

Journée bien-être - Educ Ustawi

Samedi 26 mars / 10h-17h / Gratuit

► L'association Educ-Ustawi organise une nouvelle journée bien-être entièrement gratuite d'ateliers participatifs à l'endroit des Femmes et familles, afin de les sortir de leur routine quotidienne et leur permettre de vivre des moments de découverte, rencontre et de partage.

Ces actions se présenteront sous la forme d'ateliers visant à la détente (Massage, sophrologie, réflexologie, esthétique, coiffure, yoga du rire et bien d'autres), au renforcement du lien social et à la valorisation de l'estime de soi.

Nous pensons qu'il est important de contribuer au bien-être des femmes et familles, c'est pour ça, que comme toutes les autres éditions, cette journée nous tient particulièrement à cœur.

Nous vous invitons à nous rejoindre le samedi 26 mars 2022 de 10h à 17h à la maison de quartier de villejean.

Kaplan Théâtre - Cie Tadikoï

Dimanche 27 mars / 15h / 6€-4€

► Quel est le lien entre un groupe d'activistes clandestins, une équipe de scénaristes réputés et un gouvernement invisible d'une grande puissance menaçant la sécurité intérieure ? Un seul nom : GEORGE KAPLAN

Cette comédie satirique se présente en trois parties. Seul point commun : George Kaplan.

C'est tour à tour le nom que se donne un "groupe" décalé, certainement en mal d'héroïsme ; ce "G.G.K." devient ensuite un personnage de fiction, pour enfin atterrir entre les mailles des services secrets, convaincus qu'ils ont affaire à un espion.

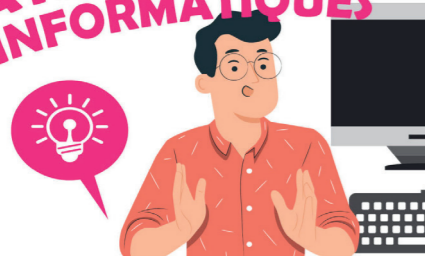
Ce mystérieux personnage n'est jamais visible et en permanence à inventer.

Il serait l'avatar d'un mythe collectif, dont Hitchcock avec "La mort aux trousses" pourrait être à l'origine.

Depuis, tout le monde y participerait, tel un immense complot fomenté par les plus grands.

Espace Public Numérique

ATELIERS INFORMATIQUES



► Lucie, l'animatrice multimédia vous propose des sessions d'initiations au numérique pour débutant. Venez apprendre à utiliser votre ordinateur, smartphone ou tablette.

Initiation ordinateurs :
les mardis de 14h30 à 16h | 6 séances d'1h30 pour 27€ + adhésion

Initiation tablettes et smartphones :
les jeudis de 14h30 à 16h | 6 séances d'1h30 pour 27€ + adhésion

Initiation à Wordpress :
les vendredis de 14h30 à 16h | Gratuit

Contact et inscriptions : 07 82 16 36 95

MÉMO DU MOIS

Ça se passe à la Maison de quartier...

DATE	ÉVÈNEMENT	INFOS
02 03	Nuit de la solidarité - Appel à Bénévoles - La fabrique citoyenne	17h / Gratuit
03 03	Conseil de quartier	18h30 / Gratuit
09 03	Debout les femmes - Ciné débat	19h30 / Gratuit
10 03	Atelier auto-réparation de vélo - A la Maison Verte	15h30 - 19h / Gratuit
12 03	Big Up - Rennes de la nuit - Soirée concert	14h-01h / Gratuit
17 03	Atelier auto-réparation de vélo	15h30 - 19h / Gratuit
17 03	Initiative Citoyenne Européenne - Mir/Mqv	18h / Gratuit
18 03	Soirée Jeux	20h-00h / Gratuit
18 03 27 03	Famille en mouvement	Gratuit
19 03	Gwen Aod - Concert	14h30/ 10€
19 03	Info parents - L'usage des réseaux sociaux chez les jeunes	16h-18h / Gratuit
22 03	Coopérons à Villejean - Ess Cargo	14h-16h / Gratuit
26 03	Journée bien être - Educ Ustawi	10h-17h / Gratuit
27 03	Kaplan - Théâtre - Cie Tadikoï	15h / 6€ - 4€

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.
04 03	13h30	Memel : le bois de Courrouët - Le Bois Boutin terrain de moto-cross	11 Km	4,50 €
06 03	9h30	Châteaubriant : les deux clochers (44) - château	16,5 Km	7,20 €
11 03	13h30	La Mézière : la rivière - mairie	12,5 Km	1,70 €
13 03	8h30	St-Péran : forêt et clairières - église	26 Km	3,80 €
13 03	13h30	St-Péran : la Boule d'Or - église	11,5 Km	3,80 €
18 03	13h30	Vern-s/-Seiche : le bois de Soevres - bois de Soevres	9,5 Km	1,80 €
20 03	9h30	Le Quiou : les faluns (22) - église	18 Km	5,10 €
25 03	13h30	Les Iffs : Montmuran et Thélohier - mairie	12,5 Km	3,50 €
27 03	9h30	St-Gonlay : balade buissonnière et moulins - mairie	18 Km	3,70 €
01 04	13h30	Forêt de Rennes : l'aqueduc - Mi-Forêt	10,5 Km	2,60 €
03 04	9h00	Concoret : les Korrigans et le château de Comper (56) - foyer rural	20 Km	5,70 €

- ▲ 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

EDITO

En mars, les femmes sont une nouvelle fois sur le devant de la scène à la maison de quartier de Villejean.

Le 12 mars, l'événement Big up - Rennes de la nuit organisé en partenariat avec Nous toutes 35 met au programme une série de rencontres avec des associations défendant le droit des femmes, une scène ouverte, un concert et un match de football lors d'un week-end féministe culturel et sportif.

La Maison de quartier a également choisi ce mois de mars pour programmer le 9 mars, dans le cadre de la journée internationale des Droits des femmes, le documentaire « Debout les femmes ! » de Gilles Perret et François Ruffin suivi d'un débat.

Et le 26 mars, nous sommes heureux d'accueillir à nouveau les journées bien-être d'Educ-Ustawi, parenthèse bien-être pensées pour les femmes et les familles.

Elodie Davoust
Directrice



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](#)

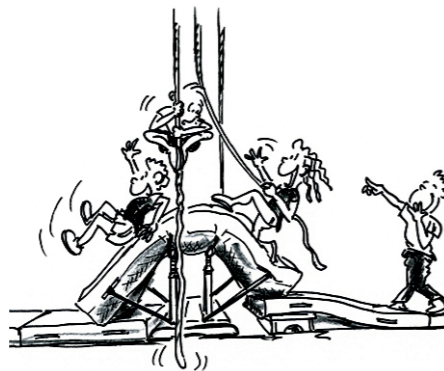
★ SECTEUR ENFANCE

Les vacances pour les 6/11 ans

Du 11 au 22 Avril

► Les vacances de printemps s'annoncent !! Du 11 au 22 Avril, les enfants pourront trouver des activités à leurs goûts!

► **Pour les 6 / 11 ans :** Les centres de loisirs sont des lieux où on apprend beaucoup sans en avoir l'air ! On y retrouve les copains, on y grandit à son rythme et on découvre plein de choses par des activités, des visites, des sorties, des rencontres... Nous laissons aussi la place aux propositions des enfants. Nos petits groupes permettent à tous les enfants, même timides, de s'y sentir à l'aise. On peut essayer en s'inscrivant sur une journée et si cela convient, s'inscrire pour plus longtemps!



L'équipe est soucieuse de l'accueil des familles et de construire avec chacune d'elle des relations de confiance. Vous souhaitez de plus amples renseignements, vous avez plein de questions ? N'hésitez pas à venir nous rencontrer...

► **Pour les 10-12 ans :** Des activités adaptées à cet âge passerelle entre l'enfance et l'adolescence. Alors prêt pour l'aventure ? Viens te renseigner...

Jeux d'Arcade

Du 18 au 25 Mars / Hall de la MQV

► Les jeux d'arcade des années 80 ont marqué le monde des jeux vidéo. Qui n'a pas tenté des scores d'enfer ! Alors expert ou novice venez retrouver vos sensations ou découvrir à quoi jouait les parents !

2 bornes d'arcade seront en accès libre dans le hall de la Maison de quartier aux horaires d'ouverture.



Famille en mouvement

Du 18 au 27 Mars / Temps forts sur la dalle Kennedy le 27 Mars



► **Faire famille aujourd'hui !** De la petite enfance à l'adolescence, de nombreuses étapes jalonnent nos vies de parents !

Pour en parler, partager des moments en famille, rencontrer d'autres familles, les professionnels du quartier, des jeunes du collège et des lycéens de Bréquigny concoctent 10 jours d'animation sous la houlette du Centre Social

► Cette semaine se clôturera dimanche 27 Mars (Spectacles, animations gratuites) Un programme détaillé sera disponible début Mars.

Installation tricot urbain

Samedi 26 Mars / Dalle Kennedy

► **Le tricot urbain, c'est quoi ?** C'est une forme d'art urbain utilisant le tricot, le crochet, ou d'autres techniques utilisant du fil pour recouvrir le mobilier urbain (bancs, escaliers, ponts...) mais aussi des éléments de paysage naturel comme les troncs d'arbres ainsi que les sculptures des places et jardins.

► **Jusqu'au 26 Mars**, vous pouvez rejoindre le groupe du mercredi après-midi dans le hall de la MQV ou venir chercher du matériel pour tricoter de chez vous.

► **Rendez-vous samedi 26 mars entre 10h et 17h pour accrocher les ouvrages tous ensemble !**



★ SECTEUR JEUNESSE

Les accueils sportifs / Pass sanitaire exigé

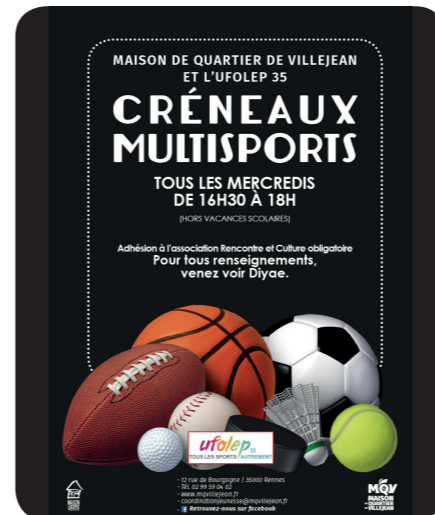
► **Pour les 11-15 ans**
En partenariat avec l'UFOLEP 35, des créneaux d'accueils sportifs sont organisés tous les mercredis de 16h30 à 18h30 au gymnase Jean Moulin.

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

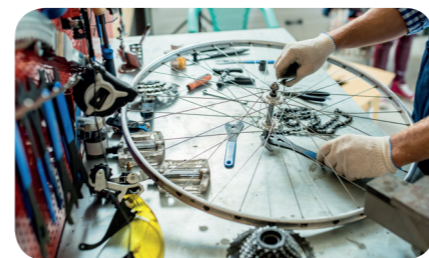
Pour plus de renseignements, adressez-vous auprès des animateurs jeunesse.

► **Pour les 16-25 ans**
En collaboration avec les partenaires du territoire, nous organisons des accueils sportifs pour les jeunes / jeunes adultes de Villejean.

Ces accueils ont lieu une fois par mois au Gymnase Montbarrot de 20h00 à 22h00
Prochaine date : vendredi 25/03/22.



Ateliers auto-réparation de vélos



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

► **Prochains rendez-vous :**
- Le 10/03/22 et le 14/04/22 de 15h30 à 19h00, devant la Maison Verte,
- Le 17/03/22 et le 21/04/22 de 15h30 à 19h00, devant la Maison de Quartier,

Info parents / Réseaux sociaux et risques numériques

Samedi 19 Mars / 16h-18h / Gratuit

► **Les réseaux sociaux et les pratiques numériques de vos enfants vous questionnent ?**

Nous vous proposons un temps d'échanges et de discussions animé autour des «Risques Numériques». Si cette question vous intéresse, nous vous donnons rendez-

vous le samedi 19/03/22 de 16h à 18h à la Maison de Quartier de Villejean.

► **Pour plus d'informations**, contactez Amandine au 02-99-59-04-02 ou par mail : passerelle@mqvillejean.fr.

Vacances de printemps

Du 9 au 23 Avril

► **Les vacances d'hivers se terminent à peine que les prochaines s'organisent déjà !**

Pour les jeunes, l'association Rencontre et Culture propose deux lieux différents et complémentaires afin d'assurer loisirs, projets et convivialité aux jeunes de Villejean :

LA MAISON VERTE - pour les 12/17 ans
Accueille tous les jeunes âgés de 11 à 17 ans. Entre temps d'échanges, jeux, découvertes et initiations, venez prendre part à l'animation du lieu !

La Maison Verte sera ouverte :

- Du mardi au vendredi de 14h00 à 19h00,
- Les samedis de 14h00 à 18h00.
Le temps de ces ouvertures, l'équipe jeunesse propose des animations, des stages de découverte...

Des chantiers jeunes et des actions d'autofinancement sont proposés aux

jeunes afin de les aider dans la réalisation de leurs projets.

Renseignements auprès des animateurs.

LA MAISON DE QUARTIER pour les 11/14 ans
La «Cave à Musique» est un espace dédié aux jeunes, âgés de 11 à 14 ans, adhérents de notre association.

Un programme d'activités complet et dynamique est disponible 2 semaines avant les vacances, sur nos différents lieux d'accueil. Au menu : des sorties, des stages, des ateliers, des soirées à thème... Bref il y en a pour tous les goûts !

DES ACTIVITES POUR LES 10-12 ANS
En marge de notre programmation jeunesse, nous proposons des temps et des journées spécifiques pour les jeunes de 10 à 12 ans. L'ensemble de nos propositions sera consultable sur les plaquettes enfance/jeunesse de notre association.

★ SECTEUR INITIATIVE ANIMATION

Conseil de quartier

Jeudi 3 Mars / 18h30 / Gratuit

► Votre Quartier vous l'aimez, un peu, beaucoup ? **Participez à son Conseil de Quartier !**

Votre Conseil de Quartier aura lieu le jeudi 3 mars 2022 à 18h30 à la Maison de quartier de Villejean - 12 rue de Bourgogne

Au plaisir de vous y retrouver très vite !



Debout les femmes ! - Ciné-débat

Mercredi 9 Mars / 19h30 / Gratuit



► **Debout les femmes !**
Un film de Gilles Perret et François Ruffin

En pleine crise du Covid, le président de la République déclarait : «Il faudra se rappeler que notre pays tient tout entier sur ces femmes et ces hommes que nos économies reconnaissent et rémunèrent si mal.» Ce film vient le rappeler. Parce que le Président, lui, l'a déjà oublié. Et il voudrait qu'on l'oublie tous...

Des invité.e.s seront présentes afin de témoigner et partager leurs expériences.

Big Up - Rennes de la nuit - Soirée concert

Samedi 12 Mars / 14h- 01h / Gratuit

► **Dans le cadre du 8 mars**, Journée Internationale des Droits des Femmes, **Nous Toutes 35** vous propose des ateliers-rencontres avec des associations du

quartier, une scène ouverte pour exprimer vos talents et une soirée concert animée par **Juste Shany, Uzy Freyja et Soumeya.** «Big Up!» à vous les filles !

Soirée Jeux

Vendredi 18 mars / 20h-00h / Gratuit

► Gilles et Teresa vous proposent des soirées de jeux de société autour de jeux de plateau peu connus.



18 mars - 22 avril - 13 mai et 17 juin à partir de 20H.

Coopérons à Villejean - Ess Cargo

Mardi 22 Mars / 14h-16h / Gratuit



► **L'association Ess Cargo & Cie**, installée dans l'Université Rennes 2, propose un temps convivial le mardi 22 Mars à 14h.

Face à la précarité, s'organiser collectivement peut permettre de mieux répondre à nos besoins. Sur le quartier, trop de savoir-faire ne sont pas valorisés alors que nous pouvons nous rencontrer et nous rendre service les uns les autres.

Imaginons qu'il n'y ait pas besoin d'argent pour échanger et que tous les services aient la même valeur. Libre à nous de proposer ce que nous aimons faire !

Discutons-en ! Vous aimez cuisiner ? Vous pouvez garder des enfants ? Vous avez besoin d'aide pour une démarche informatique ? Vous êtes bricoleuse ou bricoleur ? **Rendons-nous service ensemble !**