



MAISON POUR TOUS CENTRE SOCIAL

PROGRAMME 2022-2023

Accueil et écoute

Ateliers de Loisirs

Espace Famille

Ateliers Numériques

Rencontres échanges

Animations festives

Projets collectifs des habitants

Accompagnement de la vie associative

Permanences sociales et de Services Publics

Sommaire

Espace Famille

Les mercredis en folie !	
Les vacances en folie !	page 6
Les séjours collectifs	et
Accompagnement de projet	page 7
Infos débats	

Animations collectives pour tous !

SE DIVERTIR

Le K'Fé convivial
Les marmitons
Les flâneries du vendredi
Les sorties collectives
Autour du jeux

ATELIERS DE LOISIRS

Club cuisine
Club Généalogie
Bidule & Cie
Déco créative
Atelier de dessin
Club d'écriture
Club jeux
Club photo

page 8
et
page 9

Autour du numérique

Les premiers rendez-vous	page 10
Les ateliers numériques	page 11
Accueil et aide au numérique	et page 12

Partenariat et Accompagnement de la vie associative

Actions partenariales	
Soutien aux associations	page 13
Aides aux projets	

Permanences sociales et de services publics

Mission Locale, CPAM, C.A.F. du Finistère, ACTIFE emploi, Les services des impôts des particuliers, CARSAT Bretagne, PIMMS, Service Social Maritime, Tribunal de Grande Instance, Permanences numériques, Mutuelle Communale, FNATH.	page 14 et page 15
--	--------------------------

Édito

Après un bel été ensoleillé, nous sommes heureux de vous retrouver pour débuter une nouvelle saison conviviale, festive et riche en animations !

Le Conseil d'Administration et l'équipe salariée portent une ambition affirmée et résolument tournée vers l'avenir. Cette ambition, c'est la volonté, au travers de notre mission d'animation de la vie sociale, de contribuer à faire de Pont-l'Abbé et du Pays Bigouden Sud un territoire solidaire mobilisé autour d'un projet commun en faveur des habitants.

Nous avons acquis une certitude, celle que nos actions n'ont de sens, que parce qu'elles sont délibérément partagées. Et c'est pleinement confiant dans les partenariats qui font de la Maison Pour Tous - Centre Social ce qu'elle est, que nous abordons cette nouvelle rentrée, sans renier ce que nous sommes et avec la conviction que c'est dans la mutualisation et le faire ensemble, que nous saurons être au plus près des besoins et attentes des familles du territoire.

Enfin, et parce que notre projet associatif est avant tout une aventure humaine, nous savons que c'est par la mobilisation et l'engagement des acteurs du Centre Social, au premier rang desquels les bénévoles et les permanents, mais aussi par l'implication et la participation des habitants, que nous aurons construit ensemble un territoire solidaire au service des habitants.

Enfants, jeunes familles, personnes seules, seniors, vous trouverez dans notre plaquette de rentrée de quoi : vous distraire, vous former, vous amuser dans une ambiance sympathique et conviviale. Nous vous laissons le soin de découvrir notre nouveau programme.

Bonne lecture et à très bientôt à la Maison Pour Tous.

QUELQUES DATES A RETENIR

Mercredi 5 octobre « Semaine Bleue » à la Maison Pour Tous

En partenariat avec le CCAS de Pont-l'Abbé, la Maison de Retraite de Pors-Moros, la Résidence des Camélias

Samedi 8 octobre de 10h à 18h « Fête du Jeu »

à la Médiathèque Julien Gracq et au Patronage Laïque de Pont-l'Abbé

En partenariat avec l'Espace Jeunes de Pont-l'Abbé et la Médiathèque Julien Gracq de Pont-l'Abbé

Lundi 31 octobre de 14h à 17h « Animation Halloween » sur le port du Guilvinec

En partenariat avec l'association de jumelage le Guilvinec / Schull

Samedi 19 novembre

« Atelier couture - fabriquer ses serviettes périodiques lavables » à la Maison Pour Tous

En partenariat avec la Structure Information Jeunesse

Du 14 novembre au 16 décembre « Collecte des Boîtes Solidaires » à la Maison Pour Tous

En partenariat avec le CCAS de Pont-l'Abbé, le Secours Populaire de Pont-l'Abbé et les Restos du Coeur

Mercredi 15 février « Atelier couture » à la Maison Pour Tous

Samedi 25 février « Défilé du Carnaval »

En partenariat avec le Comité d'Animation de Pont-l'Abbé

Samedi 20 mai « Fête du Pesked» à Guilvinec

En partenariat avec Haliotika

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

Présentation

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

François-Xavier LAMPE, Catherine LE CARRE, Michel BIGOT, Marie-José GRAND, Yolande LE BRETON, Yves LE CORGUILLE, Liliane DUPONT, Jean-Pierre GOALES

L'ÉQUIPE DE PROFESSIONNELLES

Directrice - Christelle FROUIN

Chargée d'accueil, de comptabilité et de communication - Sandra LE BERRE

Animatrice Référente Famille - En cours de recrutement

Animatrice et Intendante au centre des Déportés Ukrainiens - Valentine DUBOT

LES ENCADRANTS D'ACTIVITÉS

Club d'écriture - Animateurs Michel SUZARINI & Sophie DIOT

Club cuisine - Référentes bénévoles Josiane LANDAIS & Catherine LOLIVIER

Club photo - Référent bénévole Jean-Pierre GOALES - Intervenante : Gaëlle DEMAURET

Club dessin - Référent bénévole Bernard FAURE

Club généalogie - Référents bénévoles Joëlle BONNET & Lionel WERQUIN

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

Nicole B, Odile K, Lili, Josiane B, François, Yves, Maud, Sandrine, Christine, Catherine, Françoise & Roger, 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.

COMMENT FONCTIONNE LA MPT ?

La Maison Pour Tous (MPT) est une 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 !



Puis-je concilier cet engagement avec mon emploi du temps ? Pas besoin de consacrer vos journées à une association pour être bénévole. Vous pouvez vous impliquer à votre rythme, de façon ponctuelle ou régulière, selon vos disponibilités. Vous restez libre de choisir la façon de vous engager.

Étudiants, salariés, retraités, demandeurs d'emploi... Rassurez-vous ! Tout le monde peut devenir bénévole, et c'est bien plus simple qu'on ne le pense. N'hésitez plus, venez nous rejoindre !

TARIFS ET MODALITÉS DE RÈGLEMENT

ADHÉSIONS

La carte d'adhésion annuelle (du 01/09/2022 au 31/08/2023) 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.

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.

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 « net imposable» (total des ressources avant abattement, montant indiqué sur votre avis d'imposition ou sur votre bulletin de salaire du mois de décembre) par 12 puis par le nombre de parts composant votre foyer.

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 €

ESPACE FAMILLE

Le projet des familles s'inscrit dans la continuité du projet social. Il vise à répondre aux besoins et aux attentes des familles. C'est pourquoi la MPT propose plusieurs animations et actions autour de la parentalité.

LES MERCREDIS EN FOLIE !

La MPT propose aux familles de partager un moment commun et convivial parents-enfants / grands parents-petits enfants autour de plusieurs supports : **les ateliers créatifs, la couture, le bricolage, la cuisine, les sorties natures, etc.**

LES 1^{ers} RENDEZ-VOUS :

Mercredi 14 septembre de 10h à 15h : 5 €*/famille

Chasse aux Trésors, pique-nique suivi de la découverte de l'estran. Animé par Haliotika

Mercredi 5 octobre de 10h à 12h : 2 €*/enfant

Atelier Yoga en famille. Animé par Chrystelle GOURDIS

Mercredi 12 octobre de 10h à 12h : 2 €*/enfant

Atelier couture « confection d'une petite trousse ou d'un sac de billes »

Mercredi 9 novembre de 10h à 12h : 2 €*/enfant

Atelier cuisine

Mercredi 23 novembre de 10h à 12h : 2 €*/enfant

Atelier Patouille « Fabrique ton calendrier de l'avent »

* Adhésion famille obligatoire 17 € (du 1/09/2022 au 31/08/2023)

LES VACANCES EN FOLIE !

A chaque période de vacances scolaires, nous vous proposons 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, activités manuelles, cuisine).

LES 1^{ers} RENDEZ-VOUS :

Vacances d'automne : « Halloween » du 25 au 27 octobre 2022 - 2 €*/enfant/atelier

Vacances de Noël : « Noël » du 20 au 22 décembre 2022 - 2 €*/enfant/atelier

Vacances d'hiver : « Le Carnaval » du 14 au 16 février 2023 - 2 €*/enfant/atelier

Vacances de printemps : « Le Jardin » du 18 au 20 avril 2023 - 2 €*/enfant/atelier

* Adhésion famille obligatoire 17 € (du 1/09/2022 au 31/08/2023)

Ces ateliers ont lieu sur inscription (même de dernières minutes) - places limitées.

D'autres ateliers seront programmés dans l'année,

soyez attentifs au programme !

ESPACE FAMILLE

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.

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 à l'accueil de la Maison Pour Tous le plus tôt possible.

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.

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.

* Carte d'adhésion obligatoire - voir modalités pages 5

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 !

Mercredi de 9h30 à 12h - Gratuit*

LES MARMITONS

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.

Tarif : 5 €/atelier*

LES FLÂNERIES DU VENDREDI

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

Les vendredis de 14h à 17h - Tarif : Gratuit. Sortie en covoiturage. Sur inscription.*

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.

AUTOUR DU JEU

LES ANIMATIONS JEU

Environ une fois par mois, nous vous proposons des temps ludiques et conviviaux en Pays Bigouden. Venez découvrir une multitude de jeux (jeux de coopération, de mémoire, de stratégie, de rôles, etc.), et partager un moment de récréation, en famille ou entre amis. Ces temps sont ouverts à tous, adhérents ou non chacun trouvera son bonheur quel que soit son âge.

PRÊT DE JEUX

L'équipe de la MPT vous propose de venir découvrir son coffre à jeux. Des bénévoles et professionnels vous accueilleront et vous guideront dans votre choix parmi les 350 jeux disponibles.

Notre catalogue est disponible sur notre site internet. Vous pouvez réserver les jeux en ligne et venir les récupérer à la Maison Pour Tous à l'horaire choisi ! **Site internet : www.mptcentresocial.com**

ATELIERS DE LOISIRS

CLUB CUISINE

Un atelier par mois lundi de 10h à 13h ou jeudi de 18h à 21h.

Tarif : 70 €*/an

CLUB GÉNÉALOGIE

Vous souhaitez connaître vos origines, vos ancêtres, remontez le temps jusqu'à l'époque de Henri IV.

Ouvert aux débutants et aux plus expérimentés.

Mardi de 9h30 à 12h - Tarif : Gratuit*

BIDULE & CIE

Bidule et Cie est un atelier d'insertion sociale et collectif visant à favoriser les échanges, l'entraide et la convivialité entre les participants. Au programme : dessin, peinture, travaux manuels, sorties, etc.

Mardi de 14h à 17h - Tarif : Gratuit*

DÉCO CRÉATIVE

L'atelier déco-créative est un atelier « participatif » mis en place dans le but de créer des décos pour la structure. Il vous permettra des créations à base de récupération et de matériel accessible à tous.

Mercredi de 14h à 17h - Tarif : Gratuit*

ATELIER DE DESSIN

Vous avez envie de lancer dans l'univers du dessin, rejoignez l'équipe autour de la pratique collective, de la connaissance et de l'étude de quelques œuvres célèbres de l'histoire de l'art ...

Mercredi de 18h à 20h - Tarif : Gratuit*

CLUB D'ÉCRITURE

S'exprimer, se libérer, créer, laisser son imaginaire prendre le pas sur le quotidien. Accompagné par Sophie DIOT qui provoquera en vous le déclic écriture, laissez-vous surprendre par vous-même.

Vendredi de 10h à 12h - Tarif : 5 €*/atelier

CLUB JEUX

La MPT vous invite à venir partager des après-midis jeux entre séniors. Venez dompter les lettres, les pions, les cartes... Venez faire jouer vos neurones et retrouvez-nous autour de la belote, du tarot, triomino, scrabble, pour les plus classiques et osez-vous défier vos partenaires sur d'autres jeux le tout dans une ambiance conviviale ?

Vendredi de 14h à 17h - Tarif : Gratuit*

CLUB PHOTO

Photographes amateurs ou confirmés se retrouvent une fois par mois sous les conseils avisés de Gaëlle DEMAURET. Le groupe programme également des sorties en extérieur une fois par mois.

Vendredi de 17h à 19h - Tarif : 50 €*/an

ATELIER NUMÉRIQUE

LES 1^{ER} RENDEZ-VOUS

INTITULÉ DU COURS	DATE	HORAIRES DURÉE	NIVEAU	TARIF
ATELIER FLASH Transférer ses photos sur son ordinateur et envoyer des photos par email	15 sept. 2022	de 13h30 à 16h 1 séance	Niveau 3	15 €*
ATELIER FLASH Télécharger et installer un programme et entretenir et nettoyer son ordinateur	22 sept. 2022	de 13h30 à 16h 1 séance	Niveau 3	15 €*
ATELIER FLASH Les dangers d'internet !	29 sept. 2022	de 13h30 à 16h 1 séance	Niveau 3	15 €*
ATELIER FLASH « <u>CLOUD</u> » : Comprendre le cloud - Comment stocker ses données de manières dématérialisées	6 oct. 2022	de 13h30 à 16h 1 séance	Niveau 3	15 €*
ATELIER FLASH Télécharger et installer un programme et entretenir et nettoyer son ordinateur	13 oct. 2022	de 13h30 à 16h 1 séance	Niveau 3	15 €*
ATELIER FLASH Les dangers d'internet !	19 oct. 2022	de 13h30 à 16h 1 séance	Niveau 3	15 €*
SESSION NUMÉRIQUE Découverte de l'ordinateur	10, 17, 24 nov. 1 ^{er} , 8, 15 déc. 2022	de 13h30 à 15h15 6 séances	Niveau 2	A partir de 59.50 €*
SESSION NUMÉRIQUE Maîtriser Internet	10, 17, 24 nov. 1 ^{er} , 8 et 15 déc. 2022	de 15h30 à 17h15 6 séances	Niveau 3	A partir de 59.50 €*
SESSION NUMÉRIQUE Approfondir Windows	5, 12, 19, 26 janv. 2 et 9 fév. 2023	de 13h30 à 15h15 6 séances	Niveau 3	A partir de 59.50 €*
SESSION NUMÉRIQUE Tablette / Smartphone	5, 12, 19, 26 janv. 2 et 9 fév. 2023	de 15h30 à 17h15 6 séances	Niveau 3	A partir de 59.50 €*
SESSION NUMÉRIQUE Maîtriser Internet	2, 9, 16, 23, 30 mars et 6 avril 2023	de 13h30 à 15h15 6 séances	Niveau 3	A partir de 59.50 €*
SESSION NUMÉRIQUE Gérer et retoucher ses photos	2, 9, 16, 23, 30 mars et 6 avril 2023	de 15h30 à 17h15 6 séances	Niveau 3	A partir de 59.50 €*
ATELIER FLASH « <u>CLOUD</u> » : Comprendre le cloud - Comment stocker ses données de manières dématérialisées	13 avril 2023	de 13h30 à 16h 1 séance	Niveau 3	15 €*

Les horaires et les dates sont susceptibles d'être modifiés selon la demande.
N'hésitez pas à nous contacter ou à nous proposer d'autres ateliers selon vos besoins !

ATELIER NUMÉRIQUE

LE VISA INTERNET

Le Visa Internet permet de se former sur : Le fonctionnement de base d'un ordinateur. L'environnement Windows (bureau, fenêtres, etc.). La découverte Internet. La création d'une adresse e-mail.

Public : le Visa est réservé aux personnes n'ayant pas ou peu utilisé un ordinateur

DÉCOUVERTE DE L'ORDINATEUR

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.

APPROFONDIR WINDOWS

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.

MAITRISER INTERNET

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.

SMARTPHONE

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.

INITIATION À LA TABLETTE / SMARTPHONE

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.

GÉRER ET RETOUCHER SES PHOTOS

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. Ce stage vous montrera comment utiliser le logiciel de gestion de photos. « PIXLR » : logiciel libre de retouches photos

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

VIDÉO

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.

ACCUEIL ET AIDE AU NUMÉRIQUE

PERMANENCE ÉCRIVAIN NUMÉRIQUE

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.

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. Un service d'impression et photocopie vous est également proposé (10 cts/ Copie N&B) ainsi que la possibilité de scanner des documents.

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. Les thèmes proposés : Transférer ses photos sur son ordinateur + Envoyer des photos par email/ Télécharger et installer un programme + Entretenir et nettoyer son ordinateur/ Les dangers d'internet (voir programme Numérique)

TARIFS DES ATELIERS 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 « net imposable » (total des ressources avant abattement, montant indiqué sur votre avis d'imposition ou sur votre bulletin de salaire du mois de décembre) par 12 puis par le nombre de parts composant votre foyer.

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 €
6 séances	59.59 €*	68 €*	76.50 €*	85 €*

LES NIVEAUX DE COMPÉTENCES



Niveau 1 : « Mousse ». Je n'ai pas d'ordinateur et je souhaite découvrir le numérique

Niveau 2 : « Matelot ». je sais allumer un ordinateur, je sais me servir du clic gauche, j'ai peut-être déjà envoyé un email.

Niveau 3 : « Quartier Maître ». Je sais faire un copier-coller, je sais enregistrer un fichier, je sais faire une recherche sur internet.

Niveau 4 : « Major ». Je sais ranger mes fichiers et mes dossiers, je sais utiliser une clé USB, je sais aller sur internet et gérer ma messagerie. J'ai déjà téléchargé un fichier.

PARTENARIAT ET ACCOMPAGNEMENT DE LA VIE ASSOCIATIVE

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.

SOUTIEN AUX ASSOCIATIONS

La MPT Centre Social apporte une aide gratuite* et technique aux responsables associatifs afin que vous administriez et gérez 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 et institutions partenaires :

ACTIFE Quimper Cornouaille, Amicale Laïque de Pont-l'Abbé, AMPB, APE/FCPE Jules Ferry, APE de Lambour, APE de Tréméoc, 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, l'Espace Jeunes de Pont-l'Abbé, E-Ker, ESAT du Pays Bigouden, FNATH, Force T, Foyer Pen Alle, Foyer Ty Varlen, Hamac et Trampoline, Heol, Les jardins Partagés de Pont-l'Abbé, jumelage le Guilvinec / Schull, Loisirs Pour Tous, Lycée Laënnec, La Mission Locale Pays de Cornouaille, PASI, la Résidence Ty Kerentrée, le Secours Populaire, la Structure Info Jeunesse, Sur Un Air De Terre.

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.

Tout au long de l'année :

Collecte de bouchons (plastique et liège)

En partenariat avec l'association ESAT du Pays Bigouden

Collecte de journaux

En partenariat avec l'association Force T en Pays Bigouden

* Carte d'adhésion obligatoire - voir modalités pages 5

LA MPT ACCUEILLE AUSSI DES SERVICES PUBLICS ET PERMANENCES SOCIALES

LA MISSION LOCALE

La Mission Locale concerne les jeunes de 16 à 25 ans sortis du système scolaire ou universitaire, résidant dans une des communes du Pays de Cornouaille.

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 ou au 01 84 90 36 46.

PERMANENCES C.A.F.

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. 32 30 (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 inscrites à Pôle emploi dans les 12 derniers mois.

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

LES SERVICES DES IMPÔTS DES PARTICULIERS (SIP)

les services des impôts est votre unique interlocuteur pour toute question relative aux déclarations, au calcul des impôts, aux exonérations, aux réclamations, au paiement et aux délais de paiement relatifs à l'impôt sur le revenu, aux impôts locaux ou à la contribution à l'audiovisuel public.

Contact : Tel. 0809 401 401 (Service gratuit + prix appel) / Site intenet : impots.gouv.fr

Uniquement sur rdv (bimensuel) : lundi de 14h à 17h

PERMANENCES CARSAT

La Carsat Bretagne (Caisse 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

Contacter le service social :

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

Contacter une agence de retraite :

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

LA MPT ACCUEILLE AUSSI DES SERVICES PUBLICS ET PERMANENCES SOCIALES

POINT INFORMATION MÉDIATION MULTI SERVICES (PIMMS)

France Services c'est en un seul et même endroit la CAF, la CNAM, la CNAV, la MSA, l'AGIRC-ARRCO, Pôle Emploi, la Caisse de retraites, les impôts, La Poste, les services des ministères de l'Intérieur, de la Justice et de la Direction générale des finances publiques.

Quel service rendu ?

Des agents médiateurs, professionnels du lien social, facilitent l'accès aux services nécessaires à la vie quotidienne. Les deux médiatrices sont formées pour trouver des réponses immédiates. Il n'y a pas de "redirection" vers d'autres services publics, chaque demande fait l'objet d'une réponse précise.

Quelles démarches ?

Contacter son référent Pôle emploi, remplir un formulaire en ligne, faire une demande d'allocation, immatriculer un véhicule, préparer sa retraite, prime d'activité, RSA etc.

Contact : 02 98 51 45 07 - Permanence les jeudis de 9h à 12h

SERVICE SOCIAL MARITIME

Le Service Social Maritime accompagne les marins et les salariés dès l'entrée dans la profession ou dans l'entreprise, au cours des étapes de la vie professionnelle et pour préparer la fin de l'activité professionnelle.

Contact : Tel. 02 98 58 14 01 / guilvinec@ssm-mer.fr

Uniquement sur rdv le jeudi après midi

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 la justice, qu'elles soient en milieu ouvert ou en milieu fermé.

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

PERMANENCES NUMÉRIQUES

Les permanences proposées par Tiffanie TRAIN de la Communauté de Communes du Pays Bigouden Sud, ont pour objectifs d'accompagner les personnes éloignées du numérique, de les former et de les rendre autonome dans leurs usages tout en sensibilisant aux opportunités et aux risques qu'ils comportent.

Contact : Tel. 06 75 05 61 45 / Mail : tiffanie.train@conseiller-numerique.fr - vendredi de 13h30 à 17h

MUTUELLE COMMUNALE

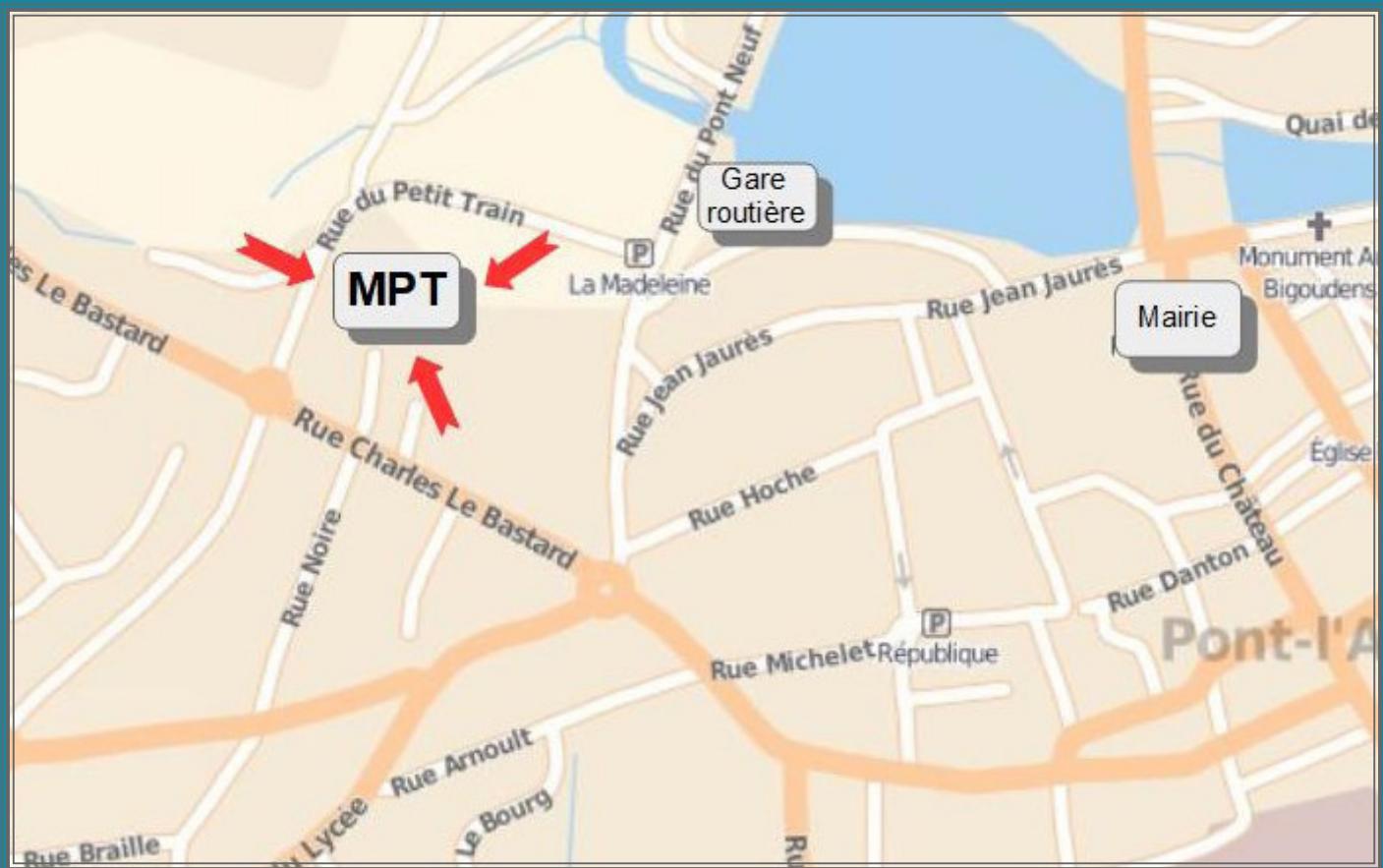
La Ville et le CCAS se sont associés à Armoric santé & prévoyance, association à but non lucratif, qui négocie avec des mutuelles, des contrats à des conditions et tarifs avantageux.

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

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 le 2ème vendredi du mois

OÙ NOUS TROUVER



Nous vous accueillons
rue du Petit Train - 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](#)

LA MPT-CENTRE SOCIAL EST SOUTENUE PAR

