



MAISON POUR TOUS

CENTRE SOCIAL

Programme
2020-2021

PARENTALITÉ EN FAMILLE

Les ateliers en famille.....	page 5
Les rendez-vous brico/déco.....	page 5
Les vacances en folie.....	page 6
Infos débats	page 6

SE DIVERTIR

K'Fé Convivial.....	page 7
Les marmitons	page 7
Déco créative.....	page 7
Atelier chansons.....	page 8
Couture	page 8
Club photo.....	page 9
Club cuisine.....	page 9
Club généalogie.....	page 10
Club d'écriture	page 10
Club dessin.....	page 10
Autour du jeu.	page 11
Prêt de jeux.....	page 11
Actions partenariales.....	page 12
Le réseau Parentalité du Pays Bigouden.....	page 12

ENVIE D'UN BOL D'AIR

Les flâneries du vendredi	page 13
Les sorties collectives	page 13
Café vacances.....	page 14
Accompagnement de projet	page 14
Les séjours collectifs.....	page 14

INFORMATIQUE, NUMÉRIQUE

Visas Internet	page 15
Les ateliers	pages 15 à 18
Permanence numérique	page 19
Déclarer ses impôts en ligne	page 19
Salle informatique	page 20

AGIR ENSEMBLE

Bidule & Cie.....	page 21
Aide aux projets.....	page 21
On s'lance.....	page 21
Soutien aux associations.....	page 22
Lieu d'exposition.....	page 22

LES PERMANENCES À LA MPT

Les différentes permanences	pages 23 à 24
<i>(Mission Locale, CAF, Mutuelle Communale, FNATH, CARSAT, CICAS, ACTIFE, SPIP).</i>	

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Adhésions.....	page 25
Tarifs et règlement.....	page 26

PRÉSENTATION

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

LE BUREAU

Président - François-Xavier LAMPE
Vice-Président - Michel BIGOT
Secrétaire - Catherine LE CARRE
Trésorière - Marie-José GRAND
Trésorière adjointe - Queira LE GOFF

LES MEMBRES

Liliane DUPONT
Yolande LE BRETON
Joëlle SEGUIN
Micheline WERQUIN

L'ÉQUIPE DE PROFESSIONNELLES

Directrice - *Christelle FROUIN*
Animatrice Référente Famille - *Jennifer MENEZ*
Chargée d'accueil et de comptabilité - *Sandra LE BERRE*

LES ENCADRANTS D'ACTIVITÉS

Ateliers informatique - *Dominique BEAUCE - « Pen Ar Web »*
Atelier couture - *Stéphanie MORVAN « Ma Chupen »*
Atelier Chanson - *Julia BARAT*
Club d'écriture - *Animateur Michel SUZARINI*
Club cuisine - *Jacqueline VIGOUROUX (Jardins des Saveurs)*
Club photo - *Référent bénévole Jean-Pierre GOALES*
Club dessin - *Référent bénévole Bernard FAURE*
Club généalogie - *Référents bénévoles Joëlle BONNET & Patrick CRESPEAU*

La Maison Pour Tous peut aussi compter sur un grand nombre de bénévoles

Nicole B, Odile K, Luce, Josiane B, François, Yves, Maud, Sandrine, Christine, Catherine, Françoise, Gwen, Marie-Pierre, Josiane L, Micheline & Lionel, Marceline, Jeanine, Josiane & Michel, Elisabeth, Gilbert & Nicole, Jean Claude, Michel, Mireille, Stéphanie, Philippe, Eugène, Christine, René, Jean-Pierre, et tout ceux dont le prénom nous échappe ...

Nous les remercions chaleureusement pour leur investissement à nos côtés !

NOS PARTENAIRES

La MPT fait partie d'un large réseau de partenaires : la Municipalité et ses Services Municipaux (Service Enfance Jeunesse, le centre culturel Le Triskell, la Médiathèque, les Services Techniques, etc.), la Caisse d'Allocations Familiales du Finistère, le Conseil Départemental du Finistère, les associations locales, etc.
La MPT adhère à la Fédération Régionale des Centres Sociaux de Bretagne et fait partie du réseau des Centres Sociaux du Finistère.

PRÉSENTATION

Edito

Chères adhérentes, chers adhérents,
Après l'épreuve traversée au printemps dernier, une nouvelle saison s'offre à nous. Nous sommes très heureux de vous retrouver et de rencontrer de nouveaux adhérents. La MPT Centre Social prendra soin de respecter les consignes de sécurité sanitaire nécessaires pour pouvoir vous accueillir dans les meilleures conditions possibles. Ainsi, ensemble, nous pourrions continuer à nourrir nos imaginations et à semer les graines de la solidarité et du vivre ensemble. Cette saison, de nombreuses occasions de se rencontrer sont proposées dans ces pages. Des rendez vous reconduit chaque année, mais aussi de nouvelles activités. Et bien d'autres à venir lors des programmes saisonniers.

Bonne lecture

Le président

DISPOSITIF COVID-19

Afin de maintenir et de renforcer le lien avec ses adhérents, la Maison Pour Tous a adapté l'accueil et le déroulement de ses ateliers et de ses animations.

Dans le cadre des mesures de prévention liées à l'épidémie de COVID 19, le port du masque est obligatoire dès l'entrée dans le bâtiment. Il reste obligatoire pendant la durée totale des activités.

La jauge des salles a été revue à la baisse :

- Salle de réunion : 6 personnes maximum
- Cuisine : 12 personnes maximum
- Salle informatique : de préférence sur rdv ou 4 personnes maximum.
- Cours informatique : relocalisés dans la salle de réunion, l'utilisation de son ordinateur portable personnel est à privilégier.

Les sorties en co-voiturage : le décret n°2020-860 du 10 juillet 2020, réglemente le co-voiturage à deux personnes par rangée, de ce fait une voiture peut transporter 3 personnes au maximum sauf si les passagers sont issus de la même famille. Le port du masque reste obligatoire pour l'ensemble des passagers et du chauffeur. Aucun passager n'est autorisé à s'asseoir auprès du conducteur sauf si les passagers sont issus de la même famille.

Les sorties en autocar : Nous sommes soumis aux règles de notre transporteur. A ce jour, le port du masque est obligatoire durant la durée du trajet. Aucun nombre maximum de passager nous est imposé.

La possession individuelle de gel hydroalcoolique est obligatoire pour l'ensemble des sorties en car et en covoiturage.

Dans le cadre du non respect de ces consignes, la MPT se donne le droit de refuser l'accès ou de facturer l'équipement nécessaire.

QUI SOMMES-NOUS ?

La Maison Pour Tous (MPT) est une association qui gère un Centre Social agréé par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF). Son agrément lui est délivré sur la base d'un projet social élaboré par les habitants, les bénévoles, les professionnels, les associations locales et les partenaires institutionnels.

Un Centre Social se veut être un équipement de proximité qui s'inscrit dans une logique de projet et qui privilégie la mixité sociale ainsi que les dimensions familiales et inter-générationnelles dans l'ensemble de ses activités.

PROJET SOCIAL

COMMENT FONCTIONNE LA MPT ?

Association loi 1901, la Maison Pour Tous – Centre Social est dirigée par un Conseil d'Administration, composé d'habitants élus par l'ensemble des adhérents lors de l'Assemblée Générale annuelle.

Il a pour rôle de s'assurer du bon fonctionnement et du développement de l'association, ainsi que de sa conformité avec son projet. Les bénévoles sont épaulés par une équipe de salariés permanents.

COMMENT M'INVESTIR AU SEIN DE LA MPT ?

Chaque adhérent peut participer à cette aventure collective en apportant : son savoir faire, ses projets, ses envies, son temps, sa disponibilité ou tout simplement sa bonne humeur ! Vous pouvez également prendre part aux projets de la MPT en vous investissant dans une commission de votre choix (sorties, cinéma, projets ponctuels, etc.) ou en proposant une activité. **Les commissions sont ouvertes à tous, rejoignez-nous !**

Vous souhaitez partager vos passions, vos savoirs-faire ?

Vous avez des projets, des envies ? N'hésitez pas à venir nous rencontrer !

LA MPT EN PROJET :

La Maison Pour Tous – Centre Social renouvelle son Projet Social pour la période 2021-2024. Ce projet nous permet d'obtenir l'agrément centre social, délivré par la Caisse d'Allocations Familiales, pour 4 ans, mais aussi de baliser notre action en fonction des attentes des habitants et partenaires du territoire.

Les objectifs que nous nous sommes fixés pour ce nouveau renouvellement est :

- Développer le lien social et l'animation locale
- Soutenir les initiatives et les projets d'habitants
- Développer notre partenariat avec les acteurs locaux
- Consolider l'association gestionnaire du Centre Social
- Améliorer l'accueil de la Maison Pour Tous

Nous avons réalisé un diagnostic partagé et participatif au printemps 2019 sur l'ensemble du territoire du Pays Bigouden Sud mais aussi Plonéour-Lanvern. Nous avons donc été à la rencontre des habitants du territoire afin de recueillir leurs paroles et les questionner sur leurs pratiques et leurs besoins sur le territoire. Une restitution s'est déroulée le 7 novembre dernier à Treffiat.

Le confinement ne nous a pas permis de poursuivre notre travail comme prévu initialement. Nous allons toutefois à l'automne reprendre notre réflexion et mettre en place des temps d'échanges et de convivialité afin de réfléchir tous ensemble aux actions que le Centre Social pourra proposer aux habitants du territoire en 2021.

Cette aventure est collective et c'est AVEC vous et POUR vous que nous construisons ce projet.

C'est pourquoi nous comptons sur vous, sur votre investissement dans cette démarche de co-construction. N'hésitez pas à venir vous renseigner à l'accueil de la MPT.

PARENTALITÉ EN FAMILLE

LES ATELIERS EN FAMILLE

Jennifer, accompagnée de bénévoles ou d'intervenants professionnels, propose aux familles de partager un moment commun parents-enfants / grands parents-petits enfants, autour de plusieurs supports : LE BRICOLAGE, LA CUISINE, LA PATOUILLE DES FRIPOUILLES, LA COUTURE, LA VIDÉO.

LES 1^{ers} RENDEZ-VOUS :

Mercredi 23 septembre à 10h30 : Atelier patouille « les graines »
Mercredi 7 octobre à 14h30 : Atelier bricolage « maison à insectes »
Mercredi 25 novembre à 10h30 : Atelier patouille « Sable magique »
Mercredi 9 décembre à 15h : Atelier patouille « Noël »
Mercredi 24 février à 10h : Atelier couture « Carnaval »

Tarif : 8€/la séance par binôme

Ces ateliers ont lieu sur inscription - places limitées (même de dernière minute).
D'autres ateliers seront programmés dans l'année,
soyez attentifs au programme !

LES RENDEZ-VOUS BRICO/DÉCO !

En duo (adultes/enfants), à partir de 10 ans, la MPT vous invite à scier, coller, peindre pour créer vous-même un accessoire de décoration (porte-manteau, pêle-mêle, miroir naturel, etc.).

LES 1^{ers} RENDEZ-VOUS de 10h à 12h :

samedi 26 septembre : « Portemanteau pratique & déco »
samedi 21 novembre : « Un système de rangement bien pensé et écolo ! »
samedi 6 février : « Thème à définir »
samedi 3 avril : « Thème à définir »

Tarif : 8€/la séance par binôme

PARENTALITÉ EN FAMILLE

LES VACANCES EN FOLIE

A chaque période de vacances scolaires, Jennifer vous propose 3 journées consécutives d'animation pour petits et grands. Au programme, un espace de jeux adapté à chaque âge (jeux de construction, d'imitation, de société, coin bébé) et des animations thématiques (bricolage, activité manuelle, cuisine).

1€ par personne.

LES 1^{ers} RENDEZ-VOUS :

Vacances d'automne : « Halloween » du mercredi 28 au vendredi 30 octobre 2020
Vacances de Noël : « Noël » du mercredi 21 au vendredi 23 décembre 2020
Vacances d'hiver : « Le Carnaval » du mercredi 24 au vendredi 26 février 2021
Vacances de printemps : « Le Jardin » du mercredi 26 au 28 avril 2021

Ces ateliers ont lieu sur inscription - places limitées (même de dernière minute).
D'autres ateliers seront programmés dans l'année,
soyez attentifs au programme !

INFOS DÉBATS

Que vous soyez ou non parents, nous vous proposons des soirées thématiques chaleureuses et conviviales où chacun peut s'exprimer et partager sur son expérience ou ses questionnements en lien avec la famille et le thème. Le café des parents c'est un espace libre et gratuit, construit par le Réseau Parentalité du Pays Bigouden, en fonction des demandes et besoins des familles. Des intervenants et professionnels sont présents pour apporter quelques clés concrètes à partir des témoignages des participants.

*Inscription souhaitable auprès de la MPT 02 98 66 08 03
même à la dernière minute 06 71 06 75 20*

SE DIVERTIR

K'FÉ CONVIVIAL

Le K'Fé Convivial est un lieu pour **se retrouver entre amis, entre voisins** et pour **rencontrer de nouvelles personnes...** Journaux locaux, quelques jeux de la MPT sont à votre disposition, pour jouer, **s'informer, rire, s'investir**, lire ou **simplement parler**.
N'hésitez pas à venir le découvrir !

Les mercredis de 9h30 à 12h
Tarif : Gratuit*

LES MARMITONS

Un mercredi par mois, la MPT - Centre social vous propose de cuisiner ensemble des bons petits plats de saison. Une cuisine sans prétention juste pour le plaisir de se retrouver !

Les recettes sont inspirées par la saisonnalité, la découverte culturelle et les idées des participant(e)s. L'atelier est suivi d'un repas.

N'hésitez pas à venir le découvrir !

Les mercredis de 9h30 à 13h30
Tarif : 3 €/personne

Calendrier	
2020	2021
30 septembre	6 janvier
14 octobre	3 février
4 novembre	10 mars
2 décembre	7 avril
	19 mai
	2 juin

DÉCO CRÉATIVE

L'atelier déco-créative est un atelier dit « **participatif** » mis en place dans le but de **créer des décorations pour la structure** afin qu'elles soient renouvelées au fil des saisons. Il vous permettra de venir partager ou récolter des idées. **Des créations** réalisées avec un **budget modéré**, à base de **récupération** et de matériel accessible que vous pourrez aussi **reproduire à la maison**.

Les mercredis de 14h à 17h
Tarif : Gratuit*

* Carte d'adhésion obligatoire - voir modalités pages 26 à 27

SE DIVERTIR

ATELIER CHANSONS

Envie de chanter sous la douche, pour vos amis, ou d'acquérir des techniques vocales ? **Julia BARAT** vous donnera le « la » tout au long de l'année, autour de la **chanson française**, aux ateliers bimensuels.

En fin d'année, selon vos envies, tel un artiste, vous interpréterez devant un public familial, amical et bienveillant, en solo ou en groupe, vos chansons choisies et travaillées au cours de l'année.

Le jeudi de 18h à 20h

Tarif : 160 €*
*Les règlements par chèque seront à rédiger à l'ordre de : **Mme Julia BARAT***

Calendrier			
GROUPE 1		GROUPE 2	
2020	2021	2020	2021
17 sept.	21 janv.	24 sept.	14 janv.
1 oct.	4 fév.	15 oct.	28 janv.
5 nov.	18 mars	19 nov.	18 fév.
26 nov.	1 avril	3 déc.	25 mars
17 déc.	22 avril		15 avril
	3 juin		27 mai
	24 juin		17 juin
			1 ^{er} juil.

COURS DE COUTURE

Ces ateliers, proposés et animés par Stéphanie MORVAN, reviendront avec vous sur les « basiques » (apprendre à piquer droit, monter une fermeture éclair, etc.) ou vous inviteront à laisser libre cours à votre créativité (sur patron de votre choix) pour les plus aguerri(e)s d'entre vous.

Calendrier					
Mardi de 18h à 20h		Vendredi de 13h30 à 16h		Samedi de 9h30 à 12h	
2020	2021	2020	2021	2020	2021
15 sept.	5 janv.	18 sept.	8 janv.	19 sept.	9 janv.
29 sept.	19 janv.	2 oct.	22 janv.	3 oct.	23 janv.
13 oct.	2 fév.	16 oct.	5 fév.	17 oct.	6 fév.
3 nov.	16 fév.	6 nov.	19 fév.	7 nov.	20 fév.
17 nov.	9 mars	20 nov.	12 mars	21 nov.	13 mars
1 ^{er} déc.	23 mars	4 déc.	26 mars	05 déc.	27 mars
15 déc.	6 avr.	18 déc.	9 avr.	19 déc.	10 avr.
	20 avr.		23 avr.		24 avr.
	11 mai				
	18 mai				
	25 mai				

Tarif : 160 €*
*Les inscriptions sont à effectuer par email à : **machupenn.stephaniemorvan@gmail.com***
*Les règlements par chèque seront à rédiger à l'ordre de : **Mme Stéphanie MORVAN***

* Carte d'adhésion obligatoire - voir modalités pages 26 à 27

SE DIVERTIR

CLUB PHOTO

Photographes amateurs ou confirmés se retrouvent deux fois par mois afin d'échanger conseils, techniques et avis lors de réunions en salle au cours desquelles ils échangent sur les photos prises par les membres.

Il **ne s'agit pas d'un cours de photo** mais d'un moment permettant aux participants de pratiquer ensemble.

Le groupe programme également des **sorties en extérieur** afin de permettre aux participants de pratiquer ensemble et de se perfectionner. Aussi, **des intervenants extérieurs** (photographes, animateurs, profs) peuvent être invités sur des temps d'échanges.

Des **expositions de photos** des membres du club sont mises en place régulièrement.

Les vendredis de 17h à 19h
Tarif : 50€*

Calendrier	
2020	2021
11 septembre	8 janvier
9 octobre	12 février
13 novembre	12 mars
11 décembre	9 avril
	21 mai
	11 juin

CLUB CUISINE

La MPT organise un jeudi par mois un atelier cuisine dans une ambiance familiale et conviviale.

Cet atelier est animé par l'Association « le jardin des saveurs ». Vous apprendrez les bases de la cuisine mais aussi ce temps permettra d'échanger des conseils et astuces pour réaliser de bons repas.

Les recettes sont choisies selon les saisons et nous utilisons des produits frais et locaux.

Blog : jardinssaveurs.canalblog.com

Un jeudi par mois de 18h à 20h30

**Tarif : 25 €* (inscription)
5 € par atelier.**

Calendrier	
2020	2021
10 septembre	7 janvier
8 octobre	11 février
12 novembre	11 mars
10 décembre	8 avril
	20 mai
	10 juin

SE DIVERTIR

CLUB GÉNÉALOGIE

Vous souhaitez connaître vos origines, vos ancêtres, ainsi que leur métier et leur façon de vivre. Vous souhaitez remonter le temps jusqu'à l'époque de Henri IV. Venez rejoindre l'atelier généalogique de la Maison Pour Tous.

Vous êtes débutants, nous vous aiderons à démarrer votre arbre et les notions acquises au cours de ces séances vous permettront de faire grandir cet arbre chez vous. **Vous êtes plus expérimentés**, l'échange d'astuces, de conseils, le partage du savoir et l'expérience des uns et des autres au sein du groupe, vous permettront d'avancer, de débloquer.

Tout cela en toute simplicité dans une ambiance conviviale et détendue.

Les mardis de 9h30 à 12h
Tarif : Gratuit*

CLUB D'ÉCRITURE

S'exprimer, se libérer, créer, laisser son imaginaire prendre le pas sur le quotidien, découvrir et échanger, c'est ce que la Maison Pour Tous vous propose à travers cet atelier déclencheur. Accompagné par **Michel SUZARINI** qui provoquera en vous le déclic écriture, laissez vous surprendre par vous-mêmes.

Les vendredis de 10h à 12h
Tarif : 5 € / atelier*

Calendrier	
2020	2021
18 septembre	8 janvier
9 octobre	12 février
13 novembre	12 mars
11 décembre	9 avril
	21 mai
	11 juin

CLUB DESSIN

Ouvert à tous, le club dessin est un temps d'échanges et de pratiques hebdomadaires fréquenté par des dessinateurs amateurs aux niveaux différents. Il **ne s'agit pas d'un cours de dessin** mais d'un moment permettant aux participants de pratiquer ensemble. **Animé par un référent bénévole**, le club est également ouvert aux débutants car les notions de bases sont abordées lors des premières séances. Le groupe travaille ensuite, tout au long de l'année, sur différents thèmes, sujets et techniques en intérieur ou extérieur.

Les mercredis de 18h à 20h
Tarif : Gratuit*

SE DIVERTIR

AUTOUR DU JEU ...

Venez partager un moment de bonne humeur, de convivialité et découvrir de nouveaux jeux. Jeux de coopération, de mémoire, de stratégie, de rôles, chacun trouvera son bonheur quel que soit son âge !

Environ une fois par mois, l'après-midi ou en soirée, générale ou thématique, venez découvrir une multitude de jeux et partager un moment de récréation, en famille ou entre amis. Ces temps sont ouverts à tous, adhérents ou non, et sont annoncés dans notre programme.

Après-midi jeux
à la Médiathèque Julien Gracq :

mercredi 9 septembre 14h30 à 17h : « Jeux géants en extérieur »
samedi 17 octobre 10h à 12h : « Jeux coopératif »
mercredi 18 novembre 14h30 à 17h : « Jeux d'aventure »

PRÊT DE JEUX

En complément des après-midi jeux, empruntez des jeux pour y jouer à la maison en famille ou entre amis.

Des bénévoles et professionnels vous accueilleront et vous guideront dans votre choix parmi les 250 jeux disponibles.

Mercredi de 9h30 à 12h et de 13h30 à 17h30 - **Vendredi** de 9h à 12h
Tarif : 1 €* / jeu emprunté (pour une période de 15 jours)
ou 15€ emprunt illimité
Un chèque de caution de 50€ vous sera demandé.

**Si pour vous le jeu est une passion ou un loisir,
n'hésitez pas à rejoindre l'équipe de bénévoles et de salariés
afin de soutenir et promouvoir notre « Espace Jeux »**

* Carte d'adhésion obligatoire - voir modalités pages 26 à 27

SE DIVERTIR

ACTIONS PARTENARIALES

En lien avec son projet social, la MPT favorise et développe les actions avec les partenaires du territoire autour de la famille et de la parentalité.

L'objectif étant de participer à l'animation globale du territoire, de répondre aux besoins des habitants et de créer une véritable dynamique sur le territoire du Pays Bigouden Sud.

Le travail partenarial fait partie des missions principales du Centre Social. En effet, il permet l'interconnaissance, la mise en œuvre de projets d'envergure et surtout il favorise l'harmonisation des actions sur le territoire.

Tout au long de l'année des animations vous seront proposées
Soyez attentifs au programme !

LE RÉSEAU PARENTALITÉ DU PAYS BIGOUDEN

Le Réseau Parentalité réunit les acteurs, **professionnels et bénévoles**, de la petite enfance à la famille au sens élargi. Il s'étend sur l'ensemble du Pays Bigouden, voire au-delà lors de certaines actions. A l'heure actuelle près de 60 acteurs et une quarantaine de structures composent ce réseau, qui bénéficie de l'appui technique et du soutien de la CAF du Finistère.

Le Réseau Parentalité permet de mettre en place des temps d'échanges comme les cafés des parents, mais aussi des temps festifs tels que la semaine de la famille et les semaines petite enfance. Aujourd'hui les acteurs du Réseau Parentalité sont donc investis sur **4 axes principaux** : la jeunesse, la petite enfance, la famille et la communication. Il reste ouvert et à l'écoute des familles afin de répondre au mieux à leurs besoins et envies.

En partenariat avec : Patouille et Cie, la Mission Locale, le PAEJ, la Coordination Jeunesse de Loctudy, les Espaces Jeunes de Plomeur, Penmarc'h, les Services Enfance Jeunesse de Penmarc'h, de Pont-l'Abbé, Plobannalec-Lesconil, le Collège Laënnec de Pont-l'Abbé, les Centres de Loisirs (ALSH) de Pont-l'Abbé, de Pouldreuzic, de Plozevet, de Plonéour-Lanvern, de Combrit, de l'Île-Tudy, de Tréméoc, la micro-crèche « Aire d'Enfance », l'APE PB Ti Liou, le RPAM inter-communale de Plonéour-Lanvern, le LAEP Hamac et Trampoline, le Collectif des Bibliothèques du Pays Bigouden, la Médiathèque de Plozevet, du Guilvinec, le centre culturel Le Triskell de Pont-l'Abbé, la Bibliothèque de Pont-l'Abbé, Cap Caval de Penmarc'h, le centre culturel de Loctudy, Dihun, Tamm kreiz, le service culturel de Plobannalec-Lesconil, T'es C@P, l'Ulamir du Goyen, le CDAS, les CCPBS et CCHPB et la MPT-Centre Social de Pont-l'Abbé, avec le soutien technique de la Caisse d'Allocations Familiales du Finistère.

ENVIE D'UN BOL D'AIR

LES FLÂNERIES DU VENDREDI

Un vendredi par mois, la MPT – Centre social vous emmène sillonner le territoire. Une balade adaptée à tous pour sortir, découvrir ou redécouvrir les alentours et passer un bon moment ensemble.

Sortie en covoiturage. Sur inscription.

Les vendredis de 14h à 17h
Tarif : Gratuit*

Calendrier	
2020	2021
2 octobre	15 janvier
6 novembre	12 février
11 décembre	12 mars
	9 avril
	21 mai
	11 juin

SORTIES COLLECTIVES

S'évader quelques heures ou toute la journée, explorer des lieux tout proches ou des terres plus lointaines. Se défouler, se détendre, rencontrer et partager avec les autres, ces moments d'évasion, en car ou en covoiturage.

L'organisation de ces sorties est un travail collectif auquel chacun peut se joindre en participant aux réunions de préparation.

La MPT travaille en partenariat avec les acteurs culturels locaux (centre culturel Le Triskell, Cap Caval, ...) pour sensibiliser et encourager chacun dans cette démarche d'ouverture sur les arts, le spectacle vivant et la culture en général.

La culture nous donne à rêver notre monde sous un autre angle, nous permet la rencontre et le partage avec les autres.

Tarif en fonction des sorties et
du revenu fiscal de référence du foyer.

* Carte d'adhésion obligatoire - voir modalités pages 26 à 27

ENVIE D'UN BOL D'AIR

Contact :
Jennifer

02 98 66 08 03
06 71 06 75 20

CAFÉ VACANCES

Une fois par an, la MPT – Centre social vous invite à un temps de rencontre « Café-vacances ». Ce moment vous permet de connaître les différents dispositifs de départ en vacances mais également de rencontrer les professionnels (CAF, Vacances et familles, EPAL) qui peuvent vous accompagner dans vos démarches.

Date à définir !

ACCOMPAGNEMENT DE PROJET

Vous souhaitez partir en vacances en famille, vous bénéficiez d'aides VACAF mais ne savez pas comment faire les démarches.

Vous souhaitez connaître les différentes possibilités de départ. La MPT – Centre social est disponible pour vous accompagner dans votre projet de départ en vacances de l'envie de partir à la concrétisation d'un séjour.

Pour cela, n'hésitez pas à prendre rendez-vous avec Jennifer le plus tôt possible.

LES SÉJOURS COLLECTIFS

Envie de vous évader quelques jours en famille ou en groupe, la MPT propose de vous soutenir dans la construction de 2 séjours et de vous accompagner sur place. Le premier se déroulera aux vacances de printemps pour une durée de 5 jours et 4 nuits. Le deuxième séjour se déroulera aux vacances d'été pour une durée de 8 jours et 7 nuits.

Cette démarche est collective : du choix de la destination au mode d'hébergement, des activités au transport, les décisions se prennent en groupe et chaque idée est la bienvenue.

* Carte d'adhésion obligatoire - voir modalités pages 26 à 27

VISAS INTERNET / 100% DÉBUTANT

Gratuit*

Il s'agit d'une formation d'une dizaine d'heures, réparties en quatre à cinq séances, qui se déroule en petit groupe (6 personnes) dans la salle informatique à l'étage de la Maison Pour Tous.

Le Visa Internet permet de former les stagiaires sur :

- Le fonctionnement de base d'un ordinateur et de ses périphériques (clavier, souris, etc.)
- L'environnement Windows (bureau, fenêtres, etc.)
- La découverte Internet (recherches simples, navigation sur différents sites)
- La création d'une adresse e-mail et l'envoi d'e-mail.

Financé par la région Bretagne dans le but de permettre à tous Bretons de plus de 17 ans d'acquérir les notions de bases à l'utilisation de l'informatique, ce stage est gratuit pour les bénéficiaires.

A noter : *le Visa est réservé aux personnes n'ayant pas ou peu utilisé un ordinateur.* Plusieurs sessions sont proposées au cours de l'année, merci de nous contacter pour plus de renseignements et/ou inscriptions.

Session : Mardi 20/10 de 10h à 12h et 14h à 17h, mercredi 21/10 de 14h à 17h et jeudi 22/10 de 10h à 12h et 14h à 17h.

FORMULE « COMPLÈTE »

21
séances
275 €*

Programme : de l'initiation à l'approfondissement en passant par la maîtrise d'internet, cette formation de 21 séances vous permettra de devenir autonome avec l'outil informatique.

Public : Destiné aux personnes qui souhaitent une formule complète !

Session : Les jeudis de 14h à 16h
5/11, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 17/12- 2020
7/01, 14/01, 21/01, 28/01, 4/02, 11/02, 18/02,
11/03, 18/03, 25/03, 1/04, 8/04, 15/04, 22/04-2021.

DÉCOUVERTE DE L'ORDINATEUR

7
séances
99 €*

Programme : S'initier à l'utilisation courante d'un ordinateur. Apprentissage de la souris et du clavier, ouverture d'un programme. Création de fichier, d'un dossier.

Public : Destiné aux personnes n'ayant pas ou peu de connaissance en informatique.

Session : Les jeudis de 16h à 18h
05/11, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 17/12- 2020.

APPROFONDIR WINDOWS

7
séances
99 €*

Programme : Approfondissement des notions de bases de l'informatique : copier-coller, gestion des dossiers et fichiers, clavier approfondi, etc.

Public : Destiné aux personnes qui maîtrisent les manipulations de base de l'ordinateur. et qui souhaitent approfondir leurs connaissances.

Session : Les jeudis de 16h à 18h
7/01, 14/01, 21/01, 28/01, 4/02, 11/02, 18/02- 2020.

MAÎTRISER INTERNET

7
séances
99 €*

Programme : Cet atelier vous apprendra à utiliser au mieux Internet en se méfiant des pièges, à faire une recherche pertinente, à remplir des formulaires.

Public : Destiné aux personnes qui maîtrisent les manipulations de base de l'ordinateur.

Session : Les jeudis de 16h à 18h
11/03, 18/03, 25/03, 1/04, 8/04, 15/04, 22/04 - 2021.

INFORMATIQUE, NUMÉRIQUE

PRISE DE VUE SMARTPHONE

6
séances
85 €

Programme : Cet atelier alterne cours théoriques et pratiques dans le but de vous apprendre à utiliser votre appareil photo afin de sortir du « mode automatique » et d'effectuer les différentes fonctions.

Public : Destiné aux personnes qui maîtrisent les manipulations de base de l'ordinateur.

se renseigner à l'accueil

GÉRER SES PHOTOS

6
séances
85 €*

Programme : Vous prenez des photos avec votre appareil ? Avec votre smartphone ? Mais vous ne savez pas comment les importer sur votre ordinateur, les retrouver facilement, les utiliser (diaporama, montage, film, retouche, partage, etc.). Ce stage vous montrera comment utiliser le logiciel de gestion de photos.

Public : Destiné aux personnes qui maîtrisent les manipulations de base de l'ordinateur.

Session : Les jeudis de 14h à 16h
11/03, 18/03, 25/03, 1/04, 8/04, 15/04, 22/04 - 2021.

TRAITEMENT DE TEXTE

6
séances
85 €*

Programme : Ce stage vous permettra de maîtriser la mise en forme et la mise en page d'un document (mettre en forme les caractères, les paragraphes, mettre en page, intégrer un tableau, une image, etc.).

Public : Ce stage est destiné à des personnes maîtrisant l'ordinateur.

se renseigner à l'accueil

INITIATION À LA TABLETTE

6
séances
85 €

Programme : Ces cours ont pour objectifs de vous faire acquérir les bases (installer une application, naviguer sur internet, etc.) et d'être autonome et de vous servir rapidement d'une tablette.

Public : Ce stage est destiné aux personnes débutantes.

se renseigner à l'accueil

INFORMATIQUE, NUMÉRIQUE

VIDÉO

6
séances
85 €

Programme : Vous allez réaliser des montages simples à partir de windows movie maker.

Public : Destiné aux personnes qui maîtrisent les manipulations de base de l'ordinateur.

se renseigner à l'accueil

SMARTPHONE

6
séances
85 €*

Programme : Le smartphone est un téléphone portable plus évolué qui vous permet bien plus de choses que les textos et les appels : lire ses mails, naviguer sur Internet, télécharger des applications, ses rendez-vous et prendre des photos sont une infime partie de ce que proposent les smartphones.

Public : Ce stage est destiné aux personnes débutantes.

se renseigner à l'accueil

LES ATELIERS FLASH

Les ateliers flash sont des ateliers thématiques d'une heure et demie à deux heures portant sur l'utilisation d'un logiciel ou l'apprentissage d'une technique.

- Transférer ses photos sur son ordinateur - 1 séance de 2h - 15 €*
- Nettoyer et entretenir son ordinateur - 1 séance de 2h - 15 €*
- Envoyer des photos par email - 1 séance de 2h - 15 €*
- Le bon coin - 1 séance de 2h - 15 €*
- Télécharger et installer un programme - 1 séance de 2h - 15 €*
- Gestion des Dossiers - 1 séance de 2h - 15 €*
- Télécharger et installer un programme + Entretenir et nettoyer son ordinateur - 1 séance de 3h - 20€ *

se renseigner à l'accueil

N'hésitez pas à nous proposer d'autres ateliers !

INFORMATIQUE, NUMÉRIQUE

PERMANENCE ÉCRIVAIN NUMÉRIQUE

Gratuit*
ouvert
à tous

Vous avez une question concernant l'informatique, votre ordinateur ou internet ?
Vous bloquez ou rencontrez une difficulté face à un logiciel, une mise à jour ?

Vous souhaitez être accompagné pour faire des démarches administratives dématérialisées ?

La Permanence d'Écrivain Numérique vous aide à «débloquer» votre situation sur votre ordinateur mais aussi vous accompagner à rédiger, pour et avec vous, tout type de texte dématérialisé à caractère privé, administratif (CAF, CPAM, etc.) ou professionnel (CV, Pôle Emploi, etc.). Elle vous aide à remplir des formulaires sur des sites Internet dédiés.

Tous les jeudis (hors vacances scolaires),
de 10h à 12h,

une permanence libre ou sur rendez-vous,
ouverte à tous.

*Adhésion obligatoire

DÉCLARER SES IMPÔTS EN LIGNE

Gratuit*
ouvert
à tous

A l'ère du tout numérique, la MPT propose de vous accompagner sur différentes démarches, notamment sur la déclaration de vos revenus.

Ce stage n'a pas pour but de réaliser votre déclaration mais de vous accompagner à la création et la découverte de votre espace personnel sur le site des impôts.

se renseigner à l'accueil

Il est indispensable de se munir :

- de votre adresse email et de votre mot de passe
- Votre numéro fiscal de référence
- Votre numéro de télédéclarant

INFORMATIQUE, NUMÉRIQUE

SALLE INFORMATIQUE

La salle informatique de la MPT est un espace disposant de 6 ordinateurs connectés à internet et équipés de différents logiciels de bureautique, webcam, casques etc.

Des logiciels de bureautique vous permettront quant à eux de réaliser différents travaux : rédaction de textes, CV, feuilles de calculs, etc.

	Matin	Après-midi
Lundi	9h à 12h30	13h30 à 17h30
Mardi	Réservé Généalogie	Réservé Mission Locale
Mercredi	9h à 12h30	13h30 à 17h30
Jeudi	Réservé aux cours informatique	
Vendredi	9h à 12h30	13h30 à 17h30

Un service d'impression et photocopie vous est également proposé (5cts/ Copie N&B) ainsi que la possibilité de scanner des documents.

L'accès à la salle informatique est libre,
gratuit et illimité pour les adhérents.

Adhésion «Jeunes» : Gratuit (pour les jeunes de 16 à 25 ans suivis par la Mission Locale du Pays de Cornouaille).

Adhésion «Individuelle» : 12 €

Adhésion «Familiale» : 17 €

Non adhérents : 1€ / demi-heure.

AGIR ENSEMBLE

BIDULE & CIE

Bidule et Cie est un atelier d'insertion sociale visant à favoriser les échanges, l'entraide et la convivialité entre les participants.

Le groupe se réunit toutes les semaines au sein de la MPT et a pour vocation à développer le lien social en organisant des activités et des sorties.

L'atelier est géré de manière autonome par les participants avec l'appui de professionnelles.

Cette action reçoit depuis sa création une subvention de la part du Conseil Départemental du Finistère.

Au programme : dessin, peinture, travaux manuels, sorties collectives, etc.

AIDE AUX PROJETS

L'équipe de la MPT vous propose son soutien dans la création et la mise en œuvre de vos projets. Nous pouvons ainsi réaliser un accompagnement personnalisé comprenant par exemple une étude de faisabilité, la mise en relation avec les partenaires, les recherches de sources de financements.

Nous mettons également à votre disposition un soutien matériel tel que des salles de réunions, des ordinateurs avec connexion internet.

ON S'LANCE



Vous êtes jeunes et vous avez un projet qui contribue à l'animation locale du territoire. Le dispositif « On s' lance » va vous permettre de financer vos projets à hauteur de 1000 € maximum.

Il vous suffit de contacter la MPT qui vous mettra en relation avec un référent qui accompagnera l'organisation de votre projet.

AGIR ENSEMBLE

SOUTIEN AUX ASSOCIATIONS

La MPT Centre Social apporte une aide gratuite* et technique aux responsables associatifs afin que vous administriez et gériez au mieux votre Association et vos projets.

Nos domaines de compétences sont la gestion quotidienne : vie administrative et juridique, fiscalité, embauche, contrats aidés, recherche de financements, de locaux...
Accompagnement au développement : méthodologie de projet, recherche de partenaires, mise en réseau....

Nous vous proposons un service d'impression de vos visuels (affiches, flyers, cartes d'adhérents, reçus de dons, tarifs de vos manifestations, etc.). Nous pouvons imprimer sur des formats A6, A5, A4 et A3.

Les associations adhérentes :

ACTIFE Quimper Cornouaille, Amicale Laïque de Pont-l'Abbé, AMPB, APE/FCPE Jules Ferry, Accueil Ville Française, La Chorale Tud Ar Vro, Le CIDFF, Le Comité d'Animation de Pont-l'Abbé, La compagnie Ô Chapo, La Compagnie du Trémail, Les Cyclorandonneurs, Ecole Public de l'Odet, E-Ker, FNATH, Force T, Foyer Pen Alle, Foyer Ty Varlen, Hamac et Trampoline, Heol, Les jardins Partagés de Pont-l'Abbé, Kerdiab, Loisirs Pour Tous, Lycée Laënnec, La Mission Locale Pays de Cornouaille, PASI, Secours Populaire, Sur Un Air De Terre.

* Carte d'adhésion obligatoire

LIEU D'EXPOSITION

Vous êtes un artiste amateur ou une association. Vous cherchez un espace gratuit pour exposer vos œuvres ou vos actions afin qu'elles soient vues par le plus grand nombre.

La MPT vous propose un espace d'exposition dans ses locaux, à l'étage de la Maison Pour Tous. Les couloirs sont en effet équipés de 20 m de cimaises avec rails où vous pourrez accrocher vos tableaux, photos, panneaux, etc.

Avec près de 4000 passages par an dans nos locaux, votre visibilité sera garantie !

LA MPT ACCUEILLE AUSSI DES SERVICES PUBLICS ET PERMANENCES SOCIALES

LA MISSION LOCALE

La mission locale du pays de Cornouaille accompagne les jeunes de 16 à 25 ans sortis du système scolaire.

Permanences :

	Matin	Après-Midi
Lundi	Accueil sur RDV	Accueil sur RDV
Mardi	10h à 12h	13h30 à 17h30
Mercredi	Accueil sur RDV	13h30 à 17h30
Jeudi	10h à 12h	13h30 à 17h30
Vendredi	Accueil sur RDV	13h30 à 17h30

Contact :

Tel. 02 98 66 12 81 / Courriel : pontlabbe@mlpc.asso.fr

PERMANENCE CPAM

Besoin d'une attestation de droits, d'envoyer une feuille de soins, de déclarer la perte de votre carte Vitale, etc. ? Prenez rendez-vous avec votre caisse depuis votre compte ameli.

Horaires d'ouverture :

	Matin	Après-Midi
Lundi	9h à 12h	13h30 à 17h
Mardi	9h à 12h	13h30 à 17h
Jeudi	9h à 12h	13h30 à 17h
Vendredi	9h à 12h	13h30 à 17h

MUTUELLE COMMUNALE

La Ville et le CCAS se sont associés à Armorik santé & prévoyance, association à but non lucratif, qui négocie avec des mutuelles des contrats à des conditions et tarifs avantageux.

Contact :

Tel. 06 81 32 82 42 / contact@mutuellecommunale.org / Uniquement sur rdv

LA MPT ACCUEILLE AUSSI DES SERVICES PUBLICS ET PERMANENCES SOCIALES

PERMANENCE CARSAT

La Carsat Bretagne (Caisses d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail) assure trois grandes missions : la préparation et le paiement de la retraite, la prévention et la tarification des risques professionnels, l'aide et l'accompagnement des assurés fragilisés.

Les permanences de la CARSAT se déroulent uniquement sur rdv

Contactez une agence de retraite :

Tel. 09 71 10 39 60 / Site internet : carsat-bretagne.fr

Contactez le service social :

Tel. 36 46 (0,06 €/min + prix appel) / Site internet : carsat-bretagne.fr

PERMANENCE CAF

La Caisse d'Allocations Familiales du Finistère vous accueille le lundi sur rdv pour des demandes d'aide au logement, demande de RSA, information sur l'arrivée de l'enfant, des simulations, suivi de dossier, etc.

Contact : Tel. 0810 25 29 30 (0,06 €/min. + prix appel) / Site internet : caf.fr

ACTIFE

ACTIFE (Action Territoriale pour l'Insertion, la Formation et l'Emploi) propose un parcours complet d'accompagnement des demandeurs d'emploi et des bénéficiaires du RSA jusqu'à l'emploi durable autour de plusieurs missions. ACTIFE accompagne les bénéficiaires du RSA ou d'une allocation chômage, les personnes de + de 26 ans et inscrits à Pôle emploi dans les 12 derniers mois.

Contact : Tel. 02 98 64 80 20 / secretariat@actife.org / Uniquement sur rdv

FNATH

La FNATH (Fédération Nationale des Accidentés du Travail et des Handicapés) accompagne et intervient pour faciliter leur accès au droit dans le domaine des accidents du travail, des maladies professionnelles, etc.

Contact : Tel. 02 98 65 13 49 / Uniquement sur rdv

TRIBUNAL DE GRANDE INSTANCE

Les Services Pénitentiaires d'Insertion et de Probation, services déconcentrés de l'administration pénitentiaire au niveau départemental, assurent le contrôle et le suivi des personnes placées sous main de justice, qu'elles soient en milieu ouvert ou en milieu fermé.

Contact : Tel. 02 98 64 27 44 / Uniquement sur rdv

TARIFS ET MODALITÉS DE REGLEMENT

ADHÉSIONS

La carte d'adhésion annuelle (du 01/09/2020 au 31/08/2021) est obligatoire pour participer aux activités et aux sorties organisées par la MPT – Centre Social. L'adhésion n'est pas remboursable quelles que soient les circonstances.

L'adhésion vous permet de participer et de voter lors de l'Assemblée Générale.

Conformément à la loi, nul ne peut revendiquer la qualité de membre d'une association sans y avoir été préalablement admis.

Adhésion «Jeunes» : Gratuit (pour les jeunes de 16 à 25 ans suivis par la Mission Locale).

Carte « Individuelle » : 12 €

Carte « Famille » : 17€

Carte « Association » : 25€

L'adhésion « été » (du 1^{er} juillet au 31 août) est fixée à 5 € pour les adhésions individuelles et les adhésions familles.

INSCRIPTIONS

Toute inscription aux ateliers de loisirs sera définitivement validée après avoir fourni les pièces demandées (bulletin d'inscription, etc.) et effectué le règlement. Les cotisations d'activités doivent être réglées à l'avance (pour toute facilité de paiement se renseigner à l'accueil).

L'inscription aux ateliers est remboursable sur demande écrite et justifiée par certificat médical, de déménagement, de changements d'horaires professionnels, etc. Ceci au prorata des séances effectuées.

La date de remboursement prise en compte est celle de la demande et non celle du certificat ou de l'absence constatée.

La Maison Pour Tous - Centre Social se réserve la possibilité de modifier les horaires ou d'annuler des cours si les effectifs sont jugés insuffisants. Dans ce cas, les séances non effectuées seront remboursées. Les horaires et tarifs indiqués sur cette plaquette ne sont pas contractuels.

DISPOSITIF COVID-19

Dans le cadre des mesures de prévention liées à l'épidémie de la COVID- 19, le port du masque est obligatoire dès votre entrée dans la MPT et pendant la durée des ateliers et animations.

Lors des sorties en co-voiturage et en autocar le port du masque et la possession individuelle de gel hydroalcoolique sont obligatoires.

Dans le cadre du non respect de ces consignes, la MPT se donne le droit de refuser l'accès ou de facturer l'équipement nécessaire.

TARIFS ET MODALITÉS DE REGLEMENT

EN FONCTION DES REVENUS

Des tarifs préférentiels (sur justificatifs) peuvent être consentis en fonction de vos revenus et/ou de la composition de votre foyer. Pour connaître votre quotient, 2 options s'offrent à vous :

- soit via votre compte CAF (quotient familial)

- soit vous le calculez vous-même en divisant votre revenu fiscal de référence (montant indiqué sur votre avis d'imposition) par 12 puis par le nombre de parts composant votre foyer.

TARIFS

Informatique	Tranche 1	Tranche 2	Tranche 3	Tranche 4
5 séances*	51 €*	59,50 €	62,50 €	71 €
6 séances*	59,50 €*	68 €	76,50 €	85 €
7 séances*	77 €*	84 €*	91 €*	99 €*
21 séances*	245 €*	255 €*	265 €*	275 €*

Quotient	Tranche 1	Tranche 2	Tranche 3	Tranche 4
	Inférieur à 650 €	De 651 € à 850 €	De 851 € à 1 100 €	Supérieur à 1 101 €

***Adhésion obligatoire**

Sorties Collectives	Tranche 1		Tranche 2		Tranche 3		Tranche 4	
	Enfants	Adultes	Enfants	Adultes	Enfants	Adultes	Enfants	Adultes
Tarifs A*	1,50 €	3 €	2 €	4 €	2,50 €	5 €	3 €	6 €
Tarifs B*	2 €	4 €	2,50 €	5 €	3 €	6 €	3,50 €	7 €
Tarifs C*	2,50 €	5 €	3 €	6 €	3,50 €	7 €	4 €	8 €
Tarifs D*	3,50 €	7 €	4 €	8 €	4,50 €	9 €	5 €	10 €

***Adhésion obligatoire**

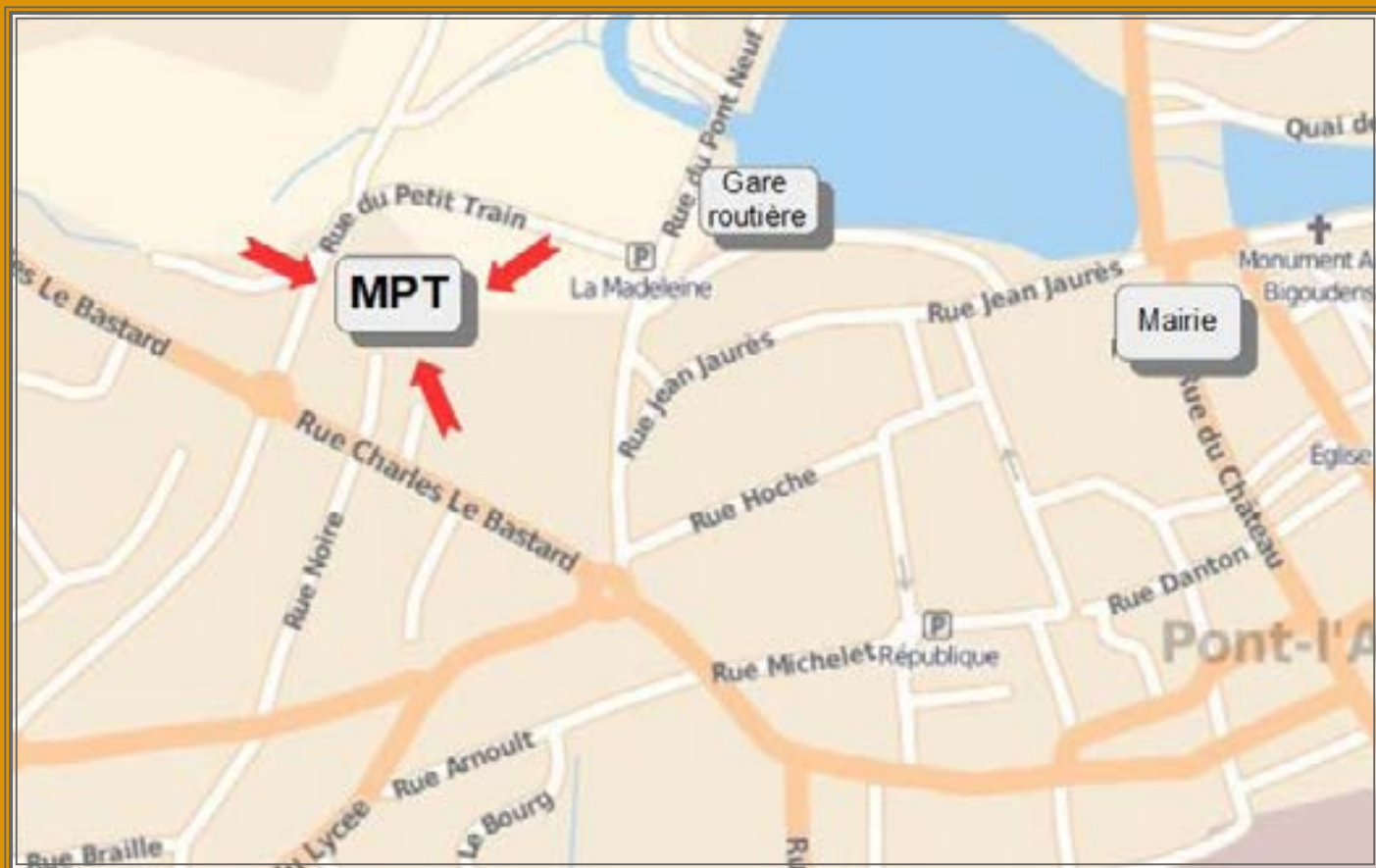
MODES DE RÈGLEMENT

Le règlement de la carte d'adhésion ou de l'activité s'effectue par :

- espèces,
- chèques bancaires,
- chèques vacances ANCV.

Pour mieux maîtriser votre budget, nous vous proposons de régler votre activité en plusieurs mensualités successives (10 maximum), n'hésitez pas à vous renseigner à l'accueil.

OÙ NOUS TROUVER



Nous vous accueillons
rue du Petit Train 29120 Pont-l'Abbé
du lundi au vendredi

de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30

Tél. : 02 98 66 08 03 / 06 71 06 75 20

mail : mpt.centresocial@gmail.com

Site internet : www.mptcentresocial.com

Facebook : [Mpt Pont L'abbé](https://www.facebook.com/MptPontLabbé)

LA MPT-CENTRE SOCIAL EST SOUTENUE PAR

