



Le projet social du Centre Social
du Pays de La Guerche de Bretagne est soutenu et partagé par :

Les communes de La Guerche de Bretagne,
La Selle Guerchaise, Rannée et Visseiche.



-Association loi 1901-

Le Centre Social participe au Groupement d'Employeurs
de l'Economie Sociale et Solidaire 35

Il est agréé Centre Social par la Caisse d'Allocations Familiales 35
Il est aussi agréé Jeunesse et Education Populaire par DDCSPP 35



Réalisé par nos soins et imprimé par RIMON

KREIZ23
CENTRE SOCIAL PAYS GUERCHAIS

« Agir ensemble,
pour un quotidien solidaire et citoyen »

PROGRAMME 2020-2021

- PETITE ENFANCE
- ENFANCE
- JEUNESSE
- FAMILLE & PARENTALITÉ
- ADULTE
- ASSOCIATIOS
- LUDOTHÈQUE

EDITO

Accueillir, informer, écouter, rencontrer, construire ensemble de nouvelles idées et améliorer le quotidien, c'est l'engagement des bénévoles et de l'équipe de l'Association d'Animation et de Gestion du Centre Social du Pays de La Guerche de Bretagne depuis 24 ans.

En 2019, un nouveau nom pour le Centre Social a été choisi par les adhérents :

KREIZ 23

(KREIZ pour Centre et 23 pour notre adresse)

Aujourd'hui, c'est avec enthousiasme que l'équipe du Centre Social vous présente donc son nouveau logo :



A partir de Septembre 2020, un souffle nouveau va parcourir notre communication (affiches, flyers, courriers...), et d'ici 2021 notre site internet fera également peau neuve. Nous espérons que cette dynamique naissante va être pour vous l'occasion de découvrir ou de redécouvrir les actions et beaux projets de notre association.

Alors n'hésitez plus, venez nous rencontrer, on vous attend !

Jean-François COUFFIN, Président du Centre Social.



DEVENEZ BÉNÉVOLE

C'est ADHERER à nos valeurs.
C'est vouloir PARTAGER du temps et des savoirs.
C'est S'ENGAGER pour faire avancer le projet.

Comment ? En participant à :

- l'Accompagnement à la scolarité
- la Ludothèque
- la Cuisine enfants
- Au jardin du **Kreiz 23**
- Aux Ateliers Parents/enfants
- Aux divers événements

mais aussi au Conseil d'Administration...

Et donner... Vos idées ...!



J'acquiers
de l'expérience

Je me sens
utile

Je partage
mes compétences

Je fais de
nouvelles rencontres



SERVICES

Vous souhaitez louer pour vos repas, réunions

Vous êtes particuliers, associations ou entreprises.
Un tarif pour chacun de vous en fonction de votre adhésion ou non au Centre Social. **N'hésitez pas à consulter notre site pour en savoir**

- > Salles
- > Grilles d'exposition
- > Barnums
- > Grands Jeux en bois
- > Chaises
- > Tables
- > Vaisselles (Assiettes, couverts)

Service de Téléalarme

Le Centre Social est le relais local de la société **CUSTOS** qui propose une assistance téléphonique d'urgence pour les personnes âgées.
Renseignements au Centre Social au 02.99.96.22.44.

Soutiens aux associations

Nous vous aidons dans vos travaux de secrétariat, photocopies....
Location d'un véhicule 9 places, salles...



ACCUEIL & ADMINISTRATION

CONTACTS

Accueil

23 bis av. du Général Leclerc
35130 La Guerche de Bretagne
Tél : 02.99.96.22.44
accueil@centresocial-laguerche.com
[Site : centresocial-laguerche.fr](http://Site:centresocial-laguerche.fr)

Direction

direction@centresocial-laguerche.com

Multi-Accueil « Pas à Pas »

Téléphone : 02.99.96.15.27
multiaccueil.mdp@outlook.fr

Espace Jeunes : (Place du Champ de Foire)

Tél. : 02.99.96.47.04
jeunesse@centresocial-laguerche.com

Animation enfance

ludoperisco@centresocial-laguerche.com

Animation famille

familles@centresocial-laguerche.com

HORAIRES

L'accueil du Centre Social est ouvert :

Du lundi au jeudi (Sauf jeudi matin)
de 9h à 12h30
et de 13h30 à 17h30

le vendredi
de 9h à 12h30
et de 13h45 à 17h

L'Espace jeunes est ouvert :

Le mercredi de 14h à 18h
Pendant les vacances scolaires
(horaires selon programme)

Adhésion au Centre Social :

Familiale : 10€ ou 20€ *
Associative : 30€ ou 40€ *
Entreprise : 45€ (*Hors territoire)

ILS FONT VIVRE LE CENTRE SOCIAL

Les bénévoles et salariés coopèrent pour l'écriture,
l'animation et l'évaluation du projet social.

ÉQUIPE SALARIÉE :

Administratif

Emeraude : Directrice

Johanna : Secrétariat, Accueil, Comptabilité

Arlette : Secrétariat, Accueil, Communication

Sandrine : Comptable

Roselyne : Ressources Humaines

Enfance - Jeunesse - Famille

Pauline : Famille et Parentalité

Sabrina : Responsable Enfance-Jeunesse

APS et **Ludothèque**

Oriane : Animatrice jeunesse

Sonia : Animatrice cuisine et enfance

Agent d'entretien

Petite enfance

Fanny : Responsable

Pauline : Éducatrice de Jeunes Enfants

Audrey : Auxiliaire puéricultrice

Nathalie, Manuella, Tiphaine, Laurine :

Auxiliaires de petite enfance

BUREAU DE L'ASSOCIATION :

Jean-François COUFFIN,
Président

Jacques BULLIER,
Vice-Président

Madeleine MARTINAIS,
Vice-Présidente

Anne LAPLANTE,
Secrétaire

Varduhi HARUTYUNYAN,
Secrétaire adjointe

Jean-Pierre ROSSIGNOL,
Trésorier

170 bénévoles
s'impliquent ponctuellement
ou régulièrement
dans les animations.

La Bouëze

Cours tous les mardis au Centre Social à 20h30.

Cours à 19h en accordéon diatonique...L'enseignement instrumental y est complété par des ateliers de **danse Bretonnes**.

*Inscriptions et Renseignements auprès de Mavel D'AVIAU
au 06.15.54.75.83 ou par mail : mavel.dav@gmail.com*

PERMANENCES

- **Service social du CDAS de Janzé** :
sur rdv au 02.99.96.22.44.
- **Service social CARSAT** :
(Caisse Régionale de retraite et Santé au Travail)
Rdv Service social au
02.22.93.70.70
Rdv retraite au 3960
- **Caisse d'Allocations Familiales** :
le vendredi matin,
de 9h-12h sans Rdv
(Fermé pendant les vacances scolaires)
- **Caisse Primaire d'Assurance
Maladie** :
le jeudi matin,
sur Rdv au 3646
(Fermé pendant les vacances scolaires)

- **F.N.A.T.H.** : Fédération Nationale
des Accidentés du Travail et des
Handicapés :
Le 3ème lundi du mois,
de 14h à 17h,
sur Rdv au 02.99.30.58.43
- **Service administratif MSA** :
sur Rdv au 02.99.01.80.80
- **R.I.P.A.M.E.** :
Le mercredi matin (semaine paire)
ou vendredi après-midi,
sur Rdv au 02.99.96.59.77
ou ripame@argentre-du-plessis.fr
- **RSA Vitré Communauté** :
le jeudi après-midi,
sur Rdv au 02.99.74.63.82



ASSOCIATIONS

Sophrologie

Méthode simple, efficace et facile à adapter dans votre quotidien. Sa pratique régulière permet de retrouver un **sommeil** de qualité, de mieux gérer le **stress** et les **émotions**, de renforcer l'**estime et la confiance en soi** ou simplement de s'accorder une **pause « bien-être »**.
Techniques de respiration, de **relâchement musculaire**, concentration et visualisations positives, afin de renforcer les ressources et capacités de chacun.
Cours : lundi de 19h à 20h - 85€/trimestre au nom de Mme REUZE
+ Adhésion au Centre Social.
Reprise le 07 Septembre / 1ère séance de découverte offerte.

Yoga des Sages

Le jeudi matin : 2 fois/mois de 9h45 à 11h45.
Groupe limité à 10 participants.
Les séances de Yoga sont assurées par un professeur diplômé de l'Institut Français de Yoga. **Reprise le 3 septembre.**

Yoga : Nelly TESSON

Le Yoga est une discipline qui permet de relier le corps et l'esprit par un travail harmonieux du souffle. Il apaise le mental et donne accès à une forme de légèreté.
Il vous aide à être plus détendu, plus attentif.
C'est un moyen magnifique pour rester souple et énergique !
Cours : les mercredi aux horaires suivants : 16h45, 17h55, ou 19h05.
Contact : Nelly TESSON : 07.80.01.74.92 ou nelyogacouleurs@gmail.com
<http://nelyogacouleurs.wixsite.com/yoga-do-in>
Reprise le 9 septembre

TEMPS FORTS 2020-2021

Noël à Tous les Étages

Samedi 28 Novembre 2020
Ateliers Parents-enfants.

Jeux M'Balade

Fête du Jeu
Samedi 22 Mai 2021

Séjour Adultes

Du 4 au 11 Avril 2021
À Argelès-sur-mer (66)

Vide Grenier

Samedi 19 Juin 2021

Chasse à l'œuf !

Vacances scolaires de
Printemps 2021

Assemblée Générale

En Avril 2021



PETITE-ENFANCE

Le Multi Accueil « Pas à Pas »

Lieu d'accueil pour l'éveil et l'épanouissement des jeunes enfants, favorisant la socialisation et l'autonomie.

Une équipe de professionnelles veille au bien-être par des activités adaptées à chacun.

Ouvert du lundi au vendredi de 7h30 à 18h45.

Cet espace propose aux parents des places d'accueil régulier et des places d'accueil occasionnel, aux enfants âgés de 2,5 mois à 4 ans.

**Inscription sur rendez-vous, contacter le Multi Accueil :
multiaccueil.mdp@outlook.fr ou au 02 99 96 15 27**

***Tarifs** : selon ressources et nombre d'enfants à charge.
Facturation mensuelle + Adhésion obligatoire.*

ADULTES

Les Ateliers de Kat saisons : « Plantes & bien Etre »

Animé par Kathryn MARTIN - 1 fois par mois de 10h30 à 11h45.

A chaque atelier, vous réalisez un produit de soin aux plantes autour d'une tisane adaptée au thème.

Vous repartez avec votre produit, des recettes et pleins d'astuces santé!

Tarifs : 12€/atelier (adhérents au Centre Social) ou 15 €/atelier (non adhérents)

Les dates :

- Vendredi 18 Septembre - Déodorant sauge-coco
- Mardi 13 Octobre - Produits d'entretien
- Mardi 10 Novembre - Baume anti douleurs consoude
- Mardi 15 Décembre - Baume à bobo calendula
- Mardi 12 Janvier - Maquillage
- Mardi 16 Février - Crème hydratante
- Mardi 16 Mars - Shampoing
- Mardi 13 Avril - Huile scintillante de protection solaire
- Mardi 11 Mai - Baume brûlure et/ou après soleil
- Mardi 08 Juin - Dentifrice
- Mardi 06 Juillet - Baume anti-moustiques

Inscription au Centre Social au 02.99.96.22.44

ADULTES

Hypnose SAJECE : Animé par Vanessa Peurois

Technique d'hypnose douce et bienveillante. Libère des émotions qui n'ont pas pu être exprimées et qui se manifestent par des symptômes physiques (douleurs, maladies,...) ou émotionnels (mal-être, insomnies...).

Elle s'adresse à l'inconscient par des histoires avec des messages cachés sous forme de métaphores. L'inconscient va sélectionner ce dont il a besoin pour effectuer les changements nécessaires à votre bien-être.

Soirée découverte : le jeudi 10 septembre de 20h à 21h30
10€/pers. + adhésion au Centre Social.

Séances à l'année : 1 fois/mois (selon planning)

Le jeudi soir de 20h à 21h30 ou le vendredi matin de 10h à 11h30.
120€/an/pers. + adhésion au Centre Social.

« Une année vers soi »

Je vous propose, par le biais de petits exercices pratiques et de l'Hypnose, de retrouver votre vraie nature en vous en supprimant vos blocages, de vous permettre d'être la meilleure version de vous-même pour vous attirer le meilleur.

Autorisez-vous à vivre une vie extraordinaire.

Contre-indication : femmes enceintes et personnes épileptiques.

Renseignements et inscriptions au Centre Social : au 02.99.96.22.44

Règlement au nom de Vanessa Peurois.

(Encaissement possible par trimestre) + adhésion au Centre Social.

PETITE-ENFANCE

La Protection Médicale et Infantile - PMI



Permanences puériculture

2^{ème} et 4^{ème} mardi matin sur RDV, avec une puéricultrice.

Consultations infantiles

1^{er} et 3^{ème} vendredi matin sur RDV,
consultation avec un médecin PMI, une puéricultrice
et une auxiliaire de puériculture.

→ Rdv et inscriptions auprès du CDAS de Janzé au 02.99.47.57.80

Le Relais Intercommunal Parents Assistants Maternels et enfants



Permanences : le mercredi 9h-12h (semaine paire) et
tous les vendredis 13h-17h.

Inscriptions et Rdv auprès du RIPAME : au 02.99.96.59.77 ou
ripame@argentre-du-plessis.fr

ENFANCE

Accueil de Loisirs

Lieu d'accueil organisé autour d'un projet pédagogique favorisant l'apprentissage de la vie en collectivité et la participation des enfants dans l'élaboration des activités adaptées au rythme de chacun.

Accueil des 3-11 ans sur la commune de Rannée, **durant les vacances d'été.**

Tarif selon le quotient familial, à la journée ou 1/2 journée avec ou sans repas.

Ateliers des enfants

Ateliers créatifs et de découvertes (expériences scientifiques, modelages, ...) pour les enfants de 5 à 9 ans.

Séance de 2 heures le matin ou l'après midi suivant la tranche d'âge.

Accueil des enfants au Centre Social de La Guerche de Bretagne, **Pendant les vacances d'Automne, d'Hiver et de Printemps.**

Ateliers sur inscription :

Tarif : 5€ la séance - 16€ les 4 séances + adhésion au Centre Social.

Communes Hors Territoire :

- 6€ la séance - 18€ les 4 séances + adhésion au Centre Social.

ADULTES

Initiation à la Langue Française

Cours d'apprentissage du Français - GRATUIT-

Dans les locaux :

- Du Centre Social : Le lundi de 18h à 19h30 et le jeudi de 14h à 16h.
- A la Salle du Partage (Derrière l'église) : le mardi de 14h à 16h.

Cours proposés par des bénévoles :

- du Centre Social, renseignements au 02.99.96.22.44
- du Secours Catholique : 02.99.96.49.96
- des Restos du cœur : 02.99.96.03.19

Permanences juridiques pour les migrants :

Sur Rdv : renseignements au Centre Social.

Scrapbooking

Le scrapbooking, créacollage ou collimage, est une forme de **loisir créatif** consistant à introduire **des photographies** dans un décor en rapport avec le thème abordé.

Le but est de les **mettre en valeur par une présentation plus originale qu'un simple album photo.**

Animé par Tinneke LEGENDRE.

Pour tous renseignements et inscriptions :

Contactez le Centre Social par mail ou par téléphone.



ADULTES

Fils et aiguilles sous toutes les coutures

Atelier d'entraide, le mardi après-midi, de 14h à 16h30 (*hors vacances*).

Apprendre, échanger, réaliser, entretenir...

Tarif: 12€/an + adhésion.

N'hésitez pas à nous contacter.

Art Floral

1 mardi/mois, Animé par Marie-Anne Bignon.

65€/an + frais des fleurs + adhésion, oasis fournis. **Cours à 17h et 18h30.**

Reprise en Septembre.

Cuisine adultes

1 lundi midi par mois, 10h30 à 14h, en autogestion.

12€/trimestre + ingrédients + adhésion. **Les repas sont partagés ensemble.**

Le jardin du Kreiz 23

Un petit jardin de proximité, support d'animation entre les différents secteurs du Centre Social (situé à l'arrière du bâtiment). Apprenti ou jardinier, venez découvrir, échanger des « **trucs et astuces** ». Compost, semis, entretiens, bricolages, décorations, aménagements...

Pour partager un moment convivial.

Scrabble

Le lundi de 14h à 17h30 - 12€/an + adhésion.

Tarot

Le jeudi de 13h30 à 18h, 12€/an + adhésion.



ENFANCE

Cuisine enfants : Ateliers des petits gourmands

Atelier cuisine pour réaliser des recettes sucrées-salées tout en s'amusant et suivant un planning prédéfini. (*Séances hors vacances scolaires*).

1 mercredi sur 2, pour les 6 à 13 ans : de 14h à 16h.

Tarif : 53,60€ les 16 séances + Adhésion au Centre Social (habitants des communes qui participent au financement du Centre Social.)

ou 64,30€ les 16 séances + Adhésion au Centre Social (Communes qui ne participent pas au financement du Centre Social).

Créa'Couz

Initiation couture à la machine (*Séances hors vacances scolaires*).

1 mercredi sur 2, pour les 8 à 13 ans : de 14h à 16h.

Possibilité d'emprunter une machine et du petit matériel (ciseaux, règle, coupe fil, etc...)

Merci d'apporter votre propre tissus, fil, fermeture, etc...

Tarif : 65€ les 17 séances + Adhésion au Centre Social (habitants des communes qui participent au financement du Centre Social.)
ou 78€ les 17 séances + Adhésion au Centre Social (Communes qui ne participent pas au financement du Centre Social).



ENFANCE

Accompagnement à la scolarité

Un temps de goûter partagé, une aide aux devoirs individualisée puis une activité collective ludique et culturelle.

Pédibus (ramassage scolaire à pieds) pour les enfants scolarisés à La Guerche de Bretagne.

Pour les enfants du CP au CM2, de Septembre à Juin.

Au Centre Social : Jeudi de 17h00 à 18h45.

Tarif : 10€ / trimestre ou 30€ / an + adhésion au Centre Social.

Possibilité de s'inscrire tout au long de l'année.

L'accompagnement à la scolarité recherche des bénévoles pour la rentrée de Septembre.

N'hésitez pas à nous contacter, vous êtes les bienvenus !

Le Plan Mercredi

L'équipe d'animation propose de **nombreuses activités d'initiation et de découverte** pour la commune de Visseiche.

12 séances le mercredi de 9h à 12h.

Renseignements et inscriptions : Mairie de Visseiche.



ADULTES

Séjour Adultes

Profitez d'un **séjour printanier en pension complète**, du 4 au 11 Avril 2020, au Village Vacances d'Argelès-sur-Mer (66).

Limité à 45 places. 560€/personnes* + adhésion au Centre Social.

**Ce prix comprend la pension complète, le transport en car, la visite de Perpignan, l'assurance rapatriement.*

Informations au Centre Social. Réunion d'inscriptions en Novembre.

Atelier Jouets

C'est un atelier qui **redonne vie à des jouets** au profit des structures collectives. (crèches, écoles, ALSH...)

L'atelier fabrique également différents **objets en bois**.
(grands jeux, objets de décoration, panneaux de signalisation...)

Fabriquer des grands jeux en bois ou en tissus, **animer** des après-midis intergénérationnels.

Le mardi de 13h30 à 16h30, tous les 15 jours. Reprise le 8 septembre 2020.



LUDOTHEQUE

La ludothèque est un équipement culturel où se pratiquent **le jeu libre, le prêt** et des **animations ludiques**. « **La Ludo** » dispose d'un fond de jeux diversifié : jeux d'éveil, de découverte, d'adresse, de stratégie, de hasard, de construction, de coopération, de lettres, de chiffres : ***Ouvert à tous : Le Mercredi, 14h à 17h30 au Centre Social.***

Itinérance : 1 mercredi par mois la « ludo » se déplace ! (selon planning)
Le matin à Domalain et l'après-midi à La Salorge de La Guerche de Bretagne.

Ludo Collège :
Intervention les mardis et jeudis midi dans les collèges de La Guerche de Bretagne.

Possibilité de louer les jeux du Centre Social :
Pour vos fêtes de familles, de quartiers, d'associations, de kermesses...

N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations.

- 1 €/jeux de société, pour 15 jours.
- 5 €/grand jeu en bois, pour 2 jours. (Liste des jeux sur notre site internet).

Nous pouvons intervenir dans votre association, école, médiathèque...

Jouer, ça sert à quoi ?

Jouer, c'est s'accorder du **plaisir ensemble**, se rejoindre sur un **terrain commun**.

C'est aussi : Rentrer en **relation** AUTREMENT. Créer du **lien** EN FAMILLE.

Développer l'**imaginaire** et la **créativité**. Verbaliser ses **émotions**.

Se mettre d'accord SUR DES RÈGLES.

Favoriser des **apprentissages multiples** :

RÉFLEXION, ESPRIT D'ANALYSE, SOCIALISATION, AUTONOMIE...

Réaliser que papa ou maman peuvent perdre,
en gardant le sourire ou en faisant la tête !!!

JEUNESSE

Espace Jeunes

Le projet d'animation jeunesse développe l'expression et l'initiative des jeunes du territoire entre 10 et 18 ans.

Période scolaire : Mercredi - 14h à 18h.

Un **accueil régulier** est proposé à l'espace jeunes de La Guerche de Bretagne.

Les jeunes se retrouvent, accompagné d'une animatrice permanente dans un lieu aménagé pour partager, débattre, découvrir, s'amuser, sortir, créer, monter des projets de vacances et des séjours... Les jeunes peuvent aussi fréquenter librement et gratuitement le local pendant les horaires d'ouverture.

Période de vacances : Du lundi au vendredi, horaires selon le programme.

L'animateur propose un **programme d'activités** : sorties, soirées, jeux, sport, cuisine, brico, p'tits déj sportifs.

Les jeunes peuvent faire des propositions pour compléter le programme.

Tarif en fonction du quotient familial + Adhésion au Centre Social.

Inscriptions et Renseignements :

au Centre Social : 02.99.96.22.44

Sabrina : ludoperisco@centresocial-laguerche.com ou

Oriane : jeunesse@centresocial-laguerche.com

15 place du champ de foire - Tél : 02.99.96.47.04

uniquement le mercredi, et pendant les vacances scolaires.

FAMILLE & PARENTALITE

Un parent « Presque » Parfait !

- **Ateliers Parents-Enfants**, adaptés selon l'âge. Ateliers, la 1ère semaine des vacances scolaires, ainsi que le mois de Juillet.
- **Soirées à thèmes**, 1 fois par trimestre, pour les parents sur des thématiques liées à l'éducation.
- **Journées familiales**, chasse à l'œuf, jeux M'Balade, Noël à tous les étages.

Programme trimestriel à construire AVEC VOUS, pour répondre aux attentes de parents d'enfants et d'ados... « Presque » Parfait !

Touristes d'un Jour

Des sorties pour tous à la journée.

Loisirs, culture, sport, nature, histoire, patrimoine...

Un projet porté par les habitants, seul, en famille ou entre amis.

Tarif/sortie : 12€/adulte et 6€/enfant de - de 12 ans.

- 50% pour les familles bénéficiaires du RSA ou ayant un QF < 600€.

Partenariat avec les Restos du Cœur.

Sortie du programme en Mars 2021.



FAMILLE & PARENTALITE

Les Séjours Familiaux

Accompagnement au départ en vacances.

Soutien méthodologique et financier pour des familles qui partent peu ou pas en vacances. Accompagnement dégressif sur 2 ou 3 ans.

En partenariat avec les restos du Cœur.

N'hésitez pas à vous renseigner !



NOUVEAUTÉ Le Café - Kreiz

Kreiz 23 vous propose, dans le cadre de ses actions « Famille et Parentalité », **des temps d'échanges** ouvert à tous.

L'objectif est de permettre aux parents, familles, personnes seules de s'exprimer, partager des petites choses du quotidien, en trouvant une écoute attentive.

Des thèmes pourront être envisagés en fonction des attentes exprimées.

Nous vous accueillons sans contraintes et sans obligations...

N'hésitez pas...

Tous les Mardis matin de 10h30 à 12h au Centre Social.