

le P'tit **Agora**

N°56 NOVEMBRE-DÉCEMBRE 2018

A ne pas manquer !!!

Assemblée Générale
Maison de Quartier La Bellangerais
14 décembre 2018
à partir de 18h

MAGB
AWARDS



Rendez-vous
le vendredi
14 décembre
pour l'assemblée
générale statutaire

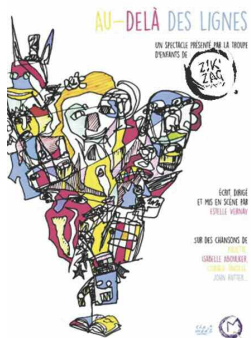
18h/18h30
Emargement

18h30/19h30
**Rapport moral
et d'activités**

19h30/20h
**Rapport financier,
vote et élection**

20h
Apéritif dinatoire

"Au-delà des lignes"



**Un spectacle chanté et mis en scène
de la troupe enfants de Zik'Zag Compagnie**

C'est la grande rentrée, la rentrée en 6^e ! Au sein de la classe de 6^eD, Dina est très vite mise à l'écart. Elle agit tellement bizarrement !

Toujours dans la lune, elle semble fuir tout contact avec les livres. Complicé de ne pas lire, quand on est au collège... Ses camarades la prennent en grippe et ses professeurs s'irritent. Ils découvriront à leurs dépens que notre héroïne est frappée d'un étrange sort : les personnages de ses lectures prennent vie.

En pratique :

Samedi 17 novembre à 18h et dimanche 18 novembre à 15h30

Tarifs : Adulte 8€ / enfant 5€ / gratuit moins de 4 ans / tarif carte Sortir accepté

Durée : 45 minutes

Billetterie en ligne accessible depuis <http://zikzag-compagnie.fr/>

Zik'Zag Compagnie recrute

Vous aimez chanter ? Faire du théâtre, être sur scène ?

Zik'Zag prépare des spectacles chantés sous la direction d'Estelle Vernay pour un chœur enfants (7-11 ans) et un chœur ados (11-18 ans).

Contactez-nous !

contact@zikzag-compagnie.fr / Estelle VERNAY : 06 86 71 60 02

Exposition « 1982 »

Instants Punk-Rock

Rennes des 80's by Nelly KERFANTO (argentiquest)

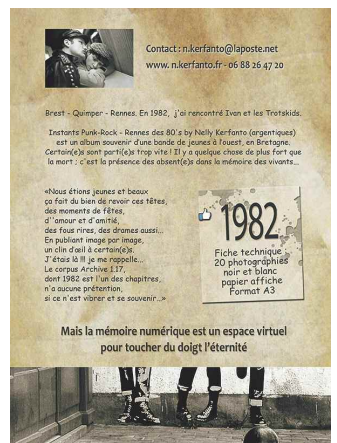
Album souvenir d'une bande de jeunes à l'ouest, en Bretagne.

Certain(e)s sont parti(e)s trop vite ! Il y a quelque chose de plus fort que la mort ; c'est la présence des absent(e)s dans la mémoire des vivants...

En pratique :

Du 26 novembre, 14h au
15 décembre 2018 /
Patio / 20 photographies
noir et blanc / entrée
libre

Nous vous invitons à
rencontrer la photographe
le jeudi 8 décembre à
18h30, autour d'un pot.



Les animations du quartier Armorique

Animations mensuelles "Zéro déchet"

L'année 2017-2018 de l'association Quartier Armorique s'est clôturée en juillet dernier par l'événement "Zéro déchet dans notre quartier", 4 jours d'animations autour du tri, de la récupération et de la réparation afin de réduire nos déchets.

Des animations sous le label "Zéro déchet dans notre quartier" seront organisées chaque deuxième jeudi du mois à la salle Armorique.

Toujours en collaboration avec des associations et acteurs locaux, de nombreux ateliers seront proposés : réparation de vélos, récupération de vieux objets mais aussi des soirées documentaires, de troc ...

Rendez-vous sur

www.quartier-armorique.fr

pour connaître les thèmes des prochains jeudis. Adhésion 5€ par an / adulte.

L'Actu de la Chorale La Bellangerais

La chorale ira à la clinique Saint Laurent dans le service de soins palliatifs donner un peu de chaleur humaine et de musique en interprétant des chants de Noël pour le personnel soignant et pour les malades.

Petit concert à la Chapelle et promenade chantée dans le service le jeudi 20 décembre à 15h.

Merci aux choristes qui représentent la Maison de Quartier de la Bellangerais.

La chorale de la Bellangerais a repris son activité

Si vous êtes intéressés pour chanter en chœur, nous recrutons de nouvelles personnes.

Au programme des reprises de chants connus par les choristes, de la poésie française harmonisée et surtout une préparation pour Noël 2019 : des pièces de Rossini, et la petite messe solennelle de Rossini avec les chorales Divertimento de Cesson, les Dames de Cœur de Guichen avec piano et l'ensemble vocal Clair de Flume du Rheu.

Concerts prévus en décembre 2019 à Mordelles, Cesson et Guichen et peut-être en mars 2020 à Rennes et Dinard.

Contact : Pierre GAUTHIER chef de chœur **02 99 07 75 79** ou Maison de Quartier **02 99 27 21 10**



Les Sam' di Bien de novembre et décembre

Samedi 10 novembre Mon jardin, zéro déchet

Rennes Métropole vous propose une formation au compostage et à la gestion des végétaux : découvrir et améliorer les techniques de compostage (reste de cuisine et de jardin).

Gratuit / inscription obligatoire au numéro vert de Rennes Métropole **0 800 01 14 31** ou sur le site de Rennes Métropole / en salle et sur le terrain / tenue de jardinage / de 10h à 12h30.



Débat Philo

On entend beaucoup parler de violence à la télé, à l'école, dans le monde, dans les jeux vidéo... On dirait presque qu'elle est partout.

Mais finalement, qu'est-ce-que la violence ? Y'en a-t-il vraiment partout ? Où commence-t-elle ? Quelle forme prend-t-elle ? La violence, est-ce quelque chose de mal ? Pourquoi ? Et comment se comporter face à la violence ?

Nous vous proposons de venir en débattre en famille !
Gratuit / sur réservation / à partir de 12 ans / de 10h à 11h30. Partenariat bibliothèque et Maison de Quartier.

Le numérique à tous les étages

Curieux de savoir ce qu'est un linux ? Et si une raspberry n'était pas une framboise mais un ordinateur ? Envie de partager une tasse de café (ou un thé !) et ses connaissances ?

Venez découvrir le Pôle Multimédia !

Gratuit / entrée libre / de 8 à 108 ans / entre 10h et 13h.

Match d'improvisation
Samedi 24 novembre
à 20H30

La Turi Ukwa rencontre les
J'ai Pas Tout Compris
(de Bordeaux)

TURI UKWA vs [Logo]

Maison de Quartier La Bellangerais
Samedi 24/11/2018 à 20H30
5 € adultes / 3 € tarif réduit
Réservations : turi.ukwa@gmail.com

Animations LPO

Construits ta mangeoire

Pour aider les oiseaux sauvages à se nourrir cet hiver, viens construire ta mangeoire en objets recyclés !

Gratuit / sans réservation / à partir de

5 ans / enfants accompagnés / animation de 30 minutes environ, entre 10h et 12h.

Aidez la nature de votre quartier en hiver.

Le temps d'une ballade, venez découvrir comment aider les animaux sauvages à passer l'hiver autour de chez vous.

Gratuit / sur réservation **06 52 11 35 47** / pour tous, à partir de 8 ans / rdv 14h devant la Maison de Quartier / durée 2h environ.

Parcs de la Tauvrais et de Sibiu, jardinnet aménagé de la Maison de Quartier.

Vente de graines

Cette année encore la LPO Ille et Vilaine organise une vente de graines de Tournesol pour aider les oiseaux de nos jardins à traverser l'hiver.

Toujours dans le respect de nos principes et de nos amis à plumes, les graines sont biologiques et produites localement.

Nous vous attendons le samedi 10 novembre entre 14h et 17h à la Maison de Quartier de la Bellangerais. Vente durant les permanences de la LPO, le mercredi et le vendredi de 12h15 à 13h45 sur réservation.

ille-et-vilaine@lpo.fr / **02 99 27 21 13**

Samedi 8 décembre

Braderie Jeux / Jouets / Livres Enfants

Venez brader vos jeux et jouets avant Noël.

La Maison de Quartier vous propose un emplacement de 2 mètres par personne au tarif de 2 €.

Inscription obligatoire (carte d'identité ou permis de conduire à présenter) **avant le 5 décembre** / Réservé aux adhérents / de 10h à 13h (installation possible dès 9h) / pas de prêt de tables.

Atelier Douceurs de Noël

Venez confectionner avec nous des friandises à proposer à Noël et/ou à offrir. Vous repartirez avec une petite boîte de friandises.

De 10h à 13h / Gratuit / sur inscription **avant le 5 décembre** / à partir de 7 ans accompagnés d'un parent / Animation proposée par Céline ALLAIN, naturopathe.

Atelier oxygénation et relaxation

Le système nerveux a besoin d'oxygène et de faire une pause de temps en temps pour mieux gérer le stress. Cet atelier est conçu pour vous faire acquérir des techniques d'oxygénation et de relaxation pour vous aider à mieux gérer le stress au quotidien.

De 10h à 13h / 27 € par personne / inscription et paiement avant le 5 décembre / tenue souple et tenue pour l'extérieur et prévoir une petite bouteille d'eau / Atelier encadré par Marie Pascale CRETIN-LUTZ, naturopathe et relaxologue, association Equilibre Santé

Café, Thé et jeux

Entre 10h et 13h, venez jouer en famille aux jeux que la Maison de Quartier vous met à disposition pour cette occasion.

Spectacles à venir...

« Au Point du Jour »

par la Cie Presque Siamoises

Spectacle à vivre en famille et à jeun

Si les bonnes choses ont une fin, elles ont aussi un début.

« Au Point du Jour » vous invite, au petit matin, à prendre le temps de célébrer la journée qui arrive autour de quelques tartines et d'un bon café. Contorsions de comptoir et services alambiqués : se lever du bon pied reste avant tout une histoire acrobatique ! La curiosité s'éveille, l'appétit du jour vient... « Au Point du Jour » prend la forme d'un petit déjeuner spectaculaire pour un instant d'intimité, de rencontre tout en proximité.

En pratique :

Vendredi 30 novembre à 9h

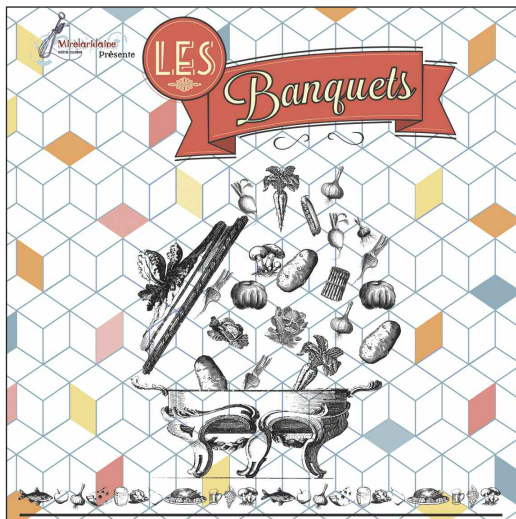
Samedi 1^{er} décembre à 9h30

Tarif : 8 € / Durée : 66 minutes

Informations et réservations :

Les Banquets / Cie Mirelaridaine / 07 84 12 88 07 / resas.lesbanquets@gmail.com

Ce spectacle a lieu dans le cadre de « Les Banquets » Le temps fort les Banquets, organisé par la compagnie Mirelaridaine, propose aux citoyens de s'interroger sur leur alimentation, leur patrimoine culinaire et leur commensalité. La deuxième édition de ce temps fort biennal se déroulera du 26 novembre au 16 décembre, sur les quartiers de Maurepas, La Bellangerais et Bréquigny, et sur le territoire de Noyal-sur-Vilaine, Liffré et Vitré.



Exposition

EAT par la Cie Mirelaridaine

EAT est une installation interactive et comestible conçue et réalisée à Tanger au Maroc. L'association Mirelaridaine est partie cette année à Tanger pour questionner les habitants sur leur gastronomie et, notamment, celle du Maroc, ce collectage de témoignages, glanés dans la rue et fait de rencontres, a donné lieu à cette installation. EAT est l'expression sensible de ce que nous avons ressenti à Tanger et dans ses paroles de citoyens de cette ville, tisserands, forgerons, pêcheurs, hommes, femmes.

Du 26 novembre au 8 décembre / Entrée libre / Hall Maison de Quartier La Bellangerais.

Secteur Jeunesse

L'animation jeunesse ne manque pas d'idées

Depuis septembre 2018, les animateurs jeunesse Frédéric BERNARD et Marine ESTRADÉ proposent un à deux samedis par mois des sorties ou des activités comme une sortie au festival de BD « Quai des Bulles » à St Malo ou une sortie Laser Game avec les éducateurs spécialisés de l'association Le Relais.

Les animateurs seront présents tous les mardis et jeudis midi au collège Clotilde Vautier afin d'assurer l'animation du foyer avec les éducateurs Le Relais et les animateurs du Cercle Paul Bert.

Cette année, le projet « GT Causette » reprend dès le mois de novembre. Ce projet a pour objectif de débattre avec les jeunes autour des relations filles/garçons.

Ce groupe de travail, animés par plusieurs acteurs du quartier, interviendra lors des temps de permanences des classe de 3^e sous forme de cycle.

L'année dernière, un groupe de 5 adolescents a participé au festival des « Transmusicales » dans le cadre du projet « Parcours ».

« Parcours » a pour objectif de faire découvrir autrement les festivals de musique, de spectacle vivant ou de film. Les adolescents peuvent se rendre dans les coulisses, rencontrer des professionnels du spectacle et rencontrer des artistes. Le groupe a réalisé une exposition photo visible dans le patio de la Maison de Quartier jusqu'à fin novembre.

Un nouveau groupe de jeunes participe de nouveau cette année à « Parcours Trans ». Des rencontres sont prévues avec l'association Les Transmusicales pour expliquer le festival et prendre connaissance du projet des jeunes. Les vacances d'octobre à peine terminées, les animateurs jeunesse réfléchissent déjà aux propositions d'animations des vacances de décembre. Le secteur Jeune sera ouvert les 26, 27, 28 décembre et les 2, 3, 4 janvier.

Renseignements / Rencontres :

Marine ESTRADÉ, responsable du secteur jeunesse et Frédéric BERNARD, animateur jeunesse

02 99 27 21 19 ou 06 61 33 85 40

Jardin

Nous sommes à la recherche d'un bricoleur qui pourrait nous aider dans la réalisation d'un lombricarium et d'un abri en bois pour observer les abeilles solitaires du jardin !

Si vous êtes intéressé, n'hésitez pas à venir rencontrer Reinald, le responsable du secteur enfance.



Multimedia

Junior Makers ateliers numériques thématiques, création sonore... il reste de la place !

Atelier Junior Makers (7-14 ans)

Mercredi de 15h à 16h30.

15 €/trimestre ou 35 €/an + adhésion

Venez découvrir ou redécouvrir des disciplines numériques comme : La retouche Photo, Le montage Vidéo, sonore, graphique, codage, Arduino, Light Painting, modélisation 3D, etc...



Ateliers numériques thématiques

Mardi de 10h à 12h

(à partir du 06 novembre)

60 €/cycle.

Des parcours de 5 séances pour approfondir ses connaissances et sa pratique du numérique. Ranger ses photos, ses vidéos, les retoucher, partager des documents par internet, utiliser le tactile, son smartphone, les services sur internet, le cloud, le replay, etc.

Atelier création sonore (11-14 ans)

Mercredi de 13h30 à 14h30

(à partir du 07 novembre)

10 €/trimestre ou 30 €/an + adhésion.

Une approche ludique et numérique de la création musicale, avec des sons naturels, des samples et des instruments de musique. Initiation au montage sonore, au doublage sonore, etc....

Ateliers Il reste de la place... dans les ateliers :

Expression Corporelle

Gym parents-bébé / Gym bien-être / Atelier au féminin / Eveil corporel 3-4 ans / Méditation / Yin Yoga.

Créatifs

- Théâtre ados et adultes
- Arts plastiques adultes et gravure (qui sont regroupés le mardi de 19h à 21h)
- Bande dessinée.

Musique

- Guitare d'accompagnement (nouveau)
- Solfège CP 2 de 15h à 15h45 (à la place du chant enfants).
- Dans tous les créneaux de musique.

Renseignements Accueil Maison de Quartier La Bellangerais.

Secteur Enfance

Vacances de Noël

Le centre de loisirs sera ouvert

les 26, 27 et 28 décembre et les 2, 3 et 4 janvier

ATTENTION : Nous nous réservons le droit de ne pas ouvrir le centre de loisirs si les effectifs n'atteignent pas huit présences quotidiennes minimum.

La date limite pour la décision d'ouvrir ou non le centre est fixée au lundi 3 décembre.

Passée cette date, les inscriptions seront fermes et définitives. Toute annulation sera donc facturée.

Le programme sortira le 5 décembre.

Merci de le consulter car des sorties, pique-niques à prévoir et projets particuliers peuvent y être signalés.

Vous pouvez aussi nous joindre par mail à l'adresse :

enfance@labellangerais.org

ou directement au **02 99 27 21 16** : Maison de L'enfance (les mercredis)

ou au **02 99 27 21 18** : Maison de Quartier (en semaine)

Jeux en Folie 7... ça se prépare

Fête conviviale autour du jeu, ouverte à tous (enfants, ados et adultes) et gratuite.

Le samedi 26 janvier, La Maison de Quartier vous invite à la 7^{ème} édition de « Jeux en folie »

Pour préparer l'évènement, nous proposons une rencontre aux bénévoles et partenaires le jeudi 8 novembre à 18h30.

L'occasion pour nous de vous présenter nos idées, de recueillir les vôtres et de travailler tous ensemble à la préparation de cette journée.

Si vous souhaitez plus d'information ou rejoindre notre équipe de bénévoles (aménagement d'espaces, accueil du public, billetterie, animation de jeux, service à la cafétéria, autre...) n'hésitez pas à contacter Reinald ou Fred à la Maison de Quartier **02 99 27 21 10** / jeuxenfolie@labellangerais.org

L'accompagnement à la scolarité en visite au pôle multimédia !

Les enfants de l'accompagnement à la scolarité se rendront au pôle multimédia en novembre. Les activités proposées comme la création sonore ou le montage cinéma auront pour objectif de sensibiliser les enfants aux outils numériques et à son vocabulaire (utiliser une souris, cliquer, insérer une photo, imprimer, utiliser une clé usb...) pour ainsi les aider dans leur parcours scolaire.

Appel à bénévoles

N'hésitez pas à contacter l'équipe si vous souhaitez rejoindre notre équipe de bénévoles les mardis et jeudis de 16h30 à 18h15.

Clubs parents : les thèmes plébiscités par le sondage

Besoin de souffler, de parler, de vous rassurer ? ou tout simplement de discuter, comparer, échanger, pratiquer...

Le club parent vous propose des ateliers durant l'année sous 3 formats selon le thème choisi : groupe de parole, conférences débats ou d'ateliers pratiques.

Grâce aux résultats de notre sondage (disponibles sur notre site internet / <http://www.labellangerais.org>), nous avons sélectionné les différents thèmes plébiscités à aborder durant l'année : Les premiers secours / la communication non violente / l'estime de soi / les alternatives aux punitions / l'autorité.

N'hésitez pas à venir découvrir le fonctionnement de notre club dans une ambiance conviviale, détendue et interactive.

Goûter Philo

"Moi et les Autres"

"Il est comme ça, c'est tout", "Elle et moi, on est pareil", "Je me sens trop différent des autres..."

Mais qu'est-ce que ça veut dire "être pareil" ou "être différent" ? Et puis, c'est quoi "être" moi ? Est-ce que je peux choisir qui je suis ? Et les autres, c'est pareil pour eux tout ça ?

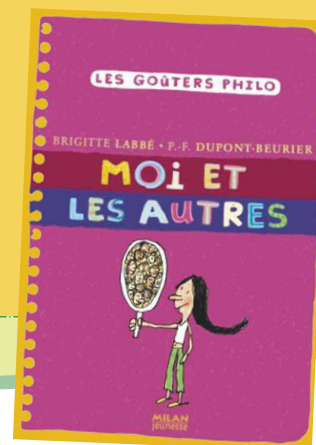
Les ateliers philo offrent un temps et un espace aux enfants, pour réfléchir et échanger ensemble sur des grands sujets de vie et de société. Ils sont l'occasion d'exercer leur pensée critique et créative, de développer l'écoute et de favoriser le dialogue. Et lorsque c'est un « goûter philo », on partage aussi le goûter !

En pratique :

Mercredi 21 novembre 2018 à 15h (jusqu'à 16h/16h15) pour les enfants à partir de 9 ans.

Sur réservation **02 23 62 26 40** et à la bibliothèque.

Le goûter Philo aura lieu à la Maison de Quartier La Bellangerais.



L'agenda culturel, sportif et associatif en un clin d'œil

Jeu 8 novembre	13h45	Randonnée à la journée à Vitré : Circuit le Rail d'Antan
Jeu 8 novembre	18h30	Rencontre préparation Jeux en Folie (pour tous ceux qui veulent s'investir dans cette fête) *
Samedi 10 novembre	entre 10h et 13h	Sam di bien ! *
Jeu 15 novembre	13h45	Randonnée à St Aubin du Cormier : circuit de La Médiévale / La Roche Piquée**
Jeu 22 novembre	13h45	Randonnée à Chavagne : circuit Bois et Etang de La Sillandrais
Samedi 17 novembre	18h	Spectacle de la Cie Zik Zag*
Dimanche 18 novembre	15h30	Spectacle de la Cie Zik Zag*
Mercredi 21 novembre	15h	Gouter Philo *
Jeu 22 novembre	17h45	Permanence de l'élu de quartier Emmanuelle ROUSSET. Confirmation, la veille dans Ouest-France et sur metropole.rennes.fr
Samedi 24 novembre	20h30	Match d'improvisation / La TURI UKWA*. Billets en vente à la Maison de Quartier.
Du 26 novembre au 8 décembre		Exposition « EAT » par la Cie Mirelaridaine*
Du 26 novembre au 15 décembre		Exposition « 1982 » par Nelly Kerfanto*
Jeu 29 novembre	13h45	Randonnée à Montreuil Le Gast : sentier Fosse du Loup
Vend 30 novembre	9h	Spectacle de la Cie Presque Siamoise « Au point du jour » *
Samedi 1er décembre	9h30	Spectacle de la Cie Presque Siamoise « Au point du jour » *
Jeu 6 décembre	13h45	Randonnée Bourg des Comptes : Circuit des Biches
Jeu 6 décembre	18h30	Rencontre avec la photographe Nelly Kerfanto autour d'un pot
Samedi 8 décembre	entre 10h à 13h	Sam di Bien ! *
Mercredi 12 décembre	de 10h à 18h	Marché de Noël à la résidence seniors Espace et Vie (34 av. des Monts d'Arrée)
Jeu 13 décembre	13h45	Randonnée à Feins : L'étang du Boulet
Vend 14 décembre	18h30	Assemblée Générale de la Maison de Quartier
Jeu 20 décembre	13h45	Randonnée à St Jacques de la Lande : Circuit Allendé

Et aussi à la Maison de Quartier :

* Détails en page intérieure ** Rdv parking 13h45 La Bellangerais

- Ateliers de développement personnel « Mieux communiquer pour gagner en aisance relationnelle » dès le 17 novembre, par Hélène JET de La Clé des champs (www.lc.deschamps.com)

- Stage de Théâtre Adulte le 11 novembre par Cécile PAPILLON du Théâtre des Pépites (www.labellangerais.org)

Infos pratiques

Horaires de l'accueil

Période scolaire

Lundi 14h-18h

Mardi 10h-12h et 14h-19h

Mercredi 10h-12h30 et 13h30-19h

Jeu 14h-19h

Vend 10h-12h et 14h-18h

Vacances scolaires

Lundi/Jeu 14h-18h

Mardi/Mercredi/Vendredi

10h-12h et 14h-18h

Vacances de Noël

Accueil ouvert les 2, 3 et 4 janvier 2019.

Maison de Quartier Accueil

5 rue du Morbihan - 35700 Rennes

Tél. 02 99 27 21 10

www.labellangerais.org

contact@labellangerais.org