

ANIMATIONS FOUR A PAIN du 15 au 18 mars à partir de 9h !

► La prochaine animation autour du four à pain à destination des adultes / familles avec notre partenaire « Fours Amis » aura lieu **le 18 mars!**

15 mars : activités découverte pour les enfants / 17 mars : en direction des jeunes / 18 mars : en direction des adultes et familles.

Du pétrissage à la cuisson au feu de bois, venez faire les curieux et déguster
► Informations et inscriptions : lesfoursamies@gmail.com

Le slam, un outil d'expression ! 23 mars | 14h30/16h30 | GRATUIT

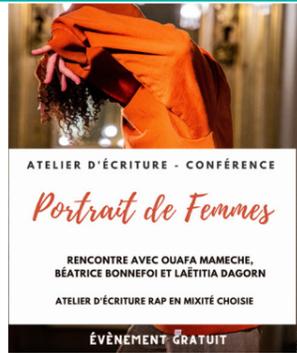
► L'association Declic Femmes accompagne plusieurs villejeannaises dans leurs projets. Plusieurs femmes se sont lancées dans un projet de "slam" visant à lire des textes de manière poétique et musicale. Restitution à la MQV. Renseignements : accueil.declic.femmes@gmail.com



La place des femmes dans le milieu du hip hop 25 mars à partir de 14h !

► Mettre en valeur la parole et le talent des femmes dans le milieu du rap / hip hop, tel est le programme que nous vous proposons le samedi 25 mars !

Une conférence / débat avec trois artistes, un atelier d'écriture et une scène ouverte rythmeront cet après midi !



Temps festif Gallo | 31 mars | 12h - 14h

► Avec l'association Bertègn Galèz, nous vous proposons de partager un temps festif et convivial autour de la langue régionale "le Gallo". Des chants, des contes, une visite d'exposition et de la musique viendront animer cette rencontre.

Une vente de galettes saucisses sur place (2 euros)!

Art-thérapie | Découverte

► Découverte art-thérapie proposée par Ma culture à toi dans le cadre de Familles En Mouvement.

2 cycles proposés : Découverte et initiation sur les bienfaits qu'apporte l'Art Thérapie

- Soit **mercredi 1er mars et mercredi 8 mars - 14h à 17h**

- Soit le **samedi 11 mars - 10h à 12h30 et 14h à 17h**

Venez découvrir en réservant votre place à macultureato@gmail.com

"Si on s'alliait" | Permanence à la MQV

► L'association "si on s'alliait" installe une permanence dans le hall de la MQV **chaque mardi de 10 à 12h!**

N'hésitez pas à venir à leur rencontre si vous rencontrez des difficultés et que vous avez besoin d'un accompagnement.

Le réseau d'entraide à Villejean | ESS Cargo

► Depuis plusieurs mois, ESS CARGO & Co organise avec les habitants la mise en œuvre d'un projet de réseau d'entraide ! Développer le pouvoir d'agir de chacun, valoriser les compétences par l'échange, améliorer le quotidien des habitant-e-s du quartier...

Une permanence a lieu un mardi sur deux (14/03 et 28/03 - 14h / 16h) à la MQV !

► Permanence 14 mars 14h/16h

► 28 mars : Présentation de la démarche

Permanences de l'élu de quartier

► Prochaines permanences à la Maison de Quartier de Villejean :

Mercredi **8 mars** de 18h à 19h

Mercredi **22 mars** de 18h à 19h

Sans rendez-vous.

Les permanences sont visibles sur le site de : <https://metropole.rennes.fr> et la veille dans le journal Ouest-France.

► Mail : c.fouillere@ville-rennes.fr

► Tél : 02 23 62 13 17

MÉMO DU MOIS

Ça se passe à la Maison de Quartier...

DATE	ÉVÈNEMENT	INFOS
Du 01 013 au 11 03	Expo Espace Public Numérique - "Nos adhérents ont du talent"	Gratuit
03 03	Soirée Jeux	A partir de 19h / Gratuit
04 03	Tilibora	19h - 10€/5€ sortir ! Repas - 10€/5€
14 03	Permanence ESS Cargo - Réseau d'entraide à Villejean	14h-16h / Gratuit
du 14 03 au 24 03	Expo - Photographe Masis Usenmez	Gratuit
24 03	Club du Vendredi - Sortie à Dinard	Inscriptions du 14/03 au 23/03
du 28 03 au 31 03	Expo de l'association Bertègn Galèz	Gratuit
31 03	Soirée long long jeux	De 19h à ...

Les Randos avec le Club Oxygène

Nous vous donnons RDV à Villejean avant la rando pour se regrouper tous ensemble

► Retrouvez le programme des randonnées

à l'accueil de la Maison de quartier ou sur notre site Internet :

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

DATE	RDV	Itinéraire - Départ de la randonnée	Distance	Info Supp.
03 03	13h30	Langan : Du Guesclin - église	10,4 Km	2,70 €
05 03	9h30	Le Tiercent : les carrières et Brimblin - parking près D.102	15,8 Km	4,90 €
10 03	13h30	Châteaugiron : Châteaugiron et Domploup - parking des Etangs (rue du Château)	10,8 Km	2,80 €
12 03	8h30	Beaucé : Niche-Coucou et forêt de Fougères - mairie	23,8 Km	6,30 €
12 03	13h30	Saint-Domineuc : la Bouhourdais - église	12 Km	4,10 €
17 03	13h30	Montgermont : la Motte - espace Evasion, rue des Courtines	10,4 Km	0,80 €
19 03	10h	Montreuil-sur-Ille : les vergers - mairie	15,7 Km	3,20 €
24 03	13h30	Guipel : le sentier du Chênay-Piquelais - le Chênay-Piquelais	11,6 Km	2,50 €
26 03	9h	St-Méen-le-Grand : l'abbaye - église	21,9 Km	4,90 €
31 03	13h30	Rennes : Cleunay à Apigné - station de métro Cleunay (ligne B)	9,6 Km	Pas de départ de Villejean

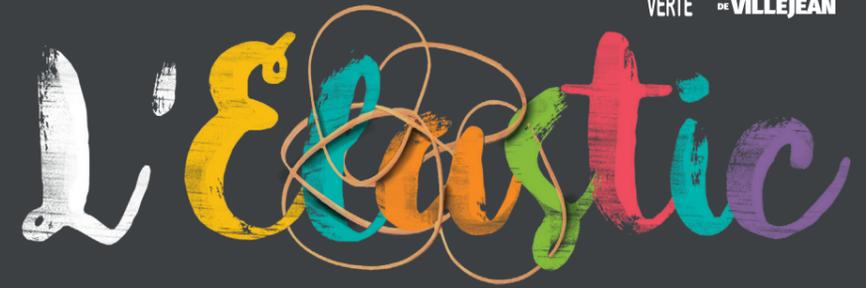
▲ Réservé aux randonneurs entraînés (parcours long ou accidenté), licence obligatoire

👁️ Itinéraire présentant un intérêt particulier (naturel ou patrimonial)

👤 Réservé aux adhérents du club (cf. informations complémentaires)

👣 Option avec rythme soutenu

Mars 2023



VOTRE LIEN MENSUEL AVEC LA MQV

EDITO

Nous voici en Mars, troisième mois de l'année, premier mois du printemps, de notre hémisphère. Cependant, il n'en pas toujours été ainsi. Mars selon la mythologie romaine et son calendrier était le premier mois de l'année ! Honneur au dieu Mars : Dieu de la guerre mais aussi protecteur de la terre. Mars s'apparente désormais aux symboliques de nourriture, d'amour, de renaissance. Eveil de la nature et des éternels recommencements ! C'est plus en rapport avec notre humanisme !

De çà de là, Mars est devenu un mois pour **mettre en lumière les combats menés par les femmes** à l'occasion de la **journée des luttes pour les droits des femmes.**

un mois des langues pour s'éveiller de la richesse des langues, de leurs diversités (réalité dans notre quartier), de leurs difficultés à survivre également.

Ce mois de Mars 2023 nous le vivrons à notre façon dans les maisons du quartier de Villejean, au travers d'activités riches et variées !

► Forum santé bien-être des femmes

► Tilibora

► Les unes & les autres : théâtre (sortie de résidence),

► Conférence gesticulée « ridée mais pas fanée »

► Conférence / débat sur la place des femmes dans le hip hop.

► temps festif Gallo

Jacky Derennes

Président de l'Association Rencontre et Culture

Pensées et hommage

Pendant l'hiver, des personnes ont quitté notre monde terrestre. Nous n'oublierons pas dans nos pensées !

Pierre Yves Jan développeur de socialité et du faire ensemble

Catherine Le Cossec, salariée rayonnante de la MQV animatrice peinture depuis 2006

Jean Claude Guyard boxeur militant de l'humanité et administrateur de notre association

Marcel Lesage ancien administrateur de notre association, notre contestataire permanent.

Elles ont contribué à la vie du quartier et laissé des traces indélébiles dans l'histoire de notre association Rencontre et Culture.

Association
**Rencontre
et Culture**

• 12 rue de Bourgogne | 35000 Rennes

• Tél. 02 99 59 04 02

• contact@mqvillejean.fr

• www.mqvillejean.fr

• [Retrouvez-nous sur facebook](#)

MARS 2023

N° 361

★ SECTEUR ENFANCE

La ludothèque

► La ludothèque prolonge ses ouvertures du **samedi après-midi** de 14h à 17h **jusqu'au 8 avril**... Profitez en !

L'emprunt de jeux pour la maison sera possible.



Familles en Mouvement du 10 au 19 Mars 2023 du 10 au 19 mars

► Un événement pour les familles rythmé par de nombreuses propositions, des spectacles, des moments festifs, des temps d'échanges, des ateliers...

et qui se terminera en apothéose, le **dimanche 19 Mars** à partir de midi par une journée festive sur la **dalle Kennedy** (pique nique partagé, stands d'animation, spectacles).

► Le programme sera disponible début mars dans les structures du quartier...



Troc jeux et jouets

► Fonctionnement du troc jeux

Les enfants grandissent et vous ne savez quoi faire de leurs jeux de petits... Des jeux débordent des armoires et ne servent plus...

Un jeu ne vous a pas plu...

L'équipe de la Maison de Quartier met à disposition de toutes et tous un **espace autonome de troc**.

L'espace de troc jeux se situe dans le hall cheminée.

Il est accessible aux heures d'ouverture de la Maison de Quartier.

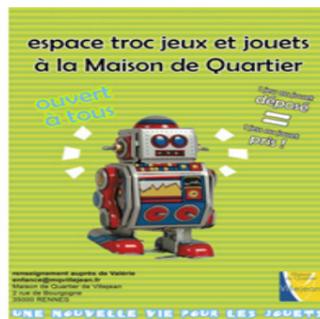
Il repose sur le **principe d'échange**, l'utilisation d'argent est interdite.

Les objets acceptés sont : jeux de société ; jeux de plein air (raquettes, ballons...) ; rollers, skate... ; jeux de construction (legos, playmobil...) ; jeux d'imitation (poupées, vaisselle, ...) ; peluches.

Ces objets devront être en bon état. Les jeux de société complets devront être dans leur boîte d'origine non scotchées, les poupées, lavées, coiffées et habillées, les peluches propres et sans accrocs.

L'échange se fera sur la base 1 jeu déposé = 1 jeu pris

La qualité des échanges repose sur la responsabilité de toutes et tous.



Stage de Danse Orientale



► Il est encore possible de s'inscrire au **stage de Danse Orientale, proposé par Céline!**

Les prochaines dates proposées sont les samedis :

- 4 mars - 6 mai - 10 juin
- 33 euros les 3 séances
- de 14h à 16h

Atelier accessible aux personnes en situation de handicap.

Inscriptions auprès de la Maison de Quartier

★ SECTEUR JEUNESSE

Infos jeunesse

► Après une grosse période d'activité lors des vacances de février, l'équipe jeunesse se met au vert afin de recharger les batteries. **Nos accueils et activités jeunesse seront suspendus du 28/02 au 02/03 inclus et reprendront le vendredi 03/03.**

Ouverture de la Maison Verte | pour les 12/17 ans

- Les mardis et jeudis de 16h30 à 19h00,
- Les mercredis de 14h00 à 19h00,
- Les vendredis de 16h30 à 20h00,

L'équipe jeunesse propose des soirées à thème les vendredis avec la participation active des jeunes.

Vous avez envie d'organiser une soirée à thème, une sortie... Venez à la rencontre de l'équipe qui vous accompagnera dans sa

réalisation.

Prochaines dates :

- Soirée à la Maison Verte les vendredis 3, 17 & 31 mars de 20h30 à 22h30,
 - 10/02, soirée sport de 20h30 à 22h00 (pour les 15/25 ans au gymnase Montbarrot)
- Ces accueils sont libres, fiche sanitaire obligatoire.*

Animations et ateliers

► Accueils sportifs – 11/16 ans

En partenariat avec l'UFOLEP 35, des créneaux d'accueils sportifs sont organisés tous les mercredis de 16h30 à 18h30 au gymnase Jean Moulin.

Pour y participer, rendez-vous à 16h00 à la Maison Verte.

► Atelier Fours amies « jeunesse »

La prochaine animation autour du four à pain avec notre partenaire «Fours à Mie» aura lieu du 14 au 17/03. Dès le mardi, venez participer à la préparation du temps convivial jeunesse prévu le vendredi soir.

Renseignements et inscriptions auprès de l'équipe jeunesse à la MV.

► Ateliers auto-réparation de vélo avec la Petite Rennes

Les amateurs de la Petite Rennes vous proposent d'apprendre à entretenir vos vélos gratuitement et vous donnent de précieux conseils !

3 rendez-vous sont programmés :

- Le 02/03 de 15h00 à 18h00 – MQV,
- Le 09/03 de 15h00 à 18h00 – Maison Verte,
- Le 16/03 de 15h00 à 18h00 – MQV.

A venir ...

► Les vacances sont à peine terminées que nous nous projetons sur celles à venir...

Vous souhaitez organiser des sorties, des activités, des séjours (...) pour le printemps ou bien l'été ?

Il est alors temps de vous y pencher et de venir nous partager vos souhaits !

L'équipe jeunesse accompagne la réalisation des envies de jeunes tout au long de l'année, alors n'hésitez pas à les solliciter.

Départ

► Après 2 années passées avec nous, c'est à regret que nous voyons notre collègue Romain partir vers de nouveaux horizons professionnels. Son professionnalisme, son enthousiasme et ses savoirs faire vont certainement nous manquer (ainsi qu'aux jeunes qu'il a su accompagner tout au long de son parcours). Mais c'est avec sincérité que nous lui souhaitons les meilleurs pour la suite. De la part de toutes et tous bonne continuation à toi !

★ SECTEUR INITIATIVE ANIMATION

Deux Soirées jeux 3 mars et 31 mars de 19h à ... | Gratuit

► Le vendredi 3 mars

Vous aimez jouer entre amis ou en famille ? Les soirées jeux sont faites pour vous ! Venez découvrir de nouveaux jeux et partager un moment ludique !

► **Le vendredi 31 mars de 19h à ...** Soirée spéciale - soirée long long jeux. Des jeux qui durent pour encore plus de plaisir.

Tilibora | 4 mars à 19h

► Vous souhaitez passer une soirée au rythme des musiques, des chants et des percussions africaines, **la 8ème édition du festival Tilibora est faite pour vous !**

4 groupes de musique viendront enflammés cette soirée pour que chacun passe un moment convivial et festif !
Prix Entrée (entre 10€/5€ Sortir!) | Repas - 10€/5€



Les unes & les autres | 9 mars Pièce de théâtre (sortie de résidence) | GRATUIT

► Ce projet est né d'une rencontre entre deux femmes, autour d'un besoin d'interpeller, de questionner les femmes autour de leur relation au désir. "Par ce projet je souhaite diffuser des réflexions sur l'intime, souvent peu abordé et pourtant essentiel dans la constitution de l'identité sexuelle" - Anne-Laure Paty, l'auteure et comédienne de la pièce.

Fête des couleurs | 11 mars

► Ne manquez pas la traditionnelle **Fête des Couleurs indienne** organisée par l'association Namaste Breizh ! Venez vous amuser en famille avec le jeu des poudres en couleurs.

Repas végétarien, le conte musical avec Ardhan et la danse classique et Bollywood avec Mira Bai. (Organisateur : Namaste Breizh)

Au programme de ce 11 mars :

- 12h : Repas indien
 - 14h30 : concert et fête des couleurs
 - 15h30 : Danse Bollywood
- Fête des couleurs + concert : 10€ – Repas : 8€. Gratuit -10 ans. Carte Sortir ! acceptée.
Renseignements : 06 70 41 56 33



Rencontre Polices-Habitants | 17 mars

► Rendez-vous polices-habitants.

Des rendez-vous individuels Polices-Habitants sont proposés le **vendredi 17 mars de 9h à 12h30** à la Maison de Quartier Villejean, salle Marius.

► Ces rendez-vous ont lieu **sur inscription** en appelant la direction de quartiers Nord-Ouest au **02 23 62 1771** ou **02 23 62 1772**.

Forum santé bien être au féminin 17 et 18 mars | GRATUIT

► Deux jours consacrés à **la santé et au bien-être des femmes**, proposés par les partenaires santé du quartier. Se renseigner, s'informer, échanger, découvrir avec des professionnelles de la santé et des associations sur la santé, les examens.

Vendredi 17 mars à partir de 10h : stands d'informations d'échange / ateliers autour des dépistages / accès aux soins et possibilité de prise de RDV, la prévention, l'accès aux droits, la vie sexuelle et affective, le bien être et la sante mentale, l'alimentation / nutrition... être avec de nombreux ateliers.



Samedi 18 mars à partir de 10h Educ USTAWI propose une **journée bien être** avec de nombreux ateliers. Solidarité Partage des Savoirs Faire cloturera la journée par **un Gala contre le Cancer** (Soirée - Repas et spectacle)

Conférencé Gesticulée | Ridée mais pas fanée 10 mars à 16h | GRATUIT

► Organisée avec l'association 3 ptits poings et la MQV : Vieillir c'est vivre !

C'est à partir de ressentis, d'anecdotes personnelles, de l'humour, de l'émotion, d'interpellation du public... que la conférencière aborde **des idées reçues concernant « les vieux » !**

La sexualité, la santé, la maltraitance, la fin de vie, la lutte des âges... tels sont les thèmes abordés lors de ce spectacle atypique !

