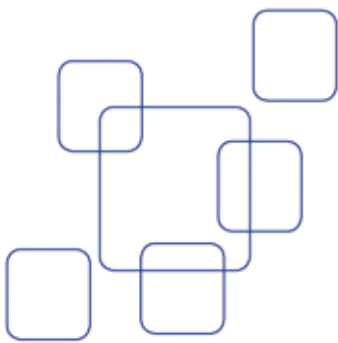




Particuliers, professionnels, associations,
pour tous vos projets : épargne, crédits, assurances...

Nous sommes **LA !**



LA proximité pour mieux vous servir :

- St Nazaire Hôtel de Ville : 2 av de la république - 02 28 96 05 58
- St Nazaire Les Halles : 41 rue des Halles - 02 28 96 05 47
- Immaculée : 2 rue Jules Simon - L'Immaculé - 02 28 96 05 27
- Pertuischaud : 11 av Léon Jouhaux - 02 28 96 05 57
- Océanis : 24 rue de la mer d'Iroise - 02 40 11 38 01
- St André des Eaux : 6 place de la mairie - 02 28 96 05 43

Crédit Mutuel
LA banque à qui parler
www.cmlaco.creditmutuel.fr



Fédération des Maisons de quartier de Saint-Nazaire 02 40 22 78 70



Maisons
de
Quartier

de Saint-Nazaire

2011-2012

SOMMAIRE

Fédération des Maisons de quartier 24 rue d'Anjou B.P. 333 tél 02 40 22 78 70 fax 02 40 22 25 84 FMQ@siege.fmq-saintnazaire.fr	p. 3
Maison de quartier d'Avalix 3 rue Calmette tél 02 40 70 95 92 fax 02 51 76 50 05 mqavalix@wanadoo.fr	p. 4-5
Maison de quartier de la Bouletterie 29 rue des Frênes tél 02 40 70 35 22 fax 02 40 24 64 58 mqbouletterie@wanadoo.fr Grange aux fringues tél 02 40 70 35 00	p. 6-7
Maison de quartier de la Chesnaie Espace civique, 1 bis rue des Ajoncs tél 02 28 55 99 90 fax 02 40 90 43 69 mqchesnaie@wanadoo.fr	p. 8-9
Maisons de quartier Immaculée Beaugard Immaculée Le Point du jour tél 02 51 10 11 20 fax 02 51 10 11 24 mqimmaculee@orange.fr Beaugard 73 rue Angela-Duval tél 02 40 22 53 69 fax 02 40 01 81 94 mqbeaugard@orange.fr	p. 10-11
Maison de quartier de Kerlédy 70 rue Ferdinand-Buisson tél 02 40 53 50 00 fax 02 40 00 93 89 mqkerlede@wanadoo.fr Fort de Villès-Martin tél 02 40 53 08 05	p. 12-13
Maison de quartier de Méan-Penhoët 1 rue Emile-Combes tél 02 40 66 04 50 fax 02 51 76 01 33 mqmeanpenhoet@wanadoo.fr Ludothèque tél 02 40 66 08 77	p. 14-15
Abécédaire des activités	p. 16-21
Secteur insertion de la Fédération	p. 22-23

Inscriptions à partir du 5 09 2011
Démarrage des ateliers le 19 09 2011

édito

Vous tenez entre vos mains notre nouvelle plaquette 2011/2012, vous y trouverez notre offre d'actions et de services avec deux entrées, l'une par quartier, l'autre par activité.

Dans les Maisons de quartier, vous pourrez vous détendre, vous instruire, créer, échanger avec d'autres, vous impliquer dans la vie du quartier, de la ville, agir pour vous et pour les autres.

Notre ambition est de répondre à vos besoins et de vous proposer des actions qui vont du parcours d'insertion vers l'emploi, aux activités d'éducation populaire, de développement personnel, culturel et social.

Alain Le Pape
président de la Fédération des Maisons de quartier de Saint-Nazaire

la fédÉration des maisons DE quartier

www.fmq-saintnazaire.fr



Dans une perspective générale d'éducation populaire et au regard des valeurs de l'économie sociale et solidaire, la Fédération se donne pour mission de développer et de coordonner l'animation socioculturelle des quartiers et les actions d'insertion sur la ville de Saint-Nazaire.

Les Maisons de quartier sont des équipements socioculturels de proximité, ouvertes à tous. Elles se définissent comme :

- lieux de rencontre et d'échanges intergénérationnels entre individus, groupes et familles,
- lieux d'expression individuelle ou collective,
- lieux d'information et de formation,
- lieux de loisirs et de diffusion culturelle,
- lieux de coordination entre institutions, associations et autres acteurs locaux

Le secteur insertion de la Fédération se caractérise par trois pôles, l'insertion professionnelle, l'insertion sociale et la mobilité. Les actions s'adressent à des personnes qui ont besoin d'être accompagnées dans leur projet personnel et/ou professionnel. Certaines actions se déroulent à l'échelle de la ville, d'autres au sein des Maisons de quartier, caractérisant ainsi la singularité du projet fédéral.

nos valeurs

- L'éducation populaire,
- La participation et l'autonomie des habitants,
- La tolérance et le respect entre les générations,
- L'expression citoyenne,
- L'égalité des chances,
- La laïcité



adhésion

Elle est nécessaire et valable pour les activités stages et ateliers de toutes les Maisons de quartier de Saint-Nazaire. Elle signifie une adhésion aux valeurs des Maisons de quartier.

Adultes	6,50 €
Enfants/Jeunes jusqu'à 25 ans	3,50 €
Familles	10 €
Associations	30 €

Avalix

un territoire, un projet

Un territoire étendu, riche de ses quartiers diversifiés allant de Miner à Robespierre, en passant par Avalix, Les Landettes, Dolto, Terra Nova, le Moulin du Pé, les Millaux, Le Petit Caporal, la Berthauderie...

Une ASSOCIATION : LA PLAIZANTERIE, avec ses bénévoles et ses professionnels

Un lieu ouvert à tous, dans un esprit convivial et chaleureux

- pour sortir de l'isolement, échanger, s'informer, communiquer,
- pour découvrir, s'enrichir, développer sa curiosité,
- pour s'exprimer, participer, s'impliquer, s'engager en fonction de ses possibilités.

vie de quartier

- Notre bulletin d'info
- Culture d'ici et d'ailleurs (récits de voyage, expos)
- Expositions
- Animations conviviales et festives (loto, soirée...)
- Animations au cœur des quartiers
- Des temps forts :
 - 30 jours autour du monde (novembre)
 - Animations de fin d'année (décembre)
 - Carnaval de la PLAIZANTERIE (24 mars 2012)
 - Histoire de jouer (autour des jeux vidéo - avril 2012)
 - Rencontre des voisins (toute l'année)
 - Quinzaine « vivons ensemble » (juin 2012)
 - Tournoi de foot féminin (juillet 2012)
 - Et le fil rouge de l'année... 20 ans en 2012, regard sur les quartiers, des surprises en perspective !

animations en famille

- Pause café à l'école maternelle Camus (mardi 8h45-9h45)
- Espace parents enfants (MQ Avalix : 1^{er} et 3^e mercredi du mois 15h-17h, Salle du Petit Caporal : 2^e mardi du mois 16h30-18h)
- Des stages :
 - parents enfants pour les tout-petits
 - enfants 6-12 ans
 - intergénérationnels (pour tous à partir de 6 ans !)
- Sorties en famille : découverte culturelle, spectacles...
- Vacances familiales
- Après-midi récréatifs
- Sensibilisation - prévention

animation jeunesse

Deux espaces jeunes accueillent les 16-25 ans : à la Maison de quartier et au Petit Caporal

- Accueil ouvert le
 - lundi, mardi, jeudi : 16h à 19h
 - mercredi : 14h-18h
 - vendredi : 16h-18h
 - lieu de rencontre, d'écoute, d'échange, de discussion
 - espace de détente
- Espace d'information
- Aide et accompagnement de projets personnels (loisirs, aide technique à la recherche d'emploi, formation...)
- Activité Musique assistée par ordinateur et autres disciplines de culture urbaine
- Sorties
- Stages découvertes
- Les rendez-vous de la Mission Locale

services aux habitants

- Journaux à disposition
- Fax, photocopieur
- Aide administrative
- Aide technique à la recherche d'emploi : vendredi de 10h à 12h
- Espace informatique avec accès internet : lundi : 16h30-19h ; mercredi : 10h-12h et 15h-18h, jeudi : 17h-19h, vendredi : 10h-12h
- Consultation PMI et assistantes sociales sur rendez-vous (02 40 70 51 63)
- Mise à disposition de salles (réservation : service aux associations : 02 40 00 79 10)
- Permanence de l'élue de quartier (sur rendez-vous au 02 40 00 41 30)
- Panier bio (légumes, pain, viande, fruits...) : mardi de 17h30 à 19h avec l'ACAPE (adhésion : 5€ - Contact au 02 40 21 10 71)
- SOLIAE, un abonnement pour un bouquet de fleurs : mardi 17h30-19h
- Bibliobus : 1 mercredi sur 2





La Bouletterie

un territoire, un projet

Implantée au cœur du quartier, la Maison de quartier est un lieu de rencontres et d'échanges. C'est un espace qui s'adresse à l'ensemble de la population et qui est ouvert sur le quartier, sur la ville. Quartier en mouvement, en changement, nous serons particulièrement attentifs à l'accueil des nouveaux habitants. Association loi 1901, les administrateurs et les animateurs professionnels ont défini quatre grandes orientations pour guider nos actions de 2010 à 2013 :

- Accompagner les cohabitations générationnelles, sociales et culturelles pour mieux vivre ensemble
- Renforcer le lien social afin de lutter contre l'isolement et la précarisation
- Valoriser le cadre de vie existant et accompagner la mutation du quartier
- Soutenir la parentalité

vie de quartier

- **Des temps forts** : Fête aux jardins (septembre), carnaval (mars), fête de quartier vide-grenier portes ouvertes (juin), fête des enfants...
- **Animations de rue** : barbecues, jeux, arts de la rue...
- **Animations à thème** : 30 jours autour du monde, la semaine des femmes, la semaine d'éducation contre le racisme...
- **Soirées de divertissement** : cabaret magie, loto, Karaoké, soirée réunionnaise...
- **Une bourse puériculture**
- **Des groupes de convivialité** (se retrouver, jouer, bricoler) : le groupe convivialité (le mardi après-midi), le groupe Vive la vie et le groupe Amicalement vôtre (lundi, mercredi et vendredi après-midi)
- **Accueil café** tous les jours de 9h à 10h et de 14h à 15h
- **Bulletin d'informations trimestriel, un journal « La voix du quartier »** deux fois par an
- **Commissions thématiques** ouvertes aux habitants pour réfléchir et mettre en œuvre des actions : la commission temps forts, la commission Famille et la commission Jeunes
- **Talents d'habitants** : expositions régulières dans le hall de la Maison de quartier
- **Accompagnement et soutien de projets d'habitants** pour le quartier

animations en famille

Youpi c'est mercredi : activités ludiques, manuelles, artistiques et sportives pour les parents et leurs enfants tous les mercredis de 10h à 12h

- Des sorties en famille : sorties à la journée pour s'évader – sorties au spectacle
- Des stages parents-enfants
- Un accompagnement à la scolarité pour les enfants au primaire et au collège (voir index page 17)
- Des stages : loisirs créatifs, Batucada...

animations jeunesse (16-25 ans)

- **Un espace accueil**

Ouverture le lundi, mardi et jeudi de 16h à 19h, le mercredi de 14h à 19h, le vendredi de 15h à 18h et 1 soir par semaine de 20h à 23h.

Encadré par un animateur.

- **Projets et sorties DECOUVERTE** : organisation avec les jeunes de sorties loisirs, culturelles et accompagnement de projets de séjours

- **Stages DECOUVERTE** : tout au long de l'année pour découvrir de nouvelles activités culturelles, sportives, de loisirs...

- **Atelier Mod'emploi** : aide au CV et à lettre de motivation le vendredi de 9h à 12h

- **Permanence de la Mission Locale** chaque vendredi

- **La boîte à musique** : local de répétition pour les groupes de musique (2 € les 2 heures)

services aux habitants

- **LA GRANGE AUX FRINGUES** : dépôt-vente de vêtements d'occasion et vente occasionnelle de matériel de puériculture (48 rue Pitre Grenapin).

Ouvert du lundi après-midi au samedi midi.

Renseignements au 02 40 70 35 00. Grange ambulante avec les autres maisons de quartier.

- **MOD'EMPLOI** : aide à la rédaction de CV, de lettre de motivation, le vendredi sur rendez-vous

- Accès fax et photocopies

- Labo-photo en self-service pour des personnes initiées

- Permanence d'une conseillère CAF

- Location de la salle polyvalente : service aux associations 02 40 00 79 10

- Outilthèque et SOS coup de main réseau de voisinage



La Chesnaie

un territoire, un projet

La Maison de quartier de la Chesnaie s'anime sur un territoire en mouvement : un immense chantier est en œuvre sur le quartier (renouvellement urbain des quartiers ouest).

Le territoire se modifie profondément et un nouveau projet social vient d'être revisité dans une démarche partagée par le plus grand nombre d'habitants ; une consultation citoyenne.

La Maison de quartier vous ouvre ses portes dans la diversité, les festivités et les rencontres.

Les portes ouvertes de la Maison de quartier de la Chesnaie, à Agora salle Cadou les 9 et 10 septembre.

vie de quartier

- Débats et discussions sous forme de café pédagogique ou philosophique, sous l'arbre à palabres
- Actions dans les espaces publics, en appartement chez l'habitant (février 2012)
- Banquets des voisins au cœur du quartier
- Le *Tamtam*, journal de quartier
- Lectures à voix haute

Les temps forts

- Un Open Mind : scène aux amateurs de poésie, de slam et autres... un face à face public. Avec l'association TRANQ'S
- Repas et soirées festives (tout au long de l'année)
- 30 jours autour du monde (en novembre)
- Fête des enfants (décembre)
- Soirée de fin d'année en musique (décembre)
- Forum information formation emploi (en avril)
- Manifestation festive et culturelle (en mai)

animations en famille

- Petits déjeuners des parents, le mardi de 8h30 à 11h30
- Animations en famille le mercredi
- Accompagnement scolaire du CP à la 6^e (page 17)
- Sorties découvertes en famille, toute l'année
- Week-end familial en juin
- Pause café à l'école Bayet-Escurat ainsi qu'à l'école Léon-Blum le jeudi de 8h30 à 9h45
- Vacances familiales
- Stages découverte
- Ludomobiles au printemps

animation jeunesse

- Soutien et accompagnement aux projets de vacances en autonomie.
- Des espaces mutualisés autour d'activités de loisirs, de détente et d'information
- Des sorties découvertes, des soirées culturelles et sportives, (concerts, cinéma, spectacles vivants, rencontres sportives...)
- Un atelier Slam (partenariat avec la Médiathèque)
- Un atelier hip hop sur des cycles ou à l'année.
- Accompagnement vers l'emploi (aide au CV, lettre de motivation, lien avec les interlocuteurs de l'emploi et de la formation).
- Informations sur l'emploi et la formation en partenariat avec la Mission Locale.

services aux habitants

- Accueil convivialité cafétéria du mardi au vendredi, de 9h15 à 11h30.
- Alphabétisation et français.
- L'espace échange de vêtements le mardi matin.
- Un jardin à partager dans un esprit collectif.
- Pôle administratif : fax, photocopies, aide administratives...

Des permanences dans l'Espace civique

- Point d'accès au droit (sur rendez-vous)
- Élu de quartier le mardi matin
- Puéricultrice sur rendez-vous
- Mission locale :
02 40 91 90 54
- Espace multimédia :
02 40 00 88 32
- Location salle polyvalente



Beauregard Immaculée

un territoire, un projet

Deux Maisons de quartier sont implantées sur le quartier de l'Immaculée :

- l'une sur le village de Beauregard
- l'autre au cœur de la zone commerciale de l'Immaculée

Nos deux structures sont ouvertes à tous et proposent des actions visant :

- la rencontre et l'échange entre les personnes
- la pratique d'activités de loisirs pour adultes et enfants
- le soutien aux parents dans leur fonction parentale

vie de quartier

Septembre : samedi 10, portes ouvertes de la MQ (Immaculée)

Dimanche 11, les Z'aquatiques au Bois Joalland

Octobre : samedi 8, bourse aux livres (Immaculée)

Dimanche 9, loto (Beauregard)

Destinations lointaines (Immaculée)

Samedi 22, "Liv'et vous" (Immaculée)

Novembre : samedi 5, échanges de végétaux (Immaculée)

Samedi 19, marché solidaire (Immaculée)

30 jours autour du monde (Immaculée)

Dimanche 20, bourse aux jouets avec l'Amicale laïque Jules Simon (Immaculée)

Samedi 26, dimanche 27, expo-vente des loisirs créatifs (Immaculée)

Décembre :

Samedi 17, repas des habitants (Beauregard). **Dimanche 18**, marché de Noël (Immaculée)

Destinations lointaines (Immaculée)

Janvier : samedi 14, repas saveurs du monde (Immaculée)

Mars : Semaine des femmes (Immaculée, Beauregard)

Dimanche 18, boucle printanière (Immaculée)

Carnaval (Immaculée, Beauregard)

Avril : samedi 21, échanges de végétaux (Immaculée)

Concours boules palets (Beauregard)

Mai : Sortie végétale (Immaculée)

"Liv'et vous" (Immaculée)

Fête du jeu (Immaculée (Beauregard)

Mardi 15, assemblée générale (Beauregard)

Vendredi 25, assemblée générale (Immaculée)

Juin

Spectacle cirque et danse (Immaculée)

Sortie senior (Beauregard)....



Juin suite...

Soirée chant (Immaculée)

Sortie de quartier (Beauregard)

Fest'îlots (Immaculée)

Été 2012

Sorties d'été pour les habitants de l'Immaculée-Beauregard

Toute l'année 2011-2012

- Expositions artistes amateurs (Immaculée-Beauregard)
- Sorties culturelles (Immaculée-Beauregard)
- Jardin pédagogique pour les écoles, les centres de loisirs... (Immaculée-Beauregard)
- Troc du livre, échanges de livres pour adultes et enfants (Immaculée)
- Groupe mémoire de quartier (Beauregard)
- Groupe cuisine *A vos recettes* (Beauregard)
- Groupe seniors (Beauregard)
- *Café caquette*, accueil autour d'un café, presse locale, tous les jours, sauf lundi matin et jeudi matin (Immaculée)
- Groupe Boulange (Immaculée)



animations en famille

- Cause café : discussions échanges autour d'un café (Immaculée)
- Anim'îlots : animation de proximité (Immaculée)
- Stages découvertes pour enfants (cirque, danse, poney...) (Immaculée Beauregard)
- Accompagnement scolaire primaire (Immaculée, Beauregard)
- Accompagnement scolaire Collège (Beauregard)
- Tour du mot, apprentissage de la lecture, des mots et des chiffres par le jeu (Beauregard)
- Ateliers bien être (Beauregard)
- Ateliers loisirs créatifs, jeux en famille, cuisine-alimentation, bricolage récup... (Beauregard)
- Fête pour les enfants (Halloween, Noël, Carnaval, Chasse aux œufs, jeux olympiques) (Immaculée Beauregard)
- Juillet et août, sorties familiales d'été (Immaculée, Beauregard)

animations jeunesse

Stages découvertes 12-16 ans et coopération avec l'atelier de l'OMJ (Immaculée, Beauregard)

Des rendez-vous avec les jeunes.

services aux habitants

- Aide aux courriers administratifs
- CV, lettre de motivation
- Fax téléphone, photocopies. (Immaculée, Beauregard)
- Bois : vente pour poêle (réservé aux habitants de Beauregard et Prézégat)
- Laverie à disposition des adhérents des Maisons de quartier.
- Silène le mardi à 10h30 (Beauregard)
- Bibliobus un mardi sur deux 17h15-18h15 (Beauregard)
- Grange ambulante au cours de l'année (Immaculée, Beauregard)

Kerlédé



un territoire, un projet

Situés en bordure de mer, les habitants de Kerlédé bénéficient d'un cadre de vie agréable. La diversité de son habitat témoigne d'une bonne mixité sociale. Implantée sur un vaste territoire entre Sautron et la Vecquerie et allant jusqu'au quartier de la Galicheraie, la Maison de quartier qui gère également le Fort de Villès-Martin, est ouverte à tous et développe des actions pour favoriser «le mieux vivre ensemble».

Administrateurs, bénévoles et professionnels œuvrent ensemble au quotidien pour :

- favoriser la mixité et le lien social au travers des temps forts
- susciter la participation, l'initiative, l'engagement
- soutenir la parentalité au travers des animations familles

Les actions de proximité seront privilégiées afin d'aller au devant des habitants qui n'osent pas franchir la porte de notre Maison de quartier.

vie de quartier

- Journée portes ouvertes, samedi 3/09/2011
- Soirées conviviales thématiques
- Semaines à thème
- Après-midi festives pour les enfants
- Animations extérieures dans les quartiers
- Exposition inter quartier des loisirs créatifs
- L'artitude, fête des arts
- Repas entre voisins
- Un journal de quartier
- Pause-café tous les vendredis matins
- **La MQ de Kerlédé, véritable foyer d'initiatives, accueille et accompagne des groupes porteurs de projets :**
 - Le groupe Va pas trop vite : entretien et pratique de la voile sur un vieux gréement
 - Kerlé'dits : ateliers de contes, temps contés, balades, soirées)
 - Fort de Villès : expos et animations autour de l'art
 - Archéologie : région Brière Presqu'île renseignements 02 40 70 28 10
 - Phare Ouest : histoire du quartier, recueil de témoignages, de documents
 - Le groupe Récré du mercredi : bricolage et entr'aide

animations en famille

• Des espaces de parole

A la maison de quartier : petits déjeuners débats trimestriels des parents

Dans les écoles du quartier : pause café des parents, vendredi matin de 9h à 10h30, écoles Michelet et Jean-Zay. 1 mardi par mois à 16h30 à l'école Jules-Ferry.

• Des espaces ludiques parents/enfants

Tous les mercredis 10h-12h

Temps d'échanges, de découvertes, d'activités, de sorties en famille (spectacles, visites).

Stages découvertes parents-enfants (vacances scolaires)

Des actions de proximité au pied des tours dans les halls d'immeubles un mercredi matin par mois.

• Des espaces de découvertes

Des sorties familiales au cours de l'été

• Des espaces hors temps scolaire

Accompagnement à la scolarité pour les enfants du primaire et adolescents du collège

• Atelier cuisine (échange de recettes entre habitants du quartier)

1 mardi par mois de 10h à 14h

animations jeunesse (16-25 ans)

• Un espace accueil

Ouvert toute l'année, lundi, mardi et jeudi de 16h à 19h, mercredi 15h à 19h et vendredi 16h à 18h

Lieu de rencontre, d'écoute...

Lieu de détente, jeux de société, babyfoot...

Lieu ressource : documentation

• Activités / sorties

Ateliers, sorties organisées avec les jeunes

Loisirs à prix adaptés

• Stages découvertes

Activités innovantes, manuelles, artistiques, sportives

• Projets

Soutien organisationnel, matériel, financier, aux projets collectifs de départ en vacances en autonomie.

• Informatique / aide administrative

Accès informatique et Internet en libre service pour rapport de stage, CV, recherches. Mercredi de 14h à 16h pour scolaires

• Espace emploi

Soutien à la recherche d'emploi avec la Mission Locale



services aux habitants

- Soutien administratif (fax, photocopies, informations diverses...)
- Accompagnement à la vie associative
- Grange aux fringues ambulante 2 fois par an
- Borne internet accessible gratuitement
- Permanence de l'élue de quartier (sur RDV au 02 40 00 41 31)
- Permanence de la conseillère en économie sociale et familiale (sur RDV au 02 40 53 02 69)
- Mise à disposition de salles pour réunions familiales ou associatives (contact 02 40 00 79 10)

méan-Penhoët



un territoire, un projet

C'est de manière dynamique que la Maison de quartier investira l'espace public en 2011-2012.

Le Bara K'fé en plein air, les espaces ludiques circassiens, Bouge, la ludo à l'aire, les évènements culturels sont autant d'occasions de se rencontrer, de partager entre habitants, autour d'animations parfois surprenantes. Tentez l'expérience !

vie de quartier

- **Bara K fé**, café, thé, tisane, issus du commerce équitable, presse locale et nationale, expositions, ouvert toute la semaine.
- **Les échos de Méan-Penhoët**, journal de quartier édité à chaque changement de saison, ligne éditoriale partagée avec les acteurs du quartier.
- **Méan joue avec Penhoët**, évènement festif et ludique : samedi 30 juin 2012.
- **Repas spectacle**, tous les mois le vendredi soir.
- **Espace de débats**, cafés pédagogiques avec les CEMEA.
- **Balade à solex** à travers la Brière et en Vendée.
- **Semaine sans écran**, au cœur du printemps 2012 : Faites le pari fou de passer une semaine à porter un regard différent sur vos écrans, avec les Pieds dans le Paf.
- **Ludothèque**, cet équipement culturel de proximité permet le jeu sur place en accès libre, le prêt (2000 jeux) et de nombreuses animations ludiques (agenda *À vous de jouer* téléchargeable sur notre site).
Tarif au forfait, exemple : 12 € par an pour l'emprunt d'un jeu échangé toutes les 3 semaines.
 - Ludothèque 106 rue de Trignac, du mardi au vendredi de 16h30 à 18h30, les mercredis et samedis de 10h à 12h30.
 - Ludo en plein air, place des halles les mercredis de 10h à 12h30 et sur le quartier de 15h à 16h30, accès libre.
 - Ludo sur l'aire des voyageurs : aux beaux jours les mardis et jeudis de 16h à 17h.
 - Accueil et animations pour les collectivités sur rendez-vous au 02 40 66 04 50

animations en famille

- **Pause des parents**, espace de détente, de discussion autour des questions de parents.
- **Sorties**, week-end et vacances en famille.
- **En partenariat avec les écoles, accueil d'auteurs, rencontres et échanges** avec les enfants et leurs parents.
- **Pratiques artistiques en famille** (arts plastiques, marionnettes).
- **Programme d'animations en famille** à chaque période de vacances scolaires (en ligne).
- **Accompagnement à la scolarité** pour les enfants du primaire et adolescents du collège avec espace découvertes (sciences, culture).
- **Heure du jeu** le mardi à 17h et petits jeux à la PMI (avec le Conseil Général) un vendredi par mois de 14h à 17h.
- **Goûter découverte**, installez-vous au Bara K'fé de plein air pour discuter, bricoler avec vos enfants : à la sortie des écoles aux beaux jours.

animation jeunesse (16-25 ans)

- **MONTE LE SON**, le vendredi 10 février 2012, concert et stage autour des métiers de la scène.
- **BOUGE**, sports et danse de rue, le vendredi 22 juin 2012.
- **La ludothèque joue les prolongations**, jeux vidéo, de société et surdimensionnés lors des rendez-vous des nocturnes ludiques le vendredi jusqu'à 20h à la ludothèque.
- **Séjours à l'international** - échange avec des jeunes d'Avilès (Espagne) été 2012.
- **Hip Hop** avec Ghel NIKAÍDO, de la compagnie Favela (troupe de danse).
- **Rendez-vous des jeunes**, programme d'animations en ligne.
- **Accompagnement démarches administratives**, recherche d'emploi (CV, lettres de motivation) sur rendez-vous.
- **Ciné-débat, rencontres** autour des questions de contraception (au collège, à la Maison de quartier de Méan-Penhoët). Animations sur le thème des conduites addictives en partenariat avec l'Agence Régionale de Santé et Harmonie Mutuelles.

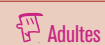
services aux habitants

- Borne informatique, réalisation et mise à jour de CV, démarches administratives sur rendez-vous.
- So'lyb, location de vélossolex, 7 € la semaine
- Photocopies, fax.
- Salle polyvalente (02 40 00 79 10).
- Centre d'économie sociale et familiale (02 40 22 62 60) sur rendez-vous.
- Alphabétisation et français langues étrangères sur inscription.
- Accompagnement de la vie associative (salles, projets).
- Permanence de l'adjointe de quartier le samedi matin à la mairie annexe de Méan-Penhoët, sur rendez-vous au 02 40 00 41 02



Abécédaire des activités























proposées par les maisons de quartier






















Ateliers/activités	MQ/asso. accueillies	Jours	Horaires	Tarifs
Accompagnement scolaire Primaire et collège	MQ Kerlédy	Lundi Jeudi	16h45-17h45	2 € + adhésion
Accompagnement scolaire CP à CM1 CM2 et 6 ^e	MQ Chesnaie	Mardi et jeudi Lundi	16h30-18h30 16h30-18h	Adhésion famille
Accompagnement scolaire Primaire et collège (6 ^e)	MQ Beaugard	Lundi Jeudi	17h30-18h30 17h-18h	Adhésion
Accompagnement scolaire MQ Bouletterie	MQ Bouletterie	Lundi et jeudi (du CP au CM2) Mardi (6 ^e à la 3 ^e)	16h30-18h30 17h30-19h	Adhésion + participation
Accompagnement scolaire Primaire et collège (6 ^e -5 ^e)	MQ Méan-Penhoët	Lundi Jeudi	16h30-18h	Adhésion + participation
Accompagnement scolaire primaire	MQ Immaculée	Lundi	16h45-18h	Adhésion
Accordéon diatonique	Asso «le dépliant» à la MQ Kerlédy 02 40 53 43 59	Lundi (sem. impaire) Mardi Mercredi	18h-21h 20h-22h30	Adhésion : 13 € 18 €/mois
Aide aux leçons	L'Attache d'ancre à la MQ d'Avalix 02 40 66 28 95	Lundi Jeudi	17h15-18h	Se renseigner auprès de l'Attache d'ancre
Alphabétisation	MQ Bouletterie	Lundi Mardi Jeudi	9h30-11h	Adhésion
Alphabétisation	MQ Chesnaie	Mardi Jeudi	9h30-11h	Adhésion
Alphabétisation/Français	MQ Avalix	Mardi Vendredi	14h30-16h30	6 € + adhésion
Alphabétisation/Français	MQ Méan-Penhoët	Lundi Jeudi	17h-18h	Adhésion
Anglais	MQ Méan-Penhoët	Lundi	15h-16h30	82 € à 143 € + adhésion
Anglais	MQ Chesnaie	Vendredi	14h30-16h	82 € à 143 € + adhésion
Anglais ludique (à partir de 6 ans)	MQ Chesnaie	Mercredi	10h-11h	5€ à 30€ (au trimestre) 55€ à 96€ (à l'année) + adhésion
Anglais (entretien/conversation à partir de 15 ans)	MQ Avalix	Mardi	18h-19h30	82 € à 143 € + adhésion
Arabe littéraire	MQ Bouletterie	Mercredi	18h30-20h	82 € à 143 € + adhésion
Arabe (initiation)	MQ Chesnaie	Lundi	18h-19h30	30 € + adhésion

Ateliers/activités	MQ/asso. accueillies	Jours	Horaires	Tarifs
Art création (6-12 ans)	MQ Kerlédy	Mardi	17h30-19h	60 € à 85 € + adhésion
Art du cirque (stage enfant 6-12 ans)	MQ Avalix	Vacances d'automne	Rens. MQ	Rens. MQ
Art floral (1 fois/mois)	MQ Immaculée	1 fois par mois (jour à déterminer)	Séance de 2 h	49 € à 83 € + adhésion
Arts plastiques	MQ Chesnaie	Cycle de 5 séances octobre à novembre	A déterminer	24€ à 38€ + adhésion
Arts plastiques	MQ Méan-Penhoët	Lundi (3-5 ans + parents) Mardi (6-11 ans) Lundi (12 ans et +)	17h-17h30 18h15-19h45 18h-19h30	39 € à 65 € 52 € à 86 € 78 € à 129 € + adhésion
Atelier parents enfants Avalix	MQ Avalix	1 ^{er} et 3 ^e mercredi du mois	15h-17h	Participation par séance + adhésion
Atelier parents enfants Petit Caporal	MQ Avalix	2 ^e mardi du mois	16h30-18h	Participation par séance + adhésion
Batacuda (du CP au CM2)	MQ Bouletterie	Vacances d'avril	16h30-18h	A déterminer + adhésion
Bricolage modelage	MQ Avalix	Lundi	14h-16h	126€ à 184€
Broderie	MQ Méan-Penhoët	Vendredi	14h-17h	5 € + adhésion
Chant	MQ Immaculée	Mercredi	18h15-19h45	78 € à 134 € + adhésion
Chant africain	MQ Chesnaie	1 samedi sur 2	10h-12h	78 € à 134 € + adhésion
Chant chorale	MQ Bouletterie	Lundi	17h-18h45	17 € + adhésion
Chant chorale	MQ Méan-Penhoët	Mardi	15h30-17h30	5 € + adhésion
Chant de marins	«Vent arrière» A la MQ Kerlédy 02 40 66 48 99	Jeudi	20h30-22h30	Adhésion : 15 €
Chant (Le Fol atelier)	MQ Avalix	Mercredi	20h30-22h30	26 € à 48 € + adhésion
Cirque	MQ Immaculée	Mardi	17h15-18h15 18h30-19h30	64 € à 110 € + adhésion
Couture	MQ Bouletterie	Jeudi	14h-16h	Adhésion + matériel
Couture	MQ Chesnaie	Lundi	14h-16h	Adhésion
Couture	MQ Avalix	Mardi Jeudi Jeudi	9h30-11h30 9h30-11h30 18h-20h	42 € + adhésion
Couture (débutants)	MQ Méan-Penhoët	Jeudi	9h-11h 20h-21h30	96€ à 165€ + adhésion
Couture (confirmé)	MQ Méan-Penhoët	Mardi	9h-12h	5 €+ adhésion

Ateliers/activités	MQ/asso. accueillies	Jours	Horaires	Tarifs
 Cuisine (atelier saveurs du monde)	MQ Chesnaie	1 jeudi sur 2	14h-16h	2€ + Adhésion
 Cuisine (autour d'un repas)	MQ Avalix	1 vendredi sur 2	9h30-14h	11€ + adhésion
 Cuisine (tous à table)	MQ Méan-Penhoët	1 ^{er} vendredi du mois	17h30-20h	6 €, 3 € (-16 ans) + adhésion
 Cuisine (du Monde)	MQ Bouletterie	1 Mardi/ mois	Ren. MQ	3 €/séance + adhésion
 Danse africaine	YELESSE A la MQ Chesnaie 06 64 89 97 08	Voir auprès de YELESSE	Voir auprès de YELESSE	Voir auprès de YELESSE
 Danse éveil (- de 5 ans)	Conservatoire Espace Maurice Béjard à la MQ Avalix 02 44 73 44 10	Mercredi	10h15-11h	Rens. conservatoire Maurice Béjard
 Danse hip hop (à partir de 12 ans - débutant)	MQ Avalix	Mardi	18h-19h30	82 € à 143 € + adhésion
 Danse hip hop (2 ^e niveau)	MQ Avalix	Jeudi	18h-19h30	82 € à 143 € + adhésion
 Danse hip hop	MQ Chesnaie	Lundi	18h-19h30	A déterminer + adhésion
 Danse hip hop	MQ Méan-Penhoët	Mercredi	17h-18h	A déterminer + adhésion
 Danse initiation	Conservatoire Espace Maurice Béjard à la MQ Avalix 02 44 73 44 10	Mercredi	10h15-11h	Renseignements Conservatoire Espace Maurice Béjard
 Danse enfants	MQ Immaculée	Mercredi	9h-10h (9-12ans) 10h-11h (6-8 ans) 11h-12h (4-5 ans)	64 € à 110 € + adhésion
 Danse jazz (ados)	Conservatoire Béjard à la MQ Avalix 02 44 73 44 10	Mercredi	13h30-14h45	Renseignements conservatoire Espace Maurice Béjard
 Danse salsa (stage 4 séances)	MQ Chesnaie	Samedi	10h-12h	7€ à 60€ + adhésion
 Dessin	MQ Kerlédy	Mardi	14h30-16h30	105 € à 174 € + adhésion
 Ecriture (atelier)	MQ Chesnaie	1 samedi par mois	A déterminer	20 € à 82 € + adhésion
 Encadrement	MQ Bouletterie	Mardi (confirmé) Mercredi (débutant)	14h-16h30 14h-16h30	20€ + adhésion
 Fibromalgie	Asso fibromalgiques des Pays de la Loire MQ Méan-Penhoët 02 40 89 48 21	1 ^{er} mercredi du mois	14h-17h	Adhésion
 Forme et équilibre	MQ Kerlédy	Mardi	9h30-10h30 et 10h30-11h30	64 € à 110 € + adhésion
 Forme et équilibre	MQ Méan-Penhoët	Vendredi	10h-11h30	64 € à 110 € + adhésion
 Forme et entretien	MQ Chesnaie	Lundi	16h-17h	64 € à 110 € + adhésion

Ateliers/activités	MQ/asso. accueillies	Jours	Horaires	Tarifs
 Français	MQ Chesnaie	Mardi, Jeudi Vendredi	9h30-11h	Adhésion
 Français remise à niveau perfectionnement	MQ Méan-Penhoët	Jeudi	17h-18h	64 € + adhésion
 Français (remise à niveau /perfectionnement)	MQ Méan-Penhoët	Jeudi	17h-18h	5€ + adhésion
 Guitare	MQ Bouletterie	Jeudi (4 cours)	18h-22h	95 € à 164 € + adhésion
 Guitare (à partir de 14 ans)	MQ Avalix	Mercredi	17h-18h30	11 € + adhésion
 Gymnastique d'entretien	SNOS A la MQ Bouletterie 02 40 22 36 70	Jeudi	10h-11h	adhésion
 Heure du jeu	MQ Méan-Penhoët	Mardi	17h-18h30	Adhésion
 Informatique Initiation	MQ Kerlédy	Lundi Jeudi	14h-16h 9h30-11h30 ou 18h-20h	45 € à 80 € + adhésion
 Informatique Révision & thèmes (stage 5 séances)	MQ Kerlédy	Lundi Mardi Jeudi	14h-16h 9h30-11h30 14h-16h	22 € à 53 € + adhésion
 Informatique Coup de pouce informatique (stage 3 séances)	MQ Kerlédy	Vendredi	9h30-11h30	16 € + adhésion
 Informatique Bidouille	MQ Avalix	Mercredi	10h-12h (sur rendez-vous)	adhésion
 Informatique initiation (stage 10 séances)	MQ Avalix	Lundi ou mardi	14h30-16h30 9h30-11h30	45 € à 80 € + adhésion
 Informatique perfectionnement (sur 5 séances)	MQ Avalix	Lundi ou mardi	14h30-16h30 9h30-11h30	45 € à 80 € + adhésion
 Informatique photos prise de vue et album photos	MQ Avalix	Lundi	9h30-11h30	45 € à 80 € + adhésion
 Jardinage (trucs et astuces)	MQ Chesnaie	Cycle d'automne et de printemps	A déterminer	24€ à 38€ + adhésion
 Jeux de société (Kerlédy Rencontre)	MQ Kerlédy	Lundi	14h-17h30	8 € + adhésion
 Langage des signes	MQ Immaculée	Vendredi	18h30-19h30 19h30-20h30	82 € à 145 € + adhésion
 Loisirs créatifs (« Zig Zag »)	MQ Méan-Penhoët	Jeudi	14h-17h	7 € le trimestre + adhésion
 Loisirs créatifs	MQ Chesnaie	Vendredi	14h-16h	Adhésion
 Loisirs créatifs	MQ Bouletterie	Vacances de février	A déterminer	(1h30) 5€ à 34€ (2h) 5€ à 44€ + adhésion
 Ludomobile	MQ Méan-Penhoët, Chesnaie, Bouletterie	Mercredi	10h-12h30 15h-16h30	Gratuit
 Ludothèque	MQ Méan-Penhoët	Mardi au Jeudi Mercredi et Samedi Vendredi	16h30-18h30 10h-12h30 16h30-20h	Jeu sur place gratuit. Carte individuelle : 12 €/an. Carte famille 24 €/an.

Ateliers/activités	MQ/asso. accueillies	Jours	Horaires	Tarifs
 Marche pour tous	MQ Kerlédy	Mardi	RDV MQ Kerlédy soit à 10h soit à 14h	Adhésion
 Marionnettes	MQ Méan-Penhoët	Mercredi	10h-11h (3-6 ans) 11h-12h30 (7 ans et +)	52 € à 86 € 78 € à 129 € + adhésion
 Mécanique Solex	MQ Méan-Penhoët	Mercredi	10h-12h 14h-17h	32 € + adhésion
 Menuiserie (atelier)	MQ Méan-Penhoët	Mercredi	10h-12h 14h-17h	32 € + adhésion
 Pause parents	MQ Méan-Penhoët	Mardi	9h-11h	adhésion
 Pêche	Asso « Saint-Nazaire Pêche en mer » A la MQ Kerlédy	Mercredi 1 ^{er} et 3 ^e /mois	18h-20h	adhésion
 Pêche (école)	Asso « Orphi-club de Saint-Nazaire » à la MQ Kerlédy 06 73 63 61 83	Mercredi Jeudi	14h-17h 18h30-20h30	Licence 25 €/enfant enfant 45 €/adulte
 Peinture	MQ Immaculée	Mardi	18h15-21h30	56 € + adhésion
 Peinture	Université Inter âge A la MQ Bouletterie	Mardi	10h-11h30	adhésion
 Peinture (huile)	MQ Méan-Penhoët	Lundi	14h30-16h30	105 € à 174 € + adhésion
 Peinture (huile, pastel, aquarelle)	MQ Kerlédy	Jeudi Vendredi	9h30-11h30	105 € à 174 € + adhésion
 Peinture (sur porcelaine)	MQ Kerlédy	Mardi	14h-16h30	Adhésion
 Peinture (sur soie)	MQ Kerlédy	Lundi Mardi	14h-16h30 9h-11h30	8 €+ adhésion
 Poney	MQ Bouletterie	Vacances de Toussaint	A déterminer	(1h) 5 € à 22€ + adhésion
 Poney stage 4-12 ans	MQ Avalix	Vacances de printemps	A déterminer	5 € à 22 € + adhésion
 Poterie	MQ Bouletterie	Lundi Mercredi	14h-16h 20h-22h	28€ + adhésion
 Poterie - modelage 2 groupes	MQ Bouletterie	Mercredi	14h-15h30 15h30-17h	25 € + adhésion
 Scrabble (en duplicate)	MQ Méan-Penhoët	Lundi	14h-17h	5 € + adhésion
 Slam	MQ Chesnaie	Février à mars	A déterminer	adhésion
 Sophrologie	MQ Immaculée	Mercredi	17h30-18h30 débutants 18h30-19h30 initiés	86 € à 149 € + adhésion
 Sophrologie	MQ Kerlédy	Lundi	18h-19h	86 € à 149 € + adhésion
 Soutien Maths collège	MQ Immaculée	Mardi	17h-18h et 18h-19h	31 € + adhésion
 Soutien Maths lycée	MQ Immaculée	Mercredi	14h-15h30	43 € + adhésion

Ateliers/activités	MQ/asso. accueillies	Jours	Horaires	Tarifs
 Stages de découverte 6-12 ans	MQ Avalix	Vacances Noël Hiver	A déterminer	A déterminer + adhésion
 Stages de découverte	MQ Chesnaie	Vacances de février et printemps	A déterminer	5 séances de 1h30 6€ à 45€
 Stage créatif meubles en carton	MQ Chesnaie	Cycle de 5 séances 1 ^{er} semestre 2012	A déterminer	A déterminer
 Stretching	SNOS A la MQ Avalix 02 40 53 50 03 snos.gymnastique@wanadoo.fr	Lundi Jeudi	9h15-10h15 10h30-11h30 9h15-10h15 10h30-11h30	Voir auprès du SNOS
 Stretching	MQ Kerlédy	Lundi Jeudi	19h-20h 19h-20h	80 € à 138 € + adhésion
 Stretching	MQ Immaculée	Lundi Mardi Vendredi	9h30-10h30 10h30-11h30 18h30-19h30 14h-15h/18h30-19h30	80 € à 138 € + adhésion
 Stretching	MQ Méan-Penhoët	Vendredi	9h15-10h15	80 € à 138 € + adhésion
 Tarot	MQ Kerlédy	Lundi Mardi Jeudi	14h-18h (initiation) 20h30-23h 14h-18h	8 € + adhésion
 Théâtre	MQ Méan-Penhoët	Mardi	20h-22h	90 € à 157 € + adhésion
 Théâtre	MQ Avalix	Mardi	18h-20h	90 € à 157 € + adhésion
 Théâtre	MQ Chesnaie	Mardi	20h-21h30	30 € + adhésion
 Théâtre (6-10ans)	MQ Kerlédy	Mercredi oct. à déc.	17h-18h	25 € à 30 € + adhésion
 Vidéo (atelier)	MQ Méan-Penhoët	2 ^e jeudi du mois	18h-20h	30 € à 52 € + adhésion
 Yoga	MQ Kerlédy	Mardi Mercredi Vendredi	19h-20h 18h30-19h30 19h30-20h30 18h30-19h30	80 € à 138 € + adhésion
 Yoga	Club Léo 44 07 61 07 00 44 www.clubleo44.fr	Mardi	9h-10h	Voir auprès de Club Léo 44
 Yoga - relaxation	MQ Immaculée	Lundi Mardi Jeudi	15h-16h 9h30-10h30 19h15-20h15 20h15-21h15	80 € à 138 € + adhésion
 Yoga	MQ Méan-Penhoët	Jeudi Vendredi	17h30-18h30 20h-21h	80 € à 138 € + adhésion
 Yoga du rire	MQ Chesnaie	A déterminer 5 séances à partir novembre	A déterminer	6€ à 45€ + adhésion
 Yoga - relaxation	MQ Bouletterie	Mardi	17h30-18h30	80 € à 138 € + adhésion

secteur insertion de la Fédération

Le secteur insertion permet

- **l'accueil et l'intégration** « faire une place à tous » dans une approche collective
- **la mise en situation de production** grâce au chantier d'insertion
- **la réalisation de prestations et services** : prestation espaces verts, vente de bouquets par abonnement, location de scooters/voitures, transport à la demande, dépôt-vente de vêtements
- **la formation** (apprentissage de gestes techniques : espaces verts, horticulture, maraîchage, bouquetterie, vente, décoration, code de la route, conduite...)
- **la dynamisation** : se remettre en mouvement, se mobiliser vers un projet, développer son autonomie...
- **l'accompagnement** : être soutenu dans son parcours
- **l'intégration dans la cité** : découverte des ressources locales, connaissance du territoire...
- **le développement local** : faire partager nos compétences, porter des nouveaux projets, s'inscrire dans une logique de partenariats.

nouveautés 2011

La location de voitures en partenariat avec l'association ATAO

Les ateliers d'art floral pour les maisons de retraite

La fabrication de tables de jardinage pour les personnes à mobilité réduite

Les actions de socialisation et de dynamisation qui évoluent pour mieux répondre aux besoins des bénéficiaires

Le secteur insertion, pour qui ?

Pour des personnes rencontrant des difficultés pour accéder à un emploi

Chantier d'insertion, actions de socialisation et de dynamisation, actions d'aide à la mobilité
> RDV avec un travailleur social qui prend contact avec la FMQ

Pour les adhérents

Des vêtements et des fleurs dans un esprit de développement durable. Prestations et services : Grange aux Fringues, abonnement aux bouquets Soliaë
> Contact FMQ

Pour les partenaires du social et de l'emploi

Des réponses diversifiées aux besoins des publics
> Contact FMQ

Pour les associations, les collectivités et les entreprises

Un geste pour l'emploi. Prestations de décoration florale Soliaë, prestation espaces verts
> Contact FMQ

Les actions du secteur insertion

Trois actions de socialisation :

- Atelier Création et décoration : activités manuelles créatives - Maison de quartier Méan-Penhoët
- Nature Solidaire : Maraîchage collectif - Maison de quartier Immaculée
- Acti-Renov : échange de services pour la rénovation d'appartement - Fédération Maisons de quartiers

Deux actions de dynamisation :

- Sur la Maison de quartier d'Avalix
- Sur la Maison de quartier de Kerlédé

Pôle Mobilité

- Une auto-école à pédagogie adaptée
- Un atelier de location de scooters (Mobyloc)
- Un service de transport à la demande (Promouv')
- Un service de location de voiture



Chantier d'insertion : 3 supports proposés

- **La Grange aux Fringues**, un dépôt-vente de vêtements d'occasion, accueil des clients et ventes.

Vous avez envie de renouveler votre garde-robe, vous ne portez plus certains vêtements, vous souhaitez leur donner une seconde vie... Vous voulez trouver des vêtements, des bijoux et accessoires, des chaussures pour hommes, femmes et enfants à petit prix.

N'hésitez pas à franchir la porte de la Grange aux Fringues. Une équipe compétente vous accueillera et vous conseillera. Renseignements : 02 40 70 35 00

Lundi	fermé	14h15-17h45
Mardi	9h-12h30	14h15-17h45
Mercredi	9h-12h	14h15-17h45
Jeudi	9h-12h30	14h15-17h45
Vendredi	9h-12h30	13h30-17h30
Samedi	9h-12h	fermé

NB : la Grange aux Fringues reste ouverte pendant les travaux de rénovation de la Bouletterie

- **Soliaë**, production florale et vente de bouquets par abonnement. Pour les particuliers. Pour les collectivités, les associations, les entreprises.

Nouvelle saison d'automne à partir du 5 septembre 2011

Nouvelle saison de printemps à partir du 5 mars 2012

Renseignements : 02 40 22 78 70

- **Espaces verts** : entretien, nettoyage, tonte, taille, élagage... Pour les collectivités, les associations, les entreprises.