

Projection de films - organisée par ABM

8 décembre / 20h30

Tarifs : 2,50€ adhérent ABM ou MQV / 4€ non-adhérent

L'association Aventure au Bout du Monde vous propose des soirées projections de films :

- 8 décembre > 2 films : **Le Maroc** de Jean Michel QUINTON + **L'Argentine** de Joseph DELAUNAY
- Prochaine soirée le 26 janvier

Atelier Gym douce - lundi 18h - 19h

7,50€ la séance / tarif de janvier à juin 2024 : 87€ + 3€ adhésion MQV

Chaque **lundi soir entre 18h et 19h**, un cours de gym douce vous est proposé à la MQV.

La méthode utilisée est inspirée des principes de Bernadette de Gasquet visant une approche adaptée aux personnes en reprise d'activité, avec des douleurs chroniques ou en convalescence.

- Pour plus de renseignements, **contactez Pauline au 07 69 29 81 90.**

Envie de jardiner à Villejean ?

Près de la Maison Verte, un petit bout de terrain attend d'être investi par des jardinier-e-s. Que l'on soit novice ou expert, chacun peut trouver sa place dans la constitution d'un nouveau groupe.

- Si vous êtes intéressés par cette initiative, merci de **contacter Pauline au 07 69 29 81 90.**

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	Parcours	Infos
01/12	Betton : Pluvignon - place de la Cale (7,4km)	13h30 / 1,70€
03/12	Rennes : Viasilva - La Gaîté (linéaire) station de métro Viasilva (ligne B) (16km)	10h > pas de rdv à Villejean
08/12	Liffré : Les Verrières Liffré : parcours sportif (8,1km)	13h30 / 2,50€
10/12	Bédée : St-Urbain place du Prieuré (église) (16km)	9h30 / 2,40€
15/12	Acigné : le chemin de ronde complexe sportif (8,5km)	13h30 / 2€
17/12	Guichen : autour de Guichen parking du presbytère (7,6km)	13h30 / 2,80€
22/12	Bruz : lisière de Chartres et Pont-Péan Maison des Associations (9,7km)	13h30 / 1,70€
29/12	Melesse : le sentier du Rocher Blanc terrain des sports, La Janais, rue de Montreuil (8km)	13h30 / 1,70€
05/01	St-Aubin-du-Cormier : la Lande de la Rencontre parking du monument (D 794) (8,2km)	13h30 / 3,80€
07/01	Châteaugiron : de la Glaume à Gervis parking de l'étang (9,3km)	13h30 / 2,80€ (galette des rois)
12/01	Orgères : la balade d'Orgerblon cimetière (10,3km)	13h30 / 2,30€
14/01	Renac : la chapelle de Gavrain mairie (17,8km)	9h30 / 6,30€
19/01	La Nouaye : les trois rivières mairie (10,9km)	13h30 / 2,80€
21/01	Laillé : du Boël à la Chapelle L'archipel, Bd du commandant Cousteau (24,1km)	8h30 / 2,70€
21/01	Laillé : la chapelle mairie (11,7km)	13h30 / 2,70€
26/01	Pleumeleuc : le Bois de Pleumeleuc pont de la Vaunoise (D 31) (11,3km)	13h30 / 2,20€
28/01	Meillac : le chemin des Rochers église (17,9km)	9h30 / 5€

Apprendre l'informatique

Ateliers d'initiation : chaque jeudi - 3€/séance + adhésion MQV

- **Jeudi 7 décembre** : GPS Mode d'emploi > formation sur smartphone
- **Jeudi 14 décembre** : le traitement de texte (Word ou Libre Office) > formation sur ordinateur
- **Jeudi 11 janvier** : tout savoir sur les réseaux sociaux
- **Jeudi 18 janvier** : venez discuter de sujets de société liés au numérique : intelligence artificielle, 4G, wifi, etc > séance gratuite
- **Jeudi 25 janvier** : trier ses photos et documents > formation sur ordinateur

Ateliers de création numérique : 30€/an + adhésion MQV

- **Un samedi sur deux de 14h à 18h** pour apprendre la création numérique (Photoshop, montage vidéo, retouche photo, etc)
- Pour plus d'informations, **contacter Lucie au 07 82 16 36 95**

Permanences de l' élu de quartier

M. Christophe Fouillère, Ville de Rennes

Contact > c.fouillere@ville-rennes.fr ou 02 23 62 13 17

- les mercredis 6 décembre 2023 et 31 janvier 2024 **18h - 19h**

- M. Christophe Fouillère présentera ses vœux aux habitant-es le **samedi 27 janvier à 11h00**, à la Maison de Quartier de Villejean.

Permanences 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

- les vendredis 1^{er} décembre 2023 et 19 janvier 2024 **10h30 - 11h30**

MÉMO DES DEUX MOIS

Ça se passe à la Maison de Quartier...

Date	Événement	Infos
01/12	Soirée jeux de société	20h - minuit / gratuit
02/12	Journée bien-être / Educ Ustawi	11h - 17h30 / gratuit
05/12	Vernissage expo Visions du monde	18h30 / gratuit
06/12	Ciné-débat Un racisme à peine voilé	18h30 / prix libre
08/12	CPCT - parents, "qui décide ?"	13h30-17h30 / 30€ - réduit : 17€
08/12	Projection de films / ABM	20h30 / 2,50€ adhérent ABM ou MQV 4€ non-adhérent
13 et 14/12	Distribution Noël Solidaire	14h - 19h / gratuit
15/12	Tous en ludothèque : Je(u) voyage	18h30 - 21h / gratuit
16/12	Thé dansant	14h-17h30 / 5€ adhérent MQV ou 8€ non-adhérent
19/12	Repas convivial pour les jeunes de plus de 60 ans	12h - 14h / tarif à voir lors des inscriptions
20/12	Fête des Couleurs	14h / gratuit
22 et 23/12	Animations Four à pain	vendredi 22 : 19h30 et samedi 23 : 9h30 / 2€ par atelier + adhésion Four à Mies (1,50€)
12/01	Soirée Jeux de société	20h - minuit / gratuit
20/01	Nouvel an berbère	14h / ateliers gratuits - repas + spectacle 20€ ou spectacle seul 10€ 5€ Carte Sortir!
19 et 20/01	Animations Four à pain	vendredi 19 : 19h30 et samedi 20 : 9h30 / 2€ par atelier + adhésion Four à Mies (1,50€)
26/01	Projection de films / ABM	20h30 / 2,50€ adhérent ABM ou MQV 4€ non-adhérent
27/01	Vœux de l' élu de quartier	11h



ÉDITO

Les guerres qui ont lieu partout sur la planète ne peuvent nous laisser indifférents.

Ce sont toujours les mêmes qui souffrent le plus de la folie des dirigeants des nations.

Le prix est cher à payer pour ceux qui se retrouvent pris dans ces conflits. Rappeler à nos dirigeants leurs engagements et leurs devoirs pour le vivre-ensemble en paix, n'est pas inutile bien au contraire ! La situation est terrifiante.

Voilà c'était mon cri d'horreur du moment !!!



Le vivre-ensemble, il faut le cultiver ensemble, partout. Rencontre et Culture, ses partenaires, veilleront à rappeler les valeurs universelles qui nous animent et nous unissent.

Malgré le contexte mondial inquiétant, souhaitons-nous tout de même de joyeuses fêtes de fin d'année et espérons un monde qui s'apaise en 2024.

Le Président Jacky Derennes



La Maison de Quartier sera fermée du **vendredi 22 décembre**, au soir, au **mercredi 3 janvier**.

On aura le plaisir de vous retrouver à partir du **jeudi 4 janvier 2024** !



Passage de la déchèterie mobile

- Rue de Picardie (Villejean)
- Du 11 au 16 décembre

Association
Rencontre
et Culture

12, rue de Bourgogne | 35 000 Rennes

Tél. 02 99 59 04 02

contact@mqvillejean.fr

Retrouvez-nous sur

www.mqvillejean.fr

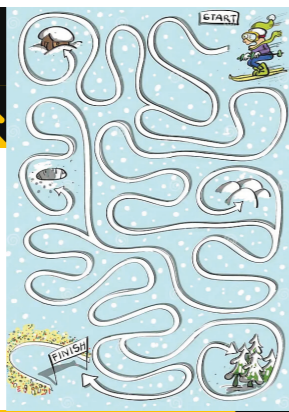


DÉCEMBRE 2023
JANVIER 2024
N° 367

★ SECTEUR ENFANCE "

Vacances de fin d'année

- La ludothèque aura le plaisir de vous accueillir jeudi 4 et vendredi 5 janvier de 15h à 18h30 et le samedi 6 de 14h à 17h.
- Un petit jeu pour vous faire patienter ----->



Mercredi "tout en couleur"

Fête des couleurs

Fêtons ensemble le dernier mercredi de l'année.

Et pour que la fête soit plus belle, nous la souhaitons haute en couleurs et riche de toutes les cultures.

Ateliers, jeux et surprises permettront à tous, familles, jeunes, seniors... De passer un moment joyeux fait de bricoles à deux mains, d'échanges et de rencontres gourmandes.

- le mercredi 20 décembre à partir de 14h - Hall de la Maison de Quartier - gratuit
- Les enfants restent sous la responsabilité de leur famille.



Tous en ludo... Je(u) voyage

Pour tous, en famille, seniors, ados, étudiants... Pour des rendez-vous une fois par mois.

- Pour passer de bons moments à jouer, suivis d'une collation.
- gratuit
- dans l'espace ludothèque et le Hall de la Maison de Quartier
- prochain rendez-vous : le vendredi 15 décembre 18h30-21h



Et pour les grands joueurs (ou les novices curieux), il y a aussi les soirées jeux de société

Un vendredi par mois de 20h à minuit et plus...

- >>> prochains rendez-vous : 01/12/2023 et 12/01/2024 !
- gratuit

★ SECTEUR JEUNESSE "

Vacances de fin d'année

L'Espace Jeunes - Maison Verte sera ouvert du 3 au 6 janvier 2024.

Une programmation d'activités est en cours de réalisation. N'hésitez pas à venir à la rencontre de l'équipe pour suggérer vos envies !

Info projet Trans Musicales

Le monde la musique t'intéresse ? Tu souhaites découvrir ce qui se passe en coulisse ? Participer à des concerts ? Viens à notre rencontre pour découvrir le projet Parcours Trans, organisé dans le cadre des Trans Musicales de Rennes.

- Plus d'informations auprès de Sofia à la Maison Verte > jeunesse4@mqvillejean.fr

L'espace Loisirs

Projet théâtre d'ombre

La création d'un théâtre d'ombre est en cours de réalisation. Inspiré des réalisations de Michel Ocelot (réalisateur de Kirikou), ce projet est ouvert à d'autres participants souhaitant se servir de leur imagination ! Si vous avez envie de rejoindre notre équipe de jeunes motivés, n'hésitez pas à venir nous rencontrer.

- Contacts : Sounkamba : espaceoisirs2@mqvillejean.fr / Emma : espaceoisirs@mqvillejean.fr

Les accueils sportifs

Le multisport - pour les 10-14 ans de 16h30 à 18h30

En partenariat avec l'UFOLEP 35, les mercredis (hors vacances), au gymnase Jean Moulin.
► Pour y participer, rendez-vous à 16h à la Maison Verte ou à 16h30 à la Maison de Quartier. L'équipe jeunesse vous accompagnera.

Les soirées sports - pour les plus de 15 ans

Un vendredi sur deux au gymnase Montbarrot de 20h30 à 22h.

- gratuits et ouverts à tous-tes.

Prochaines dates :

- Décembre 2023 : vendredis 01/12 et 15/12

- Janvier 2024 : vendredi 19/01

- Pour plus de renseignements, venez rencontrer l'équipe jeunesse sur les temps d'accueil !

L'accompagnement à la scolarité

Apprendre en cuisinant

Les jeunes vont se mettre en cuisine avec leurs parents. Peser, ciseler, badigeonner et ensuite déguster : un sacré moment où vont se mélanger apprentissages, convivialité et gourmandise.

- Premier rendez-vous : jeudi 21/12 à 17h à la Maison de Quartier de Villejean.

Bénévolat

Nous sommes toujours en recherche de bénévoles pour les temps que nous proposons. Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à rejoindre notre équipe !

- mardi et jeudi de 17h à 19h pour les collégiens.
- Pour plus de renseignements, contactez Emma sur espaceoisirs@mqvillejean.fr

Les Sam'dit bien ! - Jeunes de 11 à 17 ans

Animations, sorties, concours et accompagnements de projets proposés mais nous attendons tes idées pour co-organiser la suite !

- Les prochains rendez-vous :
- 02/12 : journée Bien-être avec Educ Ustawi (entrée libre)
- 09/12 : ciné-Débat > 15h30 - 17h30
- 16/12 : sortie Patinoire > 14h30 - 17h / sur inscription - 2€
- 06/01 : le jeu animé « Débat Nul » > 14h30 - 17h30 (entrée libre)
- 13/01 : tournoi Switch > 14h30 - 17h30 (entrée libre)
- 20/01 : sortie soccer > 14h - 17h / sur inscription - 2€
- 27/01 : jeux de société > 14h30 - 17h30 (entrée libre).

Les projets d'été

L'été est encore loin mais penser ses vacances, c'est maintenant !

Si tu as des envies de départ entre amis, en autonomie ou bien accompagné, mais que tu ne sais pas vraiment comment faire, l'équipe jeunesse est là pour t'aider et t'orienter dans tes recherches.

Des temps d'accompagnements de projets sont dédiés pour toutes les demandes.

Alors n'hésite plus et viens à la rencontre de nos animateurs-trices de la Maison Verte !

- Contact > Sofia : jeunesse4@mqvillejean.fr

★ SECTEUR INITIATIVE ANIMATION "

Journée bien-être - organisée par l'association Educ Ustawi

2 décembre / 11h - 17h30 / gratuit

Parce que prendre soin de soi est important, venez à cet agréable rendez-vous pour souffler, échanger dans une ambiance propice à la détente.

Pour plus de renseignements : educustawi@gmail.com

Repas convivial pour les jeunes de plus de 60 ans

19 décembre / 12h - 14h / tarif : à voir lors des inscriptions

Pour se retrouver autour d'un bon repas avec un peu de musique.

Le menu et le tarif seront consultables lors des inscriptions du 5 au 18 décembre à l'accueil de la MQV (nombre de places limité). Venez nombreux !

Noël Solidaire à Villejean

13 et 14 décembre / action menée par un collectif d'habitants

Pour que chacun, peu importe ses moyens, puisse ouvrir des cadeaux lors des fêtes de fin d'année.

- Distribution les 13 et 14 décembre de 14h à 19h ouverte à tous - toutes.
- Une animation musicale est prévue le mercredi 13 décembre en milieu d'après-midi !
- Pour plus de renseignements, contactez Pauline au 07 69 29 81 90.



Exposition Visions du monde

Du 5 au 22 décembre / vernissage le 5 décembre à 18h30 / gratuit

L'association APF France Handicap vous propose du 5 au 22 décembre une exposition photos autour de la thématique de l'inclusion.

L'ensemble des œuvres a été réalisé par des personnes en situation de handicap, accompagnées par des professionnels de la photographie.

- Un temps de vernissage ouvert à tous - toutes vous est proposé le mardi 5 décembre à 18h30 !



Club du vendredi - payant sur inscription

Sorties, balades, découvertes, prendre l'air, passer une journée conviviale tout en se cultivant... Tel est le programme du Club du vendredi, une fois par mois.

- Voici les deux sorties à venir :

- 15 décembre aux Forges de Paimpont (13h - 18h) : inscription du 5 au 14 décembre

- 26 janvier au Château des Pères (13h - 18h) : inscription du 16 au 25 janvier

- Les détails des sorties sont à disposition des intéressés dès le début des inscriptions à l'accueil de la MQV.

Le Thé dansant de Villejean

16 décembre / 14h - 17h30 / 5€ adhérent MQV / 8€ non-adhérent

Vous aimez danser ? Le Thé dansant de Villejean est fait pour vous ! Le groupe Thierry Simon et Leslie enflammera la piste de danse avec son répertoire de 14h à 17h30.

Faites fonctionner le bouche-à-oreille pour dynamiser ce nouveau rendez-vous.

- Pour plus d'informations, contactez Pauline au 07 69 29 81 90.



Animations Four à pain

22, 23 décembre 2023 et 19, 20 janvier 2024
2€ par atelier + adhésion Fours à Mies 1,50€

Des animations pour comprendre le fonctionnement du four à pain sont prévues en décembre et janvier. N'hésitez pas à faire les curieux.

Journées animées par l'association Fours à Mies. Rendez-vous au four à pain près de la Maison Verte.

- les vendredis 22/12 et 19/01 dès 19h30 ● les samedis 23/12 et 20/01 dès 9h30
- Plus d'infos et inscriptions auprès de notre partenaire : lesfoursamies@gmail.com

Nouvel an berbère

20 janvier / à partir de 14h + soirée

L'association Mosaïque Bretagne-Maroc, avec le soutien de la Ville de Rennes et de la MQV, organise une journée le samedi 20 janvier 2024 !

- Ateliers pour les enfants, rencontre pour les adultes > gratuit
- Repas sur réservation, avec spectacle 20€
- Spectacle seul à partir de 21h 10€ / carte Sortir! 5€
- Pour plus de renseignements : mosaique.bretagne@free.fr / 06 66 04 70 03