

- Prêt de jeux le mardi de 17h30 à 19h
- Jeux sur place le mercredi de 14h à 16h30
- Prêt et jeux sur place le samedi de 10h à 12h

Et durant la période des vacances scolaires :

- Jeux sur place le mercredi de 14h à 16h30
- Prêt de jeux le mercredi de 17h à 18h30

INFOS CENTRE SOCIAL

Vestiaire	Jeudi 11 octobre de 9 h à 11 h 30
Crésus	Aide pour les dossiers de surendettement tous les jeudis de 14 h à 18 h sur rendez-vous
Les sorties culturelles	"Hop, hop, il est où le hip !" - Spectacle de hip-hop Spectacle le samedi 3 novembre à 20h30 au Mac Orlan "Contractions" - Théâtre Spectacle le jeudi 8 novembre à 19h30 au Quartz "Shorts'attack" – soirée de court métrages Spectacle le mardi 13 novembre à 20h30 au Quartz <i>Pour ces 3 spectacles les inscriptions auront lieu le mercredi 24 octobre de 14h à 15h30.</i> "Le temps de mourir" – film de la cinémathèque Mardi 6 novembre à 19h30 au Mac Orlan Les billets sont à prendre le soir même au Mac Orlan
Bow-window	Permanences d'inscriptions : Le mardi 16 et le jeudi 18 octobre de 9h30 à 11h30 au centre social
Réseau Voisin'âge	Le réseau recherche des bénévoles pour accompagner les personnes âgées pour se rendre à des activités de loisirs

T.R.A.M (Tous Réunis Actifs Mobilisés)

T.R.A.M est une action collective qui existe depuis 3 saisons, portée par le CDAS de la Rive Droite en lien avec le Centre Social de Kerangoff et ICEO

Cette action initialement pour les hommes allocataires du RSA est désormais mixte et ouverte à toute personne habitant la rive droite.

T.R.A.M est animé par :

le Conseil Général : conseillers insertion et assistantes sociales

L'agent de développement ICEO.(Informer-Accompagner vers l'emploi)

T.R.A.M a pour objectifs de:

- valoriser des compétences et savoirs faire
- connaître ses droits et les actions d'insertion
- travailler sur la communication, rompre l'isolement, créer des solidarités
- travailler la confiance en soi
- travailler la mobilisation vers l'emploi
- s'informer sur les dispositifs sociaux et professionnels

**Une présentation de la nouvelle action aura lieu le mercredi 17 octobre à 14h
au Centre Social de Kerangoff.**

L'action T.R.A.M se déroule tous les 15 jours le mercredi au centre social de Kérangoff de 14h à 16h.

Contacts référents : Brigitte Le Ny ou Jean-Philippe Dafniet au CDAS de la Rive Droite au 02.98.45.16.54 ou ICEO au 02.98.02.98.95

Blog du T.R.A.M : <http://tramrivedroite.wordpress.com>

- Planning des actions et comptes rendus du 28 septembre 2011 au 27 juin 2012

LE SECTEUR JEUNESSE

Le secteur jeunesse propose des séances de :

- « **multisports** » destinés aux jeunes âgés de 11 à 14 ans.
tous les **jeudis** (*hors vacances scolaires*) de **17 h 30 à 19 h 00**.
au gymnase de la résistance



- **des cours de Hip-Hop** destinés aux jeunes.

Encadrés par un intervenant technique en la personne de Mr Peron Mehdi, les cours se déroulent dans la salle de spectacle, au sein des locaux du Centre Social de Kérangoff :

Pour les enfants âgés de 6 à 10 ans :

tous les **Samedis** (*hors vacances scolaires*) de **9 h 15 à 10 h 30**.

Pour les enfants âgés de plus de 10 ans :

tous les **Samedis** (*hors vacances scolaires*) de **10 h 45 à 12 h**

Tarifs à l'année selon le quotient familial :

D : 39 € / C : 60 € / B : 81 € / A : 99 €

- des activités nautiques tous les mercredis après midi de 13h30 à 18h au centre nautique du Moulin Blanc avec découverte et initiation à différentes pratiques telle que : sprinto, kayak, plongée bouteille, rando palmée ou encore stand up paddle.

Horaires d'ouverture du secteur jeunesse

Période scolaire	Lundi de 16h à 17h30 Mardi et jeudi de 16h à 18h Mercredi de 13h30 à 18h Vendredi de 16h à 18h Samedi de 10h à 12h et de 14h à 16h
Période de vacances	Du lundi au vendredi De 10h à 12h et de 14h à 18h

Par ailleurs, la médiathèque des 4 Moulins inaugurent ses nouveaux locaux **le samedi 6 octobre 2012 de 10h à 11h45 et 14h et 17h**.

Venez nombreux visiter les nouveaux aménagements et espaces dédiés aux habitants et attendez-vous à quelques surprises.

LA PREVENTION ROUTIERE

SÉCURITÉ ROUTIÈRE
TOUS RESPONSABLES

Du 27 novembre au 1^{er} décembre 2012, les bénévoles et salariés du centre social organisent une semaine de prévention routière.

Différents ateliers, jeux, expositions, débats seront proposés pour les petits et grands.

Le programme complet sera diffusé dans le journal du mois prochain.

Toutes les personnes qui veulent nous rejoindre sont les bienvenues !!!

INFOS MAIRIE DE QUARTIER

* Exposition « ArchiteXtures » : peintures de Alain à la mairie des 4 Moulins du 6 au 30 octobre 2012

* Dans le cadre de la semaine de la santé, la ville de Brest organise une restitution-spectacle du bilan-santé du quartier à la Mairie des Quatre Moulins le mercredi 17 octobre de 18h à 20h.

INFOS VILLE

LES LUNDIS DE LA SANTE

"LE DON ET LA GREFFE DE MOELLE OSSEUSE"

- Dr Virginie Moalic, biologiste, praticien hospitalier au CHRU de Brest
- L'Adot
-

Conférences gratuites et ouverte à tous à la faculté de droit, d'économie et de gestion – Amphi 500 et 600 de 18h30 à 20h – 12, rue de Kergoat

La recette du mois

TERRINE DE COURGETTES

Préparation : 15 min

Cuisson : 45 min

Ingrédients pour 4 personnes

- 600 gr de courgettes
- 4 œufs
- 10 cl de crème fraîche
- 1 cuillère à soupe d'huile
- sel, poivre

Préchauffer le four thermostat à 200°. Laver les courgettes et les découper en rondelles fines sans les éplucher. Les cuire dans une poêle dans un peu d'huile pendant environ 15 à 20 min. Les déposer sur une assiette pendant environ 15 à 20 min et réserver.

Dans un saladier, mélanger les œufs en omelette avec la crème fraîche ; saler et poivrer.



Ajouter les courgettes.

Verser le tout dans un moule à cake.

Faire cuire au bain marie au four thermostat 7 (200°C), pendant 45 min.

Démouler et servir avec une salade verte, et accompagner de pâtes ...



Responsable publication :

Comité d'animation de Kérangoff
Rue Franchet d'Esperey - 29200 BREST
☎ : 02.98.45.16.96
Présidente : Nadine MOUDEN

Rédaction : les bénévoles et professionnels du centre social de Kérangoff

Composition : Chantal BODENNEC
Imprimerie CAF : 1 300 exemplaires

LES MAQUETTES : UN UNIVERS MINIATURE DIGNE DES GRANDS



Une maquette est une reproduction en réduction d'un modèle réel, ancien, disparu ou encore en service actif. Les équipements, ainsi que les 16 adhérents de cette activité du Centre Social de Kérangoff, constituent un chantier naval en réduction qui a créé pas moins de 250 maquettes de navires, à raison d'une dizaine en moyenne par an. Tous les thèmes sont abordés, explorés, qu'il s'agisse de répliques de navires de plaisance, de pêche, des marines marchande ou militaire, du voilier au sous-marin, sans oublier les barges et bateaux de surfaces motorisés.

C'est donc tous les après-midi des mardi, jeudi et samedi que, quatre heures durant, les maquettistes se retrouvent dans leur local pour bâtir et peaufiner leurs petits bijoux. Etre un bon maquettiste requiert des qualités dont la patience, la méthode et la précision. L'obstination aussi, parfois est nécessaire. Innées ou acquises, ces aptitudes permettent à nos amis d'assouvir leur passion, car ce sont d'authentiques passionnés.

Pour eux, réaliser ces copies parfois plus belles et réalistes que les vrais bateaux est une délectation. Bien que chacun travaille sur son projet, les échanges de compétences et de savoirs sont fréquents, l'entraide, omniprésente. Une maquette est un engagement de longue haleine qui nécessite 100 à 200 heures d'un travail assidu, de la matière première à l'œuvre finie. L'élaboration d'un modèle réduit peut faire appels à des techniques de plusieurs corps de métiers exercés dans les chantiers navals de construction.

Mais préalablement au travail physique et concret sur une maquette, des recherches parfois ardues ont été nécessaires. Il est très difficile de trouver des plans, encore plus d'en obtenir qui soient exacts, complets et fidèles à la réalité. Aussi parfois, une visite à bord permet de pratiquer à un relevé dimensionnel afin de s'assurer de la conformité de la maquette à son modèle, (*c'est dire le sérieux apporté à ces réalisations*) encore faut-il que ledit modèle existe encore et soit accessible. Lorsqu'une recherche historique s'avère indispensable, ce sont d'autres difficultés qui se présentent car certaines données peuvent être confidentielles ou protégées.

Etant donné que ces maquettes sont "navigables", un grand moment de vérité, celui de la mise à l'eau. Si l'œil permet d'apprécier l'esthétique d'une maquette, la mise à l'eau est un verdict sans complaisance qui sanctionne la qualité du travail accompli et le respect de la répartition des masses afin que l'équilibre et la stabilité de l'embarcation soient avérés. Ensuite, les essais de navigabilité sont très importants car la moindre vaguelette, le moindre clapot, intervenant sur une maquette équivaut parfois à une mer formée rencontrée par un vrai navire.

Quel plaisir et quelle fierté également pour nos surdoués de la précision et du détail, de pouvoir exposer leurs chefs d'œuvres. Rappelons que deux maquettes ont participé à des concours de niveau national. C'est dire le degré qualitatif atteint.

Alors, chapeau bas, Messieurs, et Bon Vent !

**Le club participe au salon de la maquette au Relecq-Kerhuon
les 27 et 28 octobre 2012**