



**Association
Rencontre
et Culture**

**Guide
pratique
2024
2025**





Des maisons pour se rencontrer, participer et coopérer, être solidaire.

Ces maisons sont pour vous, avec vous.

Vous avez un projet en tête, une envie, une action pour Villejean, développer un projet, ou comme bénévole, donner de son temps, ou simplement, un événement familial à organiser. Notre équipe vous soutient et encourage à le réaliser.

Envie de pratiquer une activité de loisir, de se divertir, rendez-vous lors des événements culturels, dans un atelier pour l'année ou pour une soirée.

→ Portes ouvertes le 14 septembre de 14h à 18h

Envie de vous impliquer dans la vie associative sur Villejean, parlons-en !

Envie de vous poser lire le journal, boire un café, emprunter un jeu, un livre, discuter... C'est aussi possible ici !

différence
solidarité égalités
rencontres ENGAGEMENT
partage respect
bienveillance laïcité culture
CONVIVIALITÉ participation
justice sociale
éducation populaire audace ensemble
bien-être créativité



Jacky Derennes
Président de l'association

L'association Rencontre et Culture gère et anime la Maison de Quartier de Villejean et la Maison Verte. Elle est affiliée à la fédération des Centres Sociaux et socio-culturels de Bretagne. Elle met en œuvre son projet fondé sur les principes de l'éducation populaire pour vous proposer un espace de vie sociale convivial et accueillant.

L'association organise et propose des activités, des événements : loisirs, culture, sport. Elle gère les centres de loisirs pendant les temps scolaires et les vacances. Elle accueille et elle soutient une soixantaine d'associations. Elle met à disposition des salles de réunion, deux salles pour événements familiaux et une salle de spectacle.

Véritable lieu tiers, à côté de l'église, à proximité de l'école, non loin des commerces et des institutions, vous êtes nombreux à vous y retrouver pour pratiquer une activité sportive, apprendre à danser, à jouer, à chanter ou à écrire et aussi s'engager, se sentir utile, rencontre. Nous aurons plaisir à vous y accueillir.

Nous vous accueillons avec vos envies afin d'imaginer la suite ensemble.

À très vite !



Sommaire

Côté pratique - Les adhésions	4-5
Maison pour les enfants	6
Maison pour les jeunes	7-8
Maison pour les habitants, collectifs et associations	9-12
La ludothèque	13
Le pôle multimédia	14
Les ateliers	15-23
Les clubs	24
Les permanences des partenaires	25-26
Des espaces pour des événements	27
L'équipe de Rencontre et Culture	29-31

Côté pratique

À la Maison de Quartier de Villejean, le hall-café est ouvert à tous. C'est le cœur de la Maison !

On s'y retrouve pour lire le journal, boire un café, débattre de l'actualité, échanger des idées, monter un projet, trouver des informations, rencontrer les équipes d'animateurs ou des amis, jouer, troquer un livre ou un jeu...

Bref, pour tout ce qui rend la vie plus colorée et plus animée !

À la Maison Verte, un espace jeunesse accueille les 12-17 ans.

Horaires MQV - Hors vacances scolaires

Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
FERMÉ	09:00 12:00	09:00 12:00	FERMÉ	08:30	10:00 12:30
18:00 22:00	14:00 23:00	14:00 23:00	14:00 23:00	23:00	14:00 18:00

Horaires MQV - Pendant les vacances scolaires

Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
09:00 12:00	09:00 12:00	09:00 12:00	09:00 12:00	08:30	10:00* 12:00
14:00 18:00	14:00 19:00	14:00 19:00	14:00 19:00	19:00	14:00 19:00

*Fermée pendant les vacances d'été

Informations :

contact@mqvillejean.fr

Le saviez-vous ?

La Maison de Quartier de Villejean et la Maison Verte sont gérées par l'**association Rencontre et Culture**. Adhérer à l'association c'est soutenir et respecter son projet, s'engager et être assuré. L'adhésion donne aux adhérents de plus de 16 ans, le droit de voter à l'Assemblée Générale.

L'Assemblée Générale aura lieu **le 17 mai 2025**.

L'adhésion permet l'accès au prêt de jeux et permet d'obtenir des tarifs réduits, ou même la gratuité pour certains spectacles et animations.

Les Portes Ouvertes auront lieu **le 14 Septembre 2024**.

Vous pourrez y découvrir l'ensemble des ateliers et vous y inscrire.

L'association Rencontre et Culture est administré par des membres élus lors de la dernière Assemblée Générale (AG) du 25 mai 2024.

Ces membres veillent au développement du projet associatif.

Conseil d'Administration (CA)

Roukia Adame
 Marie-Françoise Bourblanc
 Nathalie Champalaune
 Loïc Choneau (Quidam)
 Jacky Derennes
 Sabrina Doury
 Annaïg Fau-Le Fur
 Simonne Gougeon
 Pascal Millot
 Auguste Nkounkou
 Marie-Pierre Raud
 Bernadette Rubin
 Teresa Varao

Membres du Conseil d'Administration - bureau

Jacky Derennes
 Sabrina Doury
 Annaïg Fau-Le Fur
 Simonne Gougeon
 Pascal Millot
 Teresa Varao

Adhésions

→ Elle est valable du 1^{er} septembre 2024 au 31 août 2025.

Tarif adhésion	
Individuelle	10€
Famille de 2 personnes	13,50€
Famille de 3 personnes	17,50€
Famille de 4 personnes et plus	19,50€
Jeunes (11 ans et plus)	4€

Tarif adhésion des associations selon leur budget			
Inférieur à 2 500€	Entre 2 501€ et 5 000€	Entre 5 001€ et 10 000€	Supérieur à 10 001€
26€	52€	72€	103€

Calendrier scolaire annuel 2024 - 2025	
Rentrée scolaire	Lundi 2 septembre 2024
Vacances d'automne	<i>Fin des cours : 19 octobre</i> 2024 <i>Reprise des cours : 4 novembre</i> 2024
Vacances de Noël	<i>Fin des cours : 21 décembre</i> 2024 <i>Reprise des cours : 6 janvier</i> 2025
Vacances d'hiver	<i>Fin des cours : 8 février</i> 2025 <i>Reprise des cours : 24 février</i> 2025
Vacances de printemps	<i>Fin des cours : 5 avril</i> 2025 <i>Reprise des cours : 22 avril</i> 2025



> Pour les enfants de moins de 11 ans, l'adhésion d'un référent adulte est obligatoire.

Tout savoir sur la vie de l'association

Pour vous tenir informés de tout ce qui se passe à la MQV et à la Maison Verte, plusieurs moyens :

→ **L'Elastic** : un programme des activités édité chaque mois est disponible dans le hall, sur notre site internet et dans vos boîtes-aux-lettres. Vous ne recevez pas L'Elastic ? Devenez élastiqueur et distribuez notre magazine près de chez vous !

→ **le site internet** : www.mqvillejean.fr
C'est toute l'actu et les informations pratiques disponibles 24h/24h en 1 clic.

→ **la newsletter** : retrouvez chaque mois, en avant-première, les événements marquants de la vie de nos Maisons en vous abonnant à la newsletter !
Pour vous inscrire, rendez-vous sur : www.mqvillejean.fr

→ **la page Facebook** : www.facebook.com/mqvillejean/
Suivez, commentez, partagez toutes nos actualités !

→ **des affiches, des tracts, des flyers** disponibles sur place.

Maison pour les enfants

Nos accueils sont des lieux d'activités et de découvertes pour les enfants. Centre de loisirs, activités à l'année, moments en famille, événements, il y en a pour tous les goûts !!

Le centre de loisirs à partir de 6 ans

Pour les parents, le centre de loisirs est une solution pratique pour la gardedurant les vacances.

Pour les enfants, c'est la découverte d'activités inédites, artistiques ou sportives, des sorties avec ses copains, vivre des aventures qui font grandir.

Une équipe d'animation motivée et expérimentée est présente pour impliquer vos enfants dans les actions.

> **Consultez le projet éducatif et le règlement intérieur sur notre site :**
<https://www.mqvillejean.fr/activites-ateliers/enfance>

Les petites vacances et l'été : **du lundi au vendredi de 9h à 18h**
 Inscription à la journée ou à la semaine
 > des programmes pour chaque période sont disponibles à l'accueil.

Tarif en fonction du quotient familial

> inscription et renseignements à l'accueil



Envie de bricoler entre parents et enfants ?

Le mercredi après-midi, on sort la colle, du papier, des tissus, de la couleur et on crée ensemble.

> Le mercredi à **partir de 14h** dans le hall
 > gratuit

Des activités à l'année à partir de 6 ans

Pour grandir et s'épanouir, les enfants ont besoin de création, de mouvement, d'expression.

La Maison de Quartier propose des ateliers artistiques et culturels le mercredi après-midi ou en semaine.

> Inscription à l'année — 2 séances possibles pour tester

> voir les ateliers et l'accueil à partir de **la page 15**

Nouveau !

Apprendre ensemble

Faire ses devoirs n'est pas toujours facile... sans aide .

Nouvelle proposition permet à des enfants du CP au CM2, scolarisés dans l' école élémentaire Jean Moulin, confrontés à des difficultés scolaires, d'acquérir des méthodes de travail et de prendre confiance en eux.

L'équipe d'animateur et de bénévoles soutient, aide, donne des techniques, ouvre sur des activités pour apprendre sans en avoir l'air !

renseignements auprès de Valérie et Karima



L'enfance, c'est aussi des animations de quartier, des spectacles, des fêtes, des activités parents-enfants.

Soyez curieux et à l'affût, en vous abonnant à la newsletter :
 > cliquer sur le lien newsletter sur le site de la MQV.

Contact :

coordinationenfance@mqvillejean.fr

Maison pour les jeunes → à partir du 17/09/24

Le projet jeunesse s'organise autour de 3 grands axes :

- **Soutenir**
- **Aller vers,**
- **Accueillir et animer**

Ces ambitions se concrétisent dans les différents espaces ouverts aux jeunes du territoire.



L'espace Loisirs pour les 10/14 ans

Situé au sein de la Maison de Quartier, l'**Espace Loisirs** offre un cadre sécurisant d'accueil, d'activité, d'initiation et de découverte.

À chaque période de vacances scolaires des programmes d'activités sont proposés par l'équipe jeunesse dédiée, prenant en compte les envies des jeunes.

Horaires

Période scolaire	Vacances scolaires
Mardi, jeudi, vendredi 16h30 - 18h30	Du lundi au vendredi 10h - 12h et 14h - 18h
Mercredi 14h - 18h Accueil sportif (avec l'UFOLEP 35)	Soirées et séjours possibles
Mercredi 16h - 18h30	<i>Les horaires peuvent varier en fonction des programmes d'activités.</i>

La Maison Verte pour les 12/17 ans

À deux pas du collège Rosa Parks, la **Maison Verte** est un espace dédié à la jeunesse.

Conçue pour laisser la place à l'expression de tous, la **Maison Verte** vise l'accompagnement des projets individuels et collectifs des jeunes souhaitant s'investir.

La **Maison Verte** est un lieu :

- D'échanges, de rencontres, de convivialité,
- De projets (individuels et collectifs),
- D'engagement

Horaires

Période scolaire	Vacances scolaires
Mardi, jeudi, vendredi 16h - 19h	Du mardi au vendredi Accompagnement de projet 10h - 12h
Mercredi 14h - 19h	Du mardi au samedi
Vendredi 16h - 20h	Animations et accueils 14h - 18h30
Vendredi 20h30 - 22h30 (1 semaine/2)	Soirées et séjours possibles sur les périodes
Accueil sportif	<i>Les horaires peuvent varier en fonction des programmes d'activités.</i>
Vendredi 20h30 - 22h30 (1 semaine/2)	

Les Sam'dit Bien !

Une programmation voit le jour les samedis ! Entre sorties, activités et animations sur l'espace public, les **Sam'dit Bien** s'adressent à tous les jeunes du territoire et plus encore ! Un programme co-construit avec les jeunes est disponible chaque mois sur nos espaces d'accueils.



Accompagnement à la scolarité pour les jeunes de la 6^e à la 3^e

→ À partir du 15/10/24

Sur inscription auprès de l'animatrice référente, l'accompagnement à la scolarité est un projet qui vise à soutenir :

- les jeunes dans la construction d'une méthodologie de travail,
- les familles dans les temps devoirs,
- la découverte culturelle.

Encadrées par des bénévoles investis et une animatrice jeunesse, les séances d'accompagnement à la scolarité se déroulent à la Maison de Quartier **les mardis et les jeudis de 17h à 18h30.**



Modalités d'inscription et renseignements

Pour l'Espace Loisirs 10/14 ans et l'Accompagnement à la scolarité :

- > une adhésion à l'association : **4€** pour l'année scolaire
- > une fiche de renseignement sanitaire
- > une attestation d'assurance responsabilité

Contacts : Emma – espaceloisirs@mqvillejean.fr / Sounkamba – espaceloisirs2@mqvillejean.fr / Stanislas : loisirsjeunesse@mqvillejean.fr

 @espace_loisirmqv

Pour la Maison verte (12/17 ans) :

- > une fiche de renseignement sanitaire,
- > une attestation d'assurance responsabilité civile.

Contacts : Sophia maisonverte@mqvillejean.fr 07 49 95 14 35 / Diyae : maisonverte2@mqvillejean.fr 07 45 24 16 57 / Stanislas : loisirsjeunesse@mqvillejean.fr

 @mqvjeunesse

Contact :

coordinationjeunesse@mqvillejean.fr

Maison pour les habitants, collectifs et associations

Pour les habitants, nous sommes une

pépinière à projets.

Nos équipements et notre association vivent et s'animent au gré des rencontres, des idées, des projets impulsés par l'équipe de professionnels, les bénévoles, les associations, les partenaires et les habitants.

**Vous avez des idées, une envie, besoin d'un soutien pour vos projets sur Villejean ?
Rencontrons-nous !**

Contact : viesociale@mqvillejean.fr

Pour faire vivre votre projet, nous encourageons, nous soutenons, nous propulsons, nous hébergeons...

Par leur soutien logistique, leurs ressources et leur expérience, nos équipes vous aident à évaluer la faisabilité de votre projet et vous accompagnent dans sa mise en place.

Pour nous, à la Maison de Quartier de Villejean comme à la Maison Verte, cultiver l'échange d'idées et de savoirs, c'est faire pousser les grands projets.



→ Le secteur initiative animation permet de découvrir, de rencontrer, de proposer, de mettre en place.

Que vous soyez force de proposition, spectateur, organisateur, bénévole ou simple usager, notre association Rencontre et Culture vous accueille, soutient et accompagne vos projets.

Tout au long de l'année, vous pourrez découvrir et pratiquer :

- des activités régulières : ateliers et clubs
- des spectacles pour les petits et les plus grands (théâtre, improvisation, danse, concerts...)
- des conférences thématiques, parfois gesticulées
- des expositions photos, peinture...
- des événements ponctuels : braderie (1^{er} dimanche de Septembre), fête de la MQV, festivals (voyages, musiques...)
- des sorties pour découvrir, visiter, se balader
- des rencontres et des débats

UIP (Université Internationale Populaire)



Décryptage de l'actualité internationale. Conçue par la MIR, avec la complicité de la Maison de Quartier, l'UIP se veut être un espace de discussion sans censure, d'échanges sans agressivité, cherchant à faire émerger les savoirs que chacun détient mais que trop peu expriment.

> Ces rencontres sont gratuites et ouvertes à tous. (Programmation disponible à l'accueil). Un collectif soutient l'organisation de l'IUP. Vous êtes les bienvenus.

Secteur initiative animation

Entraide éducative Solidarité et Partage des Savoir-Faire

Tout au long de l'année scolaire, SPSF35 se mobilise pour lutter contre le décrochage scolaire des jeunes issus des filières professionnelles. L'association propose ainsi un terrain de stage dans le secteur associatif à des élèves en grande difficulté dans leurs recherches.

Braderie de Villejean > dimanche 1^{er} septembre 2024

Si les éditions 2020 et 2021 ont été annulées en raison du Covid, le collectif d'habitants s'est re-mobilisé et a organisé la braderie de septembre 2022. Dès le mois de janvier, si vous souhaitez participer, rejoignez le collectif pour participer et animer cette journée du grand déballage et des petits profits.

> **Emplacement 5€ / inscription à l'accueil**

La Consciência Negra

Se rassembler autour d'un jour férié brésilien pour fêter l'abolition de l'esclavage et la lutte contre le racisme (Collectif Brésil et Pulse).

> **Novembre 2024**

Journées bien-être avec Educ Ustawi

L'association Educ Ustawi organise des journées bien-être à la Maison de Quartier.

> Journées ouvertes à toutes et tous.

Actions pour la santé avec SPSF / ASVB / OPAR...

Tout au long de l'année :
des projets, des idées...

Contact :
viesociale@mqvillejean.fr

À noter dans vos agendas

01/09 – Braderie – Collectif d'habitants

14/09 – Portes ouvertes de la Maison de Quartier de Villejean

19 et 20/09 – Soirée avec Bougainvilliers : témoignages

28/09 – Llapaku, concert de musique traditionnelle des Andes

03/10 – Girlz disorder : festival Punk Fusion Féminin

04/10 – Projection ABM (Aventure au bout du monde)

10/10 – Soirée Rennes de la nuit : open mic de danse - Compagnie Dounia

13/10 – Escale africaine

19/10 – Bana du Bénin

16/11 – Match de la Troupe d'Impro Rennaise – La TIR

23/11 – Rtnn Concert de métal

Fin novembre – Journée Consciência Negra – Collectif Brésil

Fin novembre – Lutte contre les violences faites aux femmes

30/11 – Collectif Kuné : Liberté pour elles

02/12 – Namasté Breiz : Fête de la lumière

2025 – Tilibora, Gala contre le Cancer, Gala d'Educ Ustawi, d'autres soirées Rennes de la Nuit, Forum pour la santé des Femmes...

* Certaines dates
peuvent être
modifiées.



Mission Jeunes Adultes

→ Pour les 16-30 ans



Tu as besoin d'un coup de pouce pour trouver un stage, un job ou pour accéder à tes droits (justice, santé, permis de conduire, logement...) ? Tu as un projet artistique, culturel ou tu veux créer une action solidaire et citoyenne ?

Si tu as entre 16 et 30 ans, les professionnels du secteur Jeunes adultes sont à ton écoute pour t'accompagner et développer tes ambitions.

Difficultés à trouver un stage, un emploi, un logement ?

- > le soutien à l'insertion sociale et professionnelle
- > s'inscrire à la Main Verte pour financer le permis

Contact

Chargé.e.s de mission jeunes adultes

jadulte.acc@mqvillejean.fr

jadulte.projets@mqvillejean.fr

07 49 91 71 54



Le SPOT

Les professionnels de la MQV, de Breizh Insertion Sport, du Relais, du 4 bis et de We ker vous accueillent dans un nouveau local dédié aux plus de 25 ans ! Un espace d'informations et d'accompagnement de projets propice à la rencontre de jeunes talents engagés sur le quartier. De nombreux temps conviviaux y seront proposés par et pour les jeunes.

Pour suivre toute l'actu de ce nouveau lieu, rendez-vous sur le compte **Instagram : localjeunesadultes**

Adresse : 8, rue Armagnac à Villejean.

Pour tout renseignement:

Contact MQV :

07 49 91 71 54

Les jeunes de plus de 60 ans

Pour créer du lien et entretenir une proximité quotidienne, la Maison de Quartier de Villejean assure une présence, une veille et une écoute auprès de chacun de nos usagers et adhérents. Un accueil chaleureux et personnalisé vous est dédié pour faciliter l'interconnaissance et développer des activités et animations adaptées à vos envies et vos besoins.



Les mardis du jeu – Club Senior

**Tous les mardis après-midi
de 14h à 17h30 en salle de danse**

Tarot, belote, scrabble... autant de jeux que vous aurez plaisir à partager avec nos usagers et adhérents. Un moment convivial hebdomadaire à ne pas manquer !

Le Club du Vendredi

Une fois par mois, un groupe de maximum 18 personnes participe à des sorties culturelles guidées. L'objectif est de se retrouver ensemble pour découvrir des lieux emblématiques de notre région ou d'ailleurs. Il s'agit de partager des moments conviviaux, apprendre à se connaître, sortir de chez soi, enrichir ses connaissances culturelles.

Comment fonctionnent ces sorties culturelles ?

> Au mois de septembre, l'ensemble des personnes intéressées se réunit afin de co-décider des lieux et des dates de sorties pour toute l'année.

Les moments de convivialité

Tout au long de l'année, des moments de rencontres sont proposés aux jeunes de plus de 60 ans. Se retrouver pour discuter, échanger, apprendre à se connaître, sortir de chez soi et passer un bon moment. Chaque mois, un repas partagé et un thé dansant sont proposés. Pour plus d'informations, contactez Pauline

Contact :

viesociale@mqvillejean.fr
07 69 29 81 90

La ludothèque

La ludothèque est un lieu d'animation ouvert à tous qui met à disposition des jeux, des jouets dans un espace de 110m².

La ludothèque possède plus de 4000 jeux et jouets pour tous les goûts et tous les âges.

Venez jouer sur place :
c'est GRATUIT !

La ludothèque

Horaires

- > Mardi, jeudi et vendredi : **16h30 - 18h30**
- > Mercredi : **14h - 18h30**
- > Samedi : **14h - 17h** du 09/11/2024 au 05/04/2025
- > Vacances scolaires : du mardi au vendredi **15h - 18h30**

Tous les jeux, jouets, vélos et trotteurs sont disponibles à l'emprunt pour la maison...

- > Fin des prêts de jeux **un quart d'heure avant la fermeture**

Tarifs des emprunts

- > **Jeux et Jouets** : 2 jeux empruntables par enfant pour 2 semaines
 - > **1€ par jeu - Carte de 10 jeux : 6€**
 - > Un anniversaire à organiser ?
- Nous proposons des **malles de jeux pour vos événements familiaux : 6€**

Prêt ouvert à tous les adhérents

Contact :

ludotheque@mqvillejean.fr



Vous êtes joueur ? Vous avez un peu de temps libre et vous aimez partager votre savoir ?

>>> DEVENEZ BÉNÉVOLE ET REJOIGNEZ L'ÉQUIPE !

Cafêt' ô jeux (hall MQV)

> Des jeux sont disponibles à la ludothèque pour jouer dans le hall. L'équipe de la ludothèque est présente pour vous en faire découvrir.

Soirées Jeux de société

Un vendredi par mois de 20h à minuit

- > Ouvertes à tous pour jouer en groupe dans une ambiance conviviale.
- > 27/09 - 11/10 - 15/11 - 13/12 + dates supplémentaires au printemps.

Troc'jeux

> Vous avez des jeux en bon état dont vous ne vous servez plus ? Venez les troquer contre d'autres à l'espace permanent du Hall Cheminée.

Événement jeux

> Festival du jeu, soirées jeux en famille ou jeux nomades... Autant de rendez-vous pour jouer ! Tenez-vous informés en vous abonnant à la newsletter ou notre page Facebook : www.facebook.com/mqvillejean

Le pôle multimédia

Pour toutes et tous, nous sommes un

Espace Public Numérique.

Il n'y a pas d'âge pour se plonger dans l'univers du numérique.

Initiations informatiques

Pour apprendre à trier ses photos, utiliser une clé USB ou comprendre son smartphone... Un thème différent à chaque séance.

- > niveau débutant et initié
- > **14h30 - 16h**
- > **3€** la séance (+ adhésion MQV)

Les rendez-vous du Samedi

Vous souhaitez créer une affiche pour votre association ? Vous avez un film à réaliser pour le collège ?

Nous vous donnons rendez-vous et vous accompagnons dans vos projets : site internet, diaporama, maquettes, affiches, docu, ...

- > Ouvert à titre individuel ou associatif
- > les samedis **14h - 17h**
- > Gratuit pour les adhérent (sur inscription)

Temps libre jeunes

Un temps pour faire ses devoirs, regarder des films, dessiner, jouer...

- > sans inscription
- > les mercredis **16h30 - 18h (11-17 ans)**
- > les jeudis **16h - 18h (9-17 ans)**

Temps libre adultes

Accès libre aux ordinateurs, à la tablette graphique et à la machine à coudre.

- > sans inscription
- > les vendredis **16h30 - 18h**

Les ateliers à l'année et stages en périodes scolaires → voir page 22

- **Le labo du numérique** (11-17ans)
- **Atelier Photoshop et créations visuelles** (adulte)
- **Stage les explorateurs et exploratrices du numérique** (8 - 11ans)
- **Stages Numérique Ados** (11-17 ans)
- **Stages Numérique Adulte**

Contact :

multimedia@mqvillejean.fr
ou 07 82 16 36 95

Avis de recherche !

Le monde du numérique n'a aucun secret pour vous ?
Vous avez un peu de temps libre et vous aimez partager votre savoir ?

**>>> DEVENEZ BÉNÉVOLE
ET REJOIGNEZ L'ÉQUIPE !**



Les ateliers à la Maison de Quartier de Villejean et à la Maison Verte > 2024-2025

→ Sports / Danse / Bien-être / Numérique

Les activités proposées par Rencontre et Culture sont animées par une dizaine de salariés et par des partenaires associatifs ou par des bénévoles qualifiés.

La plupart sont des professionnels diplômés. Certains sont bénévoles. Tous sont expérimentés et motivés. Les encadrants des activités remplissent les exigences demandées (Brevet d'État, ...).

Les activités ont lieu du 09 septembre 2023 au 14 juin 2024, excepté durant les vacances scolaires.

Les activités proposées par Rencontre et Culture

Adhésion et inscription à l'accueil pour les activités Rencontre et Culture :

L'assurance de l'association couvre les risques liés à la pratique de ces activités.

→ Possibilité d'aide avec le dispositif **Sortir !** ou **Coupon Sport** ou **Pass'Sport** selon les ateliers.

Certaines activités sont proposées à tarif réduit pour les étudiants, demandeurs d'emploi, allocataires du RSA, ... sur présentation d'un justificatif.

→ 2 séances d'essai en début de saison

→ Totalité du règlement effectuée à l'inscription (espèces, chèques ou prélèvement – en une seule fois ou en paiement fractionné)

→ Certificat médical obligatoire pour les activités sportives

→ L'inscription aux ateliers se fait pour la saison entière. Seuls les désistements pour raison médicale, justifiés par un certificat, peuvent amener à un remboursement partiel de l'inscription. L'adhésion reste acquise à l'association.

→ L'achat du matériel nécessaire à la pratique des activités n'est pas compris dans l'inscription.

→ L'association se réserve le droit de modifier un atelier si le nombre d'inscrits est insuffisant, de déplacer ponctuellement certains ateliers à des occasions spéciales ou de remplacer un animateur d'atelier.

Les activités de nos associations partenaires

→ Les inscriptions se font directement auprès des partenaires.*

*selon les conditions de chaque atelier. Les informations complémentaires peuvent être obtenues en contactant les structures concernées.

Accueil autour des ateliers Enfance

Le mercredi, sur inscription, un accueil encadré par les animateurs est prévu **de 14h à 18h30**, avant et après les horaires d'ateliers.

- > 1 enfant : **32€/an**
- > 2 enfants : **54€/an**
- > 3 enfants : **75€/an**

Des aides existent pour tous les âges afin de soutenir la pratique d'activités.

Lexique des symboles (pour les pages suivantes)



Adhésion et inscription à réaliser à l'accueil de la Maison de Quartier de Villejean



Prise en charge possible d'une partie du paiement par le dispositif **Sortir!**



Prise en charge possible d'une partie du paiement par le dispositif **Coupon Sport 35**



Prise en charge possible d'une partie du paiement par le dispositif **Pass'Sport**



Aïkido MQV City

Animateurs: Patrice Piveteau, Camilo Charron

L'aïkido est un art martial non violent, utilisant la force de l'autre contre lui - **jeunes et adultes**.

> Mercredi **19h - 21h30** / Vendredi **18h30 - 21h**
> **144€** / Tarif réduit : **92,50€** + adhésion MQV

Boxe Thai MQV City MGS SPORT EQUIPONS SPORTS

Animateur: Claude Vangu

Cette pratique permet aux hommes, aux femmes et aux adolescents de pratiquer un sport de combat tout en réalisant un travail technique, physique et un renforcement musculaire - **à partir de 11 ans**.

> Mercredi **17h15 - 18h30 (+ de 11 ans)**
> Samedi **14h15 - 15h30 (- de 15 ans) et 15h45 - 17h30 (+ de 15 ans)**
> **108€** une séance par semaine / **190€** deux séances par semaine + adhésion MQV

Afrojump Cardio - femmes MQV

Animatrice: Karine Matungulu (Troupe Afrodisiak)

Inscription et tarifs : appeler l'animatrice au 06 03 34 51 43

Danse afro new style, ateliers variés, pour créer et préparer un spectacle à la fin de l'année ! Personnes investies sur une année.

> possibilité de venir avec son/ses enfant(s)
> Lundi **19h - 20h** et mercredi **19h30 - 20h30**
> **tarifs** : se renseigner auprès de l'animatrice + adhésion MQV

Afrojump Cardio - enfants MQV

Animatrice: Karine Matungulu (Troupe Afrodisiak)

Dances afro new style, contemporaine. Pour enfants confirmés.

> Samedi **11h-12h**
> **tarifs** : se renseigner auprès de l'animatrice + adhésion MQV

Gym douce Senior MQV City

Animatrice: Catherine Kazy Le Franc pour les seniors de + 60 ans.

> Mercredi **10h - 11h**
> **138€** ou **8€** la séance / Tarif réduit : **91,50€** + adhésion MQV

Taïchi-chuan - Forme Yang MQV City

Partenaire: Etr'En'Form

Inscription > joelle.dubois01@orange.fr ou 06 81 71 59 56

Le Taïchi-chuan est un art fondé sur la pratique de mouvements fluides et souples réalisés dans la lenteur. Il permet d'atteindre un état de tranquillité tout en étant en mouvement.

C'est une technique de relaxation qui permet d'améliorer les problèmes de sommeil, les états de nervosité, la mémoire et la concentration, les articulations...

Art de vivre, il vise l'harmonie en soi mais aussi vis-à-vis des autres. Il est accessible à toute personne quels que soient son âge et sa souplesse - **adultes**.

> Mardi **10h30 - 12h**
> **260€** / Tarif réduit : **180€** + adhésion à Etr'En'Form **20€**
> Démarrage de l'activité : **mardi 17 septembre**

Sophrologie MQV City

Animateur: Bertrand Culerier

La sophrologie est une méthode psychocorporelle utilisée comme technique thérapeutique. - **adultes et seniors**.

> Mardi **18h30 - 19h30**
> **202,50€** / Tarif réduit : **155€** + adhésion MQV

Contact : contact@mqvillejean.fr

Yoga - Pratique Douce  **Animatrice: Brigitte Le Cat**

C'est une discipline du corps et de l'esprit qui comprend une grande variété d'exercices et de techniques - **adultes**.

> Jeudi **17h15 - 18h30**> **292,50€** / Tarif réduit : **202,50€** + adhésion MQV**Judo et Jujitsu**   **Partenaire : Cercle Paul Bert**

Inscription au Dojo de la MQV sur les heures d'entraînement ou au 02 99 54 10 40

Judo Éveil - pour les enfants nés en 2019-2020

Sport de combat d'origine japonaise. Consistant à déséquilibrer en souplesse son adversaire afin de le mettre hors de combat

> Mercredi : **16h-16h45**> **215€**> Démarrage de l'activité : **le 4 septembre****Judo Pré-poussins / Poussins - pour les enfants nés en 2017-2018**> Mercredi **18h - 19h**> **259€**> Démarrage de l'activité : **le 4 septembre****Judo Benjamins / Minimes - pour les enfants nés entre 2011->2014**> Lundi **18h - 19h** et mercredi **16h - 17h**> **259€**> Démarrage de l'activité : **le 4 septembre****Jujitsu brésilien - adultes**

C'est à la fois un art martial, un sport de combat et un système de défense dérivé du judo et du jujitsu, privilégiant le combat au sol.

> Lundi **19h - 20h30**> **231€ / tarif réduit : 208€**> Démarrage de l'activité : **le 4 septembre****Équilibre, prévention des chutes** **Partenaire: OPAR**

Inscription > 02 99 73 22 23

Les cours d'une heure permettent d'appréhender ses limites, d'entretenir son agilité et de renforcer l'équilibre - **seniors de + de 60 ans**.

> Jeudi **15h - 16h**> **157€** + adhésion à l'OPAR **30€** + assurance sportive **3,5€** soit **33,5€** pour l'année> Démarrage de l'activité : **jeudi 19 septembre****Tai chi chuan - Qi-Gong** **Partenaire: Terre Ciel**Inscription > lebreton.christelle@orange.fr ou 06 33 15 82 89

Tai Chi Chuan : Art du mouvement

Qi-Gong : Travail du souffle

Art martial traditionnel chinois, le Tai Chi Chuan est né de l'observation de la nature. Originellement destiné à la self défense, il s'est affiné, propre à améliorer la santé et le bien-être. Il se pratique seul puis à deux. Discipline simple, accessible à tous, tournée vers l'essentiel. Tenue adaptée : vêtements amples coton uni, chaussures souples basses - **adultes**.

> Mercredi **17h30 - 19h30**> **250€** + adhésion Terre Ciel **20€**> Démarrage de l'activité : **mercredi 18 septembre****Yoga doux****Animateurs: Yoga pour Tous**Inscription > anik.menard@gmail.com ou 06 84 50 23 57

Cours de yoga doux réservé aux personnes disposant de peu de revenus - **adultes**.

> Lundi **18h15 - 19h30**> **Tarif en fonction des ressources** + adhésion à Yoga pour Tous **5€**> Démarrage de l'activité : **lundi 9 septembre**

Yoga du rire

François Rolland, militant du rire

Renseignements : 06 28 37 68 89

Inscription à l'accueil de la MQV

Prenez votre bonheur en main, devenez plus heureux ! Apprenez la pensée positive, expérimentez le lâcher-prise, partagez un moment bienveillant, prenez du plaisir en vous amusant - **adultes et seniors**.

> Jeudi **20h30 - 22h** et samedi **10h15 - 12h**

> Adhésion MQV

Activité Nutrition

Partenaire : Brain up

Renseignement > Association Brain Up 07 63 85 53 34

Venez découvrir les conseils et les astuces d'une alimentation saine et adaptée à vos besoins. Animé par une professionnelle en diététique, c'est avant tout un moment convivial, mais aussi l'occasion de faire le point sur des questions d'actualité comme le coup de fatigue, les nouvelles étiquettes, les modes alimentaires, etc... Ateliers (15 places disponibles) <https://www.pourbienvieillirbretagne.fr/agenda/l-equilibre-alimentaire-et-le-plaisir-de-manger-43> - **seniors**

> Conférence : **4 octobre 10h-12h**

> Ateliers : **25 octobre, 8, 15, 29 novembre, 6 et 13 décembre 10h-12h**

> **Gratuit**

Gouren

Partenaire: Skol Gouren Roazhon

Inscription > skol.gouren.roazhon@gmail.com
ou 06 81 12 02 90

Le Skol Gouren Roazhon ou école de lutte bretonne de Rennes assure des entraînements de Gouren, de la pratique de loisirs à la compétition - **à partir de 15 ans**.

> Mardi **20h30 - 22h**

> **125€** / Tarif réduit : **90€** + adhésion MQV

> Démarrage de l'activité : **mardi 10 septembre**



Arts et culture

Saison 2024 - 2025 **19**

Art Floral

Animatrice: Marie-Françoise Bourblanc

L'art floral est l'art de créer des compositions florales de créer des bouquets, ou des compositions florales à l'aide des fleurs, de feuilles, de fines herbes - **adultes et seniors**.

> Troisième jeudi du mois : 19/09 - 17/10 - 21/11 - 19/12 - 16/01 - 13/03 - 24/04 - 22/05 **14h - 16h**

> **19€** à l'année / **4€** à la séance + adhésion MQV

> Démarrage de l'activité : **jeudi 19 septembre**

Ateliers de Français Langue Etrangère (niveau A1.1)

Encadrants: Langue et Communication

Inscription > 02 99 38 12 55

L'association propose des ateliers de pratique de la langue française à des personnes **adultes**.

> Mercredi et vendredi **9h30 - 11h30**

> **Gratuit**

> Sur inscription après évaluation à Langue et Communication

Ateliers de sensibilisation aux différences

Animation: **L'équipe de Ma Culture à toi** > Inscription 07 77 76 55 84
Pour adultes et enfants - 14h - 16h

> Ils auront lieu les **vendredis** : 27/09 - 18/10 - 29/11 - 20/12 - 17/01 - 14/02 - 14/03 - 25/04 - 23/05 - 21/06

Ateliers Cuisine du monde

Animation: **L'équipe de Ma Culture à toi**
Pour familles et adultes (enfant de - 8 ans accompagné par un adulte).
10h - 12h30 - Inscription > Roukia Adame 07 77 76 55 84

L'atelier cuisine a pour but de favoriser la convivialité, l'interconnaissance, la découverte à travers de savoir-faire. L'activité est gratuite, les participants sont invités à apporter des aliments qui aideront à la confection des plats.

> Ils auront lieu les **samedis** : 14/09 - 12/10 - 9/11 - 14/12 - 11/01 - 08/02 - 08/03 **Spécial Journée droits des femmes** - 26/04 - 10/05 - 07/06

Théâtre impro débutant**Animateurs : la Turi Ukwa**

Inscription > turi.ukwa@gmail.com

L'association de la TURI UKWA propose aux adhérent·es, membres de la troupe, deux ateliers adultes d'improvisation hebdomadaires.

- 1^{er} atelier : **18h - 20h**

- 2nd atelier : **20h - 22h**

Ils sont dispensés sur des créneaux de deux heures en fonction des disponibilités de chacun, tous niveaux confondus - **adultes**.

> Lundi **18h - 22h**

> **90€** (prix de l'adhésion) / Tarif réduit : à évoquer en direct avec le bureau de l'association selon les situations des personnes

Cours de langue Tamoul**Animateurs : Centre Culturel des Tamouls**

Inscription > ganesh35@aliceadsl.fr ou 06 68 02 24 69

Cours de tamoul pour débutant, intermédiaire et expérimenté
- **de 6 à 16 ans**.

> Samedi **10h - 12h30**

> **10€ par mois**

> Démarrage de l'activité : **samedi 16 septembre**

Labo photo argentique**Animateurs : Gosh !**

Inscription > ohmygosh35@gmail.com ou 06 62 83 37 55

Une association qui promeut la photo argentique. Labo photo en libre accès pour les adhérents. Initiation aux bases des pratiques du labo en début d'année. Organisation d'un festival photo dans l'année.

> **60€** / Tarif réduit : **30€** + adhésion Gosh ! **9€**

Couture MQV **Animatrice: Aïcha Benmoussa**

Découverte et apprentissage de la couture sous toutes ces formes et en fonction de vos envies. Des ateliers en soirée pour découvrir toutes sortes de pratiques. Dans une ambiance chaleureuse, conviviale, venez explorer différentes techniques de base. Si vous n'en avez pas, des machines à coudre sont à disposition - **adultes et seniors**.

> Samedi **14h - 16h**

> **177€** / Tarif réduit : **136€** + adhésion MQV

Peinture pastel / huile MQV **Animatrice: Marie-Paule Moisan**

Cette activité permet de découvrir les techniques de la peinture peu importe votre niveau - **adultes et seniors**.

> Mardi **14h - 16h30**

> **298,50€** + adhésion MQV

Percussions africaines - tous niveaux**Animateurs: Synzhoi**

Inscription > 06 25 00 25 77

Venez apprendre à jouer des instruments de musique et découvrir les chants du continent africain. - **adultes**.

> Jeudi **19h - 20h**

> **200€** / Tarif réduit : **180€** + adhésion Synzhoi **20€**

> Démarrage de l'activité : **jeudi 12 septembre**

Poterie**Animatrice: Gueneuc** 

Des ateliers pour explorer la forme, la couleur et la matière de l'argile - **à partir de 6 ans**.

> Mercredi **14h - 16h**

> **154,50€** + adhésion MQV

Scrapbooking**Animateurs : Aventure du Bout du Monde Rennes**Inscription > abmrennes.eu / contact@abmrennes.eu

Une mise à disposition du matériel est prévue. Il n'y a pas de responsable mais les personnes expérimentées transmettent leur expérience aux débutants - **adultes**.

- > Un samedi par mois : 05/10 - 23/11 - 14/12 - 11/01 - 08/02 - 15/03 - 29/03 (stage/formation) - 17/05 **14h - 17h**
- > Démarrage de l'activité : **5 octobre**
- > **40€** individuel / **50€** couple

Création audiovisuelle**Animateurs : Aventure du Bout du Monde Rennes**Inscription > abmrennes.eu / contact@abmrennes.eu

Atelier encadré par des membres d'ABM, spécialistes des outils de mise en forme des photos et vidéos de voyage. Dans la perspective éventuelle de présenter les montages créés en soirée de projection grand public - **adultes**.

- > Lundi **18h - 22h**
- > **40€** individuel / **50€** couple

Ikebana Ohara**Encadrants : Ikebana Ohara**Inscription > ikeohara@mailo.com
ou 06 98 55 94 34

L'Ikebana est l'art de disposer les fleurs, branches, feuillages ou autres éléments de la nature dans des coupes plates ou vases hauts selon des codes définis par de grands maîtres - **adultes**.

- > Un mardi par mois **14h - 17h** : 24/09
15/10 - 05/11 - 26/11 - 17/12 - 14/01 - 04/02
25/02 - 11/03 - 01/04 - 22/04 - 13/05
- > **145€**
- > Démarrage de l'activité : **mardi 24 septembre**

**Anglais****Animateurs : Adame Roukia**Inscription > macultureatoi@gmail.com

Découverte de la langue et de la culture à travers des activités ludiques.

Anglais 3-5 ans

- > samedi **10h - 12h**
- > **150€** + Adhésion "MA Culture à Toi" à Prix Libre
- > Démarrage de l'activité : **samedi 5 octobre**

Anglais 6-12 ans

- > mercredi **10h - 12h** ou **14h 16h**
- > **180€** + Adhésion "MA Culture à Toi" à Prix Libre
- > Démarrage de l'activité : **mercredi 3 octobre**

Anglais 12-17 ans

- > samedi **14h - 17h**
- > **180€** + Adhésion "MA Culture à Toi" à Prix Libre
- > Démarrage de l'activité : **samedi 5 octobre**

> Permanence des inscriptions Les samedis 14, 21 et 28 Septembre de 10H à 12H et de 14H à 16H

Contact :contact@mqvillejean.fr

Danses**Danse Orientale – niveau intermédiaire - débutant** MQV City**Animatrice: Céline Yavetz Netter**

Tous les ateliers travaillent sur un thème commun et chacun sera invité au cours de l'année à partager des moments de danse, tous groupes d'âges et de niveaux confondus. Atelier ouvert aux personnes en situations de handicap - **adultes**.

> Mardi **18h30 - 20h**
 > **233€** / Tarif réduit : **179,50€** + adhésion MQV

Danse Orientale – atelier chorégraphique - adultes MQV City

> Mardi **20h - 22h**
 > **290€** / Tarif réduit : **238€** + adhésion MQV
 > Démarrage de l'activité : **mardi 10 septembre**

Salsa portoricaine - niveau intermédiaire MQV City**Animateurs: Los loquitos**

Renseignements > contact@losloquitos.com ou 06 29 58 54 55
 Inscription à l'accueil de la MQV

Vous avez suivi au moins 1 an de cours de salsa portoricaine ou cubaine. Vous dansez sur la musique, respectez le tempo et maîtrisez des figures de bases en salsa portoricaine, ce cours est pour vous.
 - de **18 à 99 ans**

> Mercredi **19h30 - 20h45**
 > **122€** / Tarif réduit : **102€** + adhésion MQV
 > Démarrage de l'activité : **mercredi 13 septembre**

Salsa portoricaine - niveau débutant MQV City

Vous avez suivi au moins 1 an de cours de salsa portoricaine ou cubaine. Vous dansez sur la musique, respectez le tempo et maîtrisez des figures de bases en salsa portoricaine, ce cours est pour vous.
 - de **18 à 99 ans**

> Mercredi **19h30 - 20h45**
 > **122€** / Tarif réduit : **102€** + adhésion MQV
 > Démarrage de l'activité : **mercredi 13 septembre**

Tango Argentin - niveau débutant**Animateurs: Ocho**

Inscription > 07 70 29 12 62

Le tango est une danse à deux partenaires, originaire d'Amérique du Sud, dont les pas ne sont pas fixés à l'avance pour être répétés - **adultes**.

> Mardi **19h45 - 22h15**
 > Démarrage de l'activité : **10 septembre**
 > **240€** / Tarif réduit : **200€** + adhésion Ocho **10€**

Danse Country - niveau débutant**Animateurs: West Rennes Country**Inscription > wrcd.bzh@gmail.com ou 06 75 78 51 37

Apprendre la danse country dans la joie et la bonne humeur
 - **à partir de 13 ans**.

> Mardi **18h - 20h30**
 > **95€** / Tarifs réduits : couple **140€** / étudiants : **70€** / 13-18 ans : **50€**

Danse Country - niveau novice / intermédiaire- **à partir de 13 ans**.

> Jeudi **19h - 21h**
 > **95€** / Tarifs réduits : couple **140€** / étudiants : **70€** / 13-18 ans : **50€**

Danses africaines - tous niveaux**Animateurs: Synzhoi**

Inscription > 06 25 00 25 77

La danse africaine désigne les danses dansées en Afrique et faisant partie de la culture africaine. Elle est issue de la rencontre de danses d'Afrique avec le monde occidental. Elle regroupe en son sein toutes les danses traditionnelles ainsi que les danses à racines africaines issues de cette rencontre - **adultes**.

> Jeudi **20h15 - 21h30**
 > **220€** / Tarif réduit : **180€** + adhésion Synzhoi **20€**

Danse Bharata Natyam**Animateurs : Mira Bai***Inscription > mira-bai@orange.fr ou 06 82 86 28 21*

Danse classique du sud de l'Inde très codifiée, dont les racines sont très anciennes et liées à la mythologie hindoue. C'est un art complet: le corps entier est en mouvement des orteils jusqu'aux sourcils - **à partir de 11 ans**.

> **240€** / Tarif réduit : **210€** / moins de 13 ans : **165€**
+ adhésion Mira Bai : **14€** / tarif réduit : **11€** / enfant : **8€**

niveau débutant> Mardi **20h15 - 21h30****niveau avancé**> Mardi **19h-20h15****Bachata - niveau intermédiaire****Animateurs: Los loquitos***Renseignements > contact@losloquitos.com ou 06 29 58 54 55**Inscription à l'accueil de la MQV*

La bachata est une danse originaire de République Dominicaine. Très dansée en soirée et appréciée par les salseros dans le monde, la bachata a conquis les danseurs rennais. C'est pourquoi nous vous proposons un cours toutes les semaines. Venez perfectionner votre déhanché ! - **de 18 à 99 ans**

> Mercredi **21h-22h15**> **122€** / Tarif réduit : **102€** + adhésion MQV**Bachata - niveau débutant**- **de 18 à 99 ans**.> Mercredi **21h - 22h15**> **122€** / Tarif réduit : **102€** + adhésion MQV> Démarrage de l'activité : **mercredi 13 septembre****Ateliers et stages numériques****Le Labo du numérique — 11-17 ans**

Un mélange de création numérique (codage, tablette graphique, dessin numérique, robotique) et d'activités manuelles.

> Mercredi **14h - 16h**

> sur inscription

> **31€** + adhésion MQV**Atelier Photoshop et créations visuelles — adultes**

Au programme : retouche photo, photo-montage, livre pop-up, illustrations...

> Vendredi **14h - 16h**

> sur inscription

> **31€** + adhésion MQV**Stage les explorateurs et exploratrices du numérique — 8 - 11 ans****Vacances scolaires**

Stages pour les enfants mélangeant création numérique et activités manuelles.

Stages Numérique Ados — 11-17 ans**Vacances scolaires**

Stages sur 2 ou 3 après-midi pour s'initier à une technique : manga, BD, codage, vidéo, 3D...

Stages Numérique — adulte

Stages sur 2 ou 3 samedis après-midi pour découvrir une technique : montage vidéo, intelligence artificielle, scrapbooking, photographie, site internet ...

Inscription :**Animatrice : Lucie Catté**

multimedia@mqvillejean.fr
ou 07 82 16 36 95

Les clubs

Envie de se retrouver entre passionnés, lors de rendez-vous réguliers, dans un lieu convivial, en toute simplicité, sans avoir à faire des démarches administratives compliquées ?

Optez pour la création de votre propre activité !

Chez nous, vous profitez de notre statut d'association mais vous gardez toute autonomie dans la gestion et le fonctionnement de votre club. Vivez vos passions, nous nous chargeons du reste !

Pour créer un club :

07 69 29 81 90
viesociale@mqvillejean.fr

Atelier d'écriture

À partir d'images, de photos, de jeux de mots, on invente des textes et des histoires.

> les **mardis de 18h30 à 20h30**

Club Oxygène - Randonnées

Faire de la randonnée en toute convivialité.

> Adhésion :

Tarif de base : **47€** (comprend cotisation Oxygène + licence FFRandonnée + abonnement à nos revues) + adhésion MQV

Contacts inscription :

Jean-Luc Herry 06 37 50 20 15

Anne-Marie Morel 06 98 02 90 75

> Infos sur :

<https://randoxygene.wixsite.com/villejean/>

> Chaque mois, le programme détaillé des randonnées est disponible sur l'Elastic.

Club Ça tricote de la p'lote

Un point à l'endroit, un point à l'envers, de fil en aiguille pour le plaisir et la convivialité.

> Tous les **mercredis après-midi** dans le hall

Comment participer ?

> Sur simple adhésion à la MQV

> Possibilité d'aide avec le dispositif **Sortir!**

> Certaines activités sont proposées à tarif réduit pour les étudiants, demandeurs d'emploi, allocataires du RSA... sur présentation d'un justificatif.

Club scrabble

Pour les fans de la grille, des mots triples et des lettres à placer sur petits carrés.

> Tous les **vendredis : 14h30-17h**

Club les Seniors de Villejean

Se retrouver et jouer ensemble.

> Tous les **mardis : 14h-17h30**

Club palets

Jouer aux palets ensemble.

> Tous les **vendredis** au Parc du Berry

Club du Vendredi

Sorties, balades, découvertes, prendre l'air

> Les **vendredis (un vendredi par mois)**

> Le planning des sorties est disponible à l'accueil de la Maison de Quartier.

Renseignements pour s'inscrire : **viesociale@mqvillejean.fr**

ou **07 69 29 81 90**

> Inscription à l'accueil

Les permanences de nos partenaires

SILEA - Lutte contre l'illettrisme

Contact > Actions contre l'illettrisme - legallmartine@orange.fr
ou 02 30 03 95 60 / www.sileaillettrisme.fr

Cours individuels de lecture et d'écriture pour adultes.

> Mardi **14h30 - 16h** et jeudi **14h - 16h**

> Démarrage : **mardi 3 septembre**

CLIC - Centre Local d'Information et de Coordination

Contact > 02 23 62 21 40

Besoin d'être conseillé ? Vous avez 60 ans et plus ? Nous vous proposons un rdv individuel et confidentiel, pour toute question liée au vieillissement.

> Mardi **9h - 12h sur rendez-vous**

> Mardis de 2024 : 03/09 - 17/09 - 01/10 - 15/10 - 12/11 - 26/11 - 10/12

> En 2025, **tous les 15 jours** le mardi

Aides Démarches Administratives

Encadrants: Pimms Médiation

Contact > services.itinerants@pimmsmediation.fr ou 06 27 62 62 74

Accompagnement des démarches de premier niveau : administratif, numérique et énergie avec l'association PIMMS.

> Vendredi **14h - 17h**

> Sans rendez-vous, toutes les semaines

Lutte contre l'endettement

Encadrants: CRESUS

Contact > 06 15 86 66 94

Les missions de CRESUS : analyse de situation financière ; informer et accompagner dans les plans du surendettement ; accompagner le micro crédit social ; appui technique et accompagnement au Tribunal.

> Jeudi **14h - 17h**

Conflit de Voisinage

Encadrants: Cité et Médiation

Contact > 09 83 75 28 23

L'association Cité et Médiation accompagne les citoyens rencontrant des conflits de voisinage.

> Les jeudis **18h30 - 21h** : 05/09 - 03/10 - 07/11 - 05/12 - 09/01 - 06/02 - 13/03 - 24/04 - 22/05 - 19/06

Nous Féministes 35

Encadrants: Nous Féministes 35

Contact > nousfeministes35@gmail.com ou 07 74 13 49 25
ou 06 42 91 94 63

Permanence d'écoute, d'accompagnement et d'accueil pour les femmes et enfants victimes de toutes formes de violence.

> Vendredi tous les 15 jours **14h - 17h** :

06/09 - 20/09 - 04/10 - 18/10 - 01/11 - 15/11 - 29/11 - 13/12 - 27/12 - 10/01
24/01 - 07/02 - 21/02 - 07/03 - 21/03 - 13/06 - 27/06 - 11/07 - 25/07

ESS CARGO pour un réseau d'entraide**Encadrants: ESS CARGO - Hélène Delabie**Contact > echanges.temps@esscargo-cie.fr ou au 07 57 18 80 25

Permanences du Groupe d'entraide Villejean-Beauregard.
Le planning précis des jours de présence sera disponible à la rentrée à la Maison de Quartier de Villejean.

> Les vendredis **10h - 12h 06/09 - 20/09 - 04/10 - 18/10 - 15/11 - 29/11 - 13/12 - 10/01 - 24/01**

Aide Création entreprise**Encadrants: ADIE - Michel Martinez**

Contact > 06 19 44 87 16

L'Adie est une association qui accompagne et finance les personnes qui souhaitent créer leur entreprise.

> Mercredi **9h - 12h**

Permanence de l'élu de quartier**M. Christophe Fouillère, Ville de Rennes**Contact > c.fouillere@ville-rennes.fr ou 02 23 62 13 17

> Mercredi **18h - 19h** : les 11/09 - 02/10 - 06/11 - 04/12

Permanence de la conseillère départementale d'Ille-et-Vilaine sur le canton**M^{me} Régine KOMOKOLI-NAKOAFIO, Conseil Départemental**Contact > regine.komokoli-nakoafio@ille-et-vilaine.fr

> Vendredi **10h30 - 11h30** : les 13/09 - 13/12

> De nouvelles dates à venir pour 2025 (voir affichage dans le hall)



Des espaces pour des événements → familiaux, associatifs et d'entreprises

Pour toutes et tous, nous proposons toute une

Gamme de salles à louer.

Vous êtes une association et vous voulez organiser un événement spécifique, des cours ou une permanence ?

Vous êtes un particulier et vous cherchez un endroit à la fois fonctionnel et chaleureux pour une fête de famille ou entre amis ? Nous avons la solution, ou plutôt des solutions.

Au total, nous mettons à votre disposition 12 salles de réunion, familiales et de spectacle, d'une capacité de 15 à 350 personnes, équipées pour organiser votre projet et vous accueillir dans les meilleures conditions, en journée ou demi-journée.

→ Les salles de réunion (de 15 à 100 personnes)

À louer à la journée ou à la demi-journée, avec ou sans équipement audio/vidéo.

Tarifs sur demande + options pour la vidéo-projection et la sonorisation

→ Les salles polyvalentes (100 personnes max.)

À la Maison de Quartier comme à la Maison Verte, ces salles sont conçues pour accueillir toutes vos réceptions familiales : salle de danse, cuisine, office et tout le matériel de cuisine nécessaire compris !

> *Réservé en priorité aux adhérents et aux habitants du quartier*

Tarifs : de 188€ à 628€ selon local et statut

Contact :

contact@mqvillejean.fr

Pour toutes et tous, nous disposons d'une

Salle de spectacle.*

La salle de spectacle accueille des événements multiples : concerts, spectacles, conférences, festivals, projections, galas, expositions, résidences, et répétitions...

Selon votre projet, l'équipe vous accompagne d'un point de vue général et technique pour mener à bien vos projets, que vous soyez amateur ou professionnel.

> Deux qualités : la polyvalence et l'adaptation

> Elle dispose d'un gradin fixe de 160 places assises. 80 chaises peuvent être installées en parterre pour atteindre une **jauge spectacle assis de 240 places.**

> Elle est équipée en sonorisation, lumière et vidéoprojection.

> En configuration parterre nu, **la jauge spectacle assis-debout est de 350 places.**

> **L'espace scénique est de 48 m².**

*fiche technique à télécharger sur le site internet de l'association : www.mqvillejean.fr

Contact :

regie@mqvillejean.fr

Les demandes de salles doivent être faites sur le site de la Maison de Quartier ou par mail. Merci de nous fournir le maximum de précisions pour votre demande : jour(s), horaires, type d'événement, nombre de personnes attendues, besoins matériels...

Des petits plus



- Cafèt' accessible en continu sur les heures d'ouverture
- Espace exposition
- Baby-foot en libre-service
- Ordinateur en accès libre dans le hall
- Domiciliation et boîte-aux-lettres possibles pour les associations
- Troc livres
- Troc'jeux
- Information locale, publications diverses
- Et plein d'autres rencontres, forums... Au quotidien !



Annuaire de l'équipe

Accueil / administration / entretien

Standard

accueil@mqvillejean.fr
02 99 59 04 02

Responsable accueil / administration

Pierre-Émile : contact@mqvillejean.fr
02 99 59 85 69

Accueil soir

Claude : accueilsoir@mqvillejean.fr

Référente comptabilité

Rosa : comppta@mqvillejean.fr
02 99 59 85 71

Référente ressources humaines

Brigitte : gestion.rh@mqvillejean.fr
02 99 59 85 76

Entretien

Véronique : entretien@mqvillejean.fr

Communication

Chloé : communication@mqvillejean.fr

Adjoint-e de direction

adjointdirection@mqvillejean.fr

Régie spectacle / location de salles

Réservation salle de spectacle

regie@mqvillejean.fr (projet)

Régisseur des maisons

Fabrice : teknik@mqvillejean.fr (technique)

Réservation de salles (de réunion, polyvalentes...)

contact@mqvillejean.fr

Enfance

Coordinatrice Secteur Enfance

Valérie : coordinationenfance@mqvillejean.fr
02 99 59 85 73 ou 07 68 81 11 66

Animatrices ludothèque / enfance

Stéphanie : ludotheque@mqvillejean.fr
Karima : animationenfance@mqvillejean.fr
Ludothèque : 02 99 59 85 72

Projets jeunesse

Coordinateur Secteur Jeunesse

David : coordinationjeunesse@mqvillejean.fr
07 69 58 38 51

Pour la Maison Verte

Sophia : maisonverte@mqvillejean.fr
07 49 95 14 35

Diyae : maisonverte2@mqvillejean.fr
07 45 24 16 57

Stanislas : loisirsjeunesse@mqvillejean.fr

Pour l'Espace Loisirs/ accompagnement à la scolarité

Accompagnement de projet

Emma : espaceloisirs@mqvillejean.fr
Sounkamba : espaceloisirs2@mqvillejean.fr
Stanislas : loisirsjeunesse@mqvillejean.fr
Tél : 02 99 59 04 02

Initiative animation Jeunes adultes

Direction et coordination

Fabien : direction@mqvillejean.fr
02 99 59 85 74 ou 06 95 29 49 26

Chargé de mission accompagnement de projet

Josselin : jadulte.acc@mqvillejean.fr
06 10 32 70 11

Chargé de mission Insertion Jeunes adultes

jadulte.projets@mqvillejean.fr
07 49 91 71 54

Animatrice vie sociale

Pauline : viesociale@mqvillejean.fr
07 69 29 81 90

Animatrice multimédia

Lucie : multimedia@mqvillejean.fr
07 82 16 36 95

Nos partenaires

Etr'En'Form

joelle.dubois01@orange.fr : 06 81 71 59 56

Cercle Paul Bert : 02 99 27 53 04

OPAR : 02 99 73 22 23

Terre Ciel : lebreton.christelle@orange.fr

La Vie est un Dojo : ahmedchikh@gmail.com
07 69 96 21 25

Yoga pour Tous : anik.menard@gmail.com
06 84 50 23 57

Skol Gouren roazhon : 06 81 12 02 90
skol.gouren.roazhon@gmail.com

Synzhoi : 06 25 00 25 77

La Turi Ukwa : turi.ukwa@gmail.com

Centre Culturel des Tamouls : 06 68 02 24 69
ganesh35@aliceadsl.fr

Gosh ! : ohmygosh35@gmail.com ou 06 62 83 37 55

Aventure du Bout du Monde Rennes : abmrennes.eu

Ikebana Ohara : 06 98 55 94 34
ikeohara@mailto.com

Los loquitos : 06 29 58 54 55
contact@losloquitos.com ou

Mira Bai : mira-bai@orange.fr
06 82 86 28 21

Ocho : 07 70 29 12 62

West Rennes Country : wrcd.bzh@gmail.com
06 75 78 51 37

SILEA : 06 08 75 80 66

CLIC : 02 23 62 21 40

Pimms Médiation : 06 27 62 62 74
services.itinerants@pimmsmediation.fr

CRESUS : 06 15 86 66 94

Cité et Médiation : 09 83 75 28 23

Nous Féministes 35

nousfeministes35@gmail.com
07 74 13 49 25 ou 06 42 91 94 63

ESS CARGO : contact@esscargo-cie.fr

Langue et Communication : 02 99 38 12 55

Si On S'Alliait : 06 74 08 56 53
sionsalliait@gmail.com

ADIE : 06 19 44 87 16



Roukia Adame



Marie-Françoise Bourblanc



Nathalie Champalaune



Loïc Choneau (Quidam)



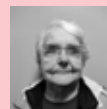
Jacky Derennes



Sabrina Doury



Annaïg Fau-Le Fur



Simonne Gougeon



Pascal Millot



Auguste Nkounkou



Marie-Pierre Raud



Bernadette Rubin



Teresa Varao

Trombinoscope de l'équipe

Support

Veronique Entretien

Claude Accueil

Pierre-Émile Accueil Administration

Rosa Comptabilité Accueil

Brigitte Ressources humaines

Veronique Entretien

Jeunesse

David Coordination jeunesse

Stanislas Maison Verte Espace Loisirs

Sophia Maison Verte Référente Accompagnement de projet

Diyae Maison Verte Espace Loisirs

Sounkamba Maison Verte Espace Loisirs

Emma Maison Verte Accompagnement à la scolarité Espace Loisirs

Fabien Direction

Josselin Mission jeunes adultes

Fabrice Événements Régie

Lucie Multimédia

Pauline Animatrice vie sociale

Initiative Animation

Stéphanie Enfance Ludo

Valérie Coordinatrice

Karima Enfance Ludo

Enfance

Association Rencontre et Culture



Maison de Quartier de Villejean (MQV)

12 rue de Bourgogne
35 000 Rennes

02 99 59 04 02
contact@mqvillejean.fr

www.mqvillejean.fr

 **Retrouvez-nous sur facebook**

Maison de Quartier

→ **Bus C4** : arrêt Université

→ **Bus 14** : arrêt Villejean W. Churchill

Maison Verte

02 71 74 00 09
5 rue de Saintonge

→ **Métro** : arrêt JF Kennedy