



MAISON

POUR TOUS DE

PENNAIRS

2022 / 2023

L'ÉDITO

LA MPT, C'EST QUI ? C'EST QUOI ?

La Maison Pour Tous de Penhars est un espace ouvert à tous les habitants du quartier autour de projets riches et diversifiés.

L'association propose des activités de loisirs pour tous les âges, des services, des spectacles et des projets portés avec les habitants : programmation de la salle du Terrain Blanc, activités de loisirs, sorties familiales et culturelles, café des parents, de l'apprentissage du français à l'aide administrative, du jardinage, de la création musicale...

La MPT de Penhars est forte d'un projet associatif basé sur des valeurs de partage, de solidarité et de convivialité qui repose sur l'implication d'adhérents et d'habitants de tous les âges dans la vie de la structure.

DEVENIR BÉNÉVOLE EST DONC POSSIBLE, C'EST MÊME RECOMMANDÉ !

Chacun et chacune de vous est invité à venir à la MPT dans un état d'esprit coopératif et à se sentir utile pour le quartier de Penhars.

Les adhérents ont la possibilité de participer de différentes façons :

➔ **Partager ses compétences** : accompagnement scolaire, cours de français, ateliers de loisirs (bricolage, activité physique, création, jardinage...)

➔ **Aider ponctuellement** : festival la Rue Est Vers l'Art, Ciné plein air, soirée guinguette, repas participatif, concerts, spectacles au Terrain Blanc, Troc et puces...

➔ **Participer à la construction des orientations de l'Association** à l'Assemblée générale, en intégrant le Conseil d'Administration ou en participant à une des commissions de la MPT.

**N'HÉSITEZ PLUS,
FRANCHISSEZ LES PORTES DE LA MAISON,
VOUS ÊTES ICI CHEZ VOUS !**



LE SOMMAIRE

PRATIQUE

Édito.....	2
L'équipe.....	4-5
Agenda.....	18-19
Contacts, plan.....	36

ENFANCE-JEUNESSE

6-10 ans.....	6
10-17 ans.....	7
Accompagnement à la scolarité.....	6
Accompagnements jeunes adultes.....	8-9
Collectif jeunesse quimpérois.....	7

TOUT PUBLIC - FAMILLES

Activités et animations.....	10
Atelier Bricolage.....	11
Café des Parents.....	10
Sport pour elles.....	10
Verger du Manoir.....	11

ANIMATION CULTURELLE

Actions culturelles.....	16
Expositions.....	16
Informations pratiques.....	28
Local Musik.....	17
Saison culturelle.....	29 à 35



ACTIVITÉS DE PROXIMITÉ ET DE LOISIRS

Afro-Dance.....	23
Aprèm' jeux.....	13
Aquarelle.....	26
Arabe.....	24
Arts-plastiques.....	26
Broderie-Tricot.....	14
Capoeira.....	21
Chant.....	15
Couture.....	26
Danses Africaines.....	23
Danse Hip-Hop.....	23
Danse Libre.....	22
Danse Moderne Jazz.....	22
Danse Orientale.....	22
Dessin-Peinture.....	26
Français.....	15
Grec.....	24
Gymnastiques.....	21
Improvisation.....	25
Mémoire.....	13
Numérique.....	13
Percussions Africaines.....	24
Portugais.....	15
Qi Gong.....	20
Randonnée.....	14
Rencontre Détente.....	12
Spor sans T.....	14
Sortie Patrimoine.....	12
Tarot.....	13
Théâtre.....	25
Théâtre adapté.....	25
Yoga.....	20-21

INSCRIPTIONS
FORUM DES ASSOCIATIONS
SAMEDI 3 SEPTEMBRE
SUR LA JOURNÉE À PENMILLER
POUR TOUS

INSCRIPTIONS
PORTES OUVERTES
MERCREDI 7 SEPTEMBRE
16H-19H À LA MPT
POUR TOUS

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LUNDI 12 SEPTEMBRE

IL FAUT ÊTRE INSCRIT !
LES INSCRIPTIONS SE POURSUIVENT À L'ACCUEIL, SOUS
RÉSERVE DE PLACE DISPONIBLE DANS L'ACTIVITÉ.

RÉINSCRIPTIONS
2023 / 2024

DU 12 AU 24 JUIN 2023

Seules les personnes inscrites et à jours de leur paiement pourront se réinscrire à la même activité.

L'ÉQUIPE

→ LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Président : Ahmed KARAMA • **Vice-président :** Ali TOPCUOGLU

Trésorier : Christian LE PAPE • **Trésorier adjoint :** Michel SEIGNEUR

Secrétaire : Nadine GABORIAU • **Secrétaire adjointe :** Laurence RENIER

Membres du bureau : Duran CAPAROGLU • Nicole GUITTENY

Autres membres du C.A. : Bahatdin ALTINTAS • Maryam AMOUCHE • Emilie EILDE • Agnès FERRY • Harry BIKKA • Marie-Claire PALUD • Emré KARALAR
Franssmann LOUZOLO-KENDZA

Associations membres du C.A. : ATCM • CASFA • Breizh Tamazgha



→ LES PROFESSIONNELS

Mickaël TUAL, **Directeur** • Rachid BENRAHAL, **coordination Animation culturelle** • Nathalie GUÉRIN, **coordination Administrative** • Anne-Gaëlle LE LOCAT, **coordination Enfance-Jeunesse** • David MATHIE, **coordination Tout Public-Familles** • Mina ABENADIM, **animatrice Tout Public-Familles** • Yamina CHILAH, **agent d'Entretien** • Guilhem DEBLEDS, **agent Technique** • Yves FORMENTIN-MORY, **assistant de Communication et secrétariat** • Sonia GUÉMAS, **animatrice Tout Public-Familles** • Silvia JAMBON, **animatrice Culture** • Julien LE BEUZE, **animateur Culture** • Aurélie LE LAY, **animatrice d'Activité** • Sébastien LE NAOUR, **animateur Enfance/Jeunesse** • Christine LE NÉE, **animatrice d'Activité** • Laurence LOUSSOUARN, **Accueil-secrétariat** • Aurélie RAVALLEC, **animatrice Enfance/Jeunesse** • Gülsüm SARIKAYA, **agent d'Entretien** • Brahim ZAHAFI, **animateur Enfance/Jeunesse**

Et tous les **stagiaires, remplaçants, renforts, alternants, Services civiques, Services Volontaires Européens** qui complètent l'équipe professionnelle tout au long de l'année.



ENFANCE & JEUNESSE

Tout au long de l'année, nous vous accueillons au sein de plusieurs espaces dans nos bâtiments, avec l'édition de programmes d'activités et d'animation pour les vacances et pour les périodes scolaires.

De 6 ans à 25 ans, chacun à sa place à la MPT de Penhars !

LES 6 - 10 ANS

L'Accueil de Loisirs Sans Hébergement (ALSH) propose aux enfants du quartier un espace d'accueil et d'activités les mercredis et samedis.

Un programme est proposé sur les différentes périodes (sport, culture, animations, activités ludiques...).

Il est disponible à l'accueil et sur notre site internet. L'adhésion est obligatoire.

MERCREDI ET SAMEDI 14h - 17h30

Quotient Familial • 6 - 10 ans

Garderie : 13h30-14h / 17h30-18h

QF	0 à 400	401 à 630	631 à 840	841 à 1050
Tarif	0,50 €	2,50 €	3,75 €	5 €
QF	1051 à 1260	1261 à 1680	1681 et +	
Tarif	6 €	6,75 €	7,50 €	

AIDE À LA SCOLARITÉ

Bénévoles et animateurs accompagnent vos enfants et adolescents dans leurs devoirs et dans la mise au travail.

Animations pédagogiques, expérimentations, sorties culturelles sont également au programme !

MARDI ET JEUDI 16h45 - 18h15

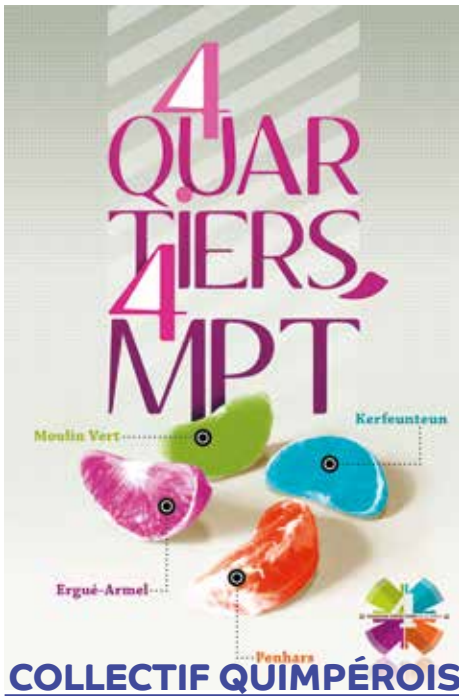
enfants du CP au CM2 • 8€

MARDI • 16h - 18h SAMEDI • 10h - 12h

ados de la 6^e à la Terminale • 8€

**REPRISE :
MERCREDI 14 SEPTEMBRE**





COLLECTIF QUIMPÉROIS

La **Maison Pour Tous d'Érgué-Armel**, la **Maison de la Jeunesse et de la Culture de Kerfeunteun**, la **Maison de Quartier du Moulin-Vert** et la **Maison Pour Tous de Penhars** travaillent ensemble pour vous proposer des animations, des séjours et des stages communs.

L'été est le point culminant de ce travail avec un programme commun à découvrir mi-juin.

LES 10 - 17 ANS

Tout au long de l'année, les animatrices et les animateurs proposent aux jeunes un panel d'activités, d'animations, de séjours, de stages et de temps festifs.

Un programme est construit avec eux lors de « goûter prog' », édité tous les deux mois environs.

Des envies ?

Des projets à construire ?

On vous accompagne ! N'hésitez pas à nous en parler.

MARDI ET VENDREDI

16h - 18h30

MERCREDI • 14h - 18h30

SAMEDI • 16h - 18h30

10 - 17 ans • accueil libre

VENDREDI • 19h - 22h

13 - 17 ans • accueil libre • 1 / mois

SAMEDI • 14h - 16h

10 - 13 ans • temps d'activités

LUNDI AU VENDREDI

14h - 18h

PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

10 - 17 ans • accueil libre

ENFANCE & JEUNESSE

LES JEUNES ADULTES

→ UN ACCOMPAGNEMENT PARTICULIER POUR LES 16/25 ANS

Trouver son autonomie : c'est l'axe de l'accompagnement que nous proposons et développons. Travail, formation, vacances, loisirs... la MPT travaillera en un accompagnement individuel ou collectif.

→ LE B.A.F.A.

Si tu as au moins 17 ans, si tu es motivé par l'animation, pour encadrer des enfants et des adolescents accueillis dans un Accueil Collectif de Mineurs, c'est pour toi !



Centre de loisirs, vacances ou espace jeunes : les possibilités d'exercer le métier d'animateur sont nombreuses. Saisonnier ou préparer son entrée dans le monde professionnel, c'est avant tout s'engager dans une aventure collective enrichissante.

Nous nous associons aux Francas de Bretagne pour vous proposer cette formation. L'équipe assure un accompagnement pédagogique tout au long de son parcours. Les prochaines sessions (en externat) :

- Formation générale (1^{re} partie) : 15 au 22 avril 2023
- Approfondissement (3^e partie) : 29 octobre au 3 novembre 2022

Le prix étant parfois un frein, nous pouvons vous accompagner financièrement dans ce projet personnel. Nous contacter.





FORMATION BAFA

→ CHANTIERS ÉDUCATIFS, BABYSITTING, PROJETS, FORMATIONS...

Tout au long de l'année, plusieurs chantiers éducatifs seront mis en place (festival REVA, rentrée de saison, petits travaux de décoration de la MPT, etc.). Ils permettent de découvrir le cadre du travail tout en étant rémunéré.

Une formation au babysitting sera proposée aux jeunes du quartier. Dans le même temps, la MPT dispose d'une liste de babysitters pour les parents en demande.

Des temps de vacances peuvent être construits ensemble pour un départ en autonomie.

→ UNE PERMANENCE DÉDIÉE

Sébastien Le Naour est le nouveau référent des 16/25 ans de la MPT.

JEUDI • 16h - 18h

16 - 25 ans



TOUT PUBLIC & FAMILLES

Chaque trimestre, un programme d'activités est co-construit avec les adhérents et les animateurs proposant aux habitants des sorties, animations et activités variées.

Découvertes culturelles, repas, activités manuelles et séjours sont proposés à des tarifs accessibles à tous.

Notre objectif est de soutenir les projets des habitants, de promouvoir le bénévolat et de créer une dynamique d'action et de réflexion autour des loisirs familiaux, de la parentalité, de l'information des familles.

Ambiance chaleureuse et conviviale garantie !

SPORT POUR ELLES

SUIVANT PROGRAMME

gratuit • Femmes • Parents/enfants

Une pratique sportive pour les mamans seules ou avec leur enfant.

Des séances d'activités physiques diversifiées et adaptées, encadrées par une éducatrice sportive professionnelle.

Inscription nécessaire.



Avec l'association Activ'sport.

CALENDRIER

Activité physique en salle (MPT)

10h-11h30 : 8, 15 et 22 sept. • 6 oct.

14h-15h30 : 11 et 17 oct.

Marche santé à la plage (rdv MPT)

14h-15h30 : 17 sept.

10h-11h30 : 27 oct.

Parents/enfants (MSP)

10h30-12h : 14 sept. • 19 oct.

CAFÉ DES PARENTS

MARDI • 10H30 - 12H30

gratuit • Parents/enfants

Une bulle parentale.

Intéressés ? Déjà parents, futurs parents, grands-parents...vous êtes les bienvenus. En toute convivialité, sans jugement, les thématiques varient en fonction de la demande des participants.

Inscription nécessaire auprès de la MPT.



Avec l'association CIDFF.

CALENDRIER

20 sept. : Quelle place aux grands-parents dans l'éducation ?

4 oct. : Débordés, comment penser à soi ?

9 nov. : Comprendre les réseaux sociaux.

13 déc. : Jouets, stop aux clichés.

PARTIR EN VACANCES

Nous sommes partenaires de plusieurs dispositifs d'aide aux vacances :

Bourse Solidarité Vacances qui permet le départ en vacances à prix solidaire pour les familles, jeunes adultes, personnes âgées et personnes en situation de handicap.

Vacances et Familles (association) et **Vacances en Famille** (CAF) qui favorisent l'accès aux vacances pour toutes et pour tous.

Nous vous accompagnons dans toutes les étapes du projet.

ATELIER BRICOLAGE

Espace ouvert à toutes et à tous, il vous permet d'expérimenter et approfondir vos connaissances en bricolage, en groupe ou en autonomie.

Il est équipé d'une base d'outils pour scier, poncer, peindre, retaper des meubles, réparer des objets cassés etc.

Des temps d'ateliers sont proposés par la MPT tout au long de l'année, surveillez le programme !

Cet espace est également ouvert aux habitants disposant d'un projet.

LE VERGER DU MANOIR



LES HABITANTS, JEUNES ET ADULTES, PLANTENT ET ENTRETIENNENT LE VERGER DU MANOIR.

Au cœur de Kermoysan, rue du Poitou, poussent arbres fruitiers et des arbustes de fruits rouges.

Le Verger du Manoir prend racine, intégré au dispositif « Quartier fertile » favorisant l'agriculture urbaine et les actions de sensibilisation à l'environnement.

Véritable lieu de découverte,

d'expérimentation et de production locale, cet espace est ouvert à toutes et à tous à l'occasion d'animations proposées tout au long de l'année.

Rejoignez l'équipe de jardiniers !

ACTIVITÉS DE PROXIMITÉ

Ouvertes à tous, à tarifs accessibles, les activités de proximité sont proposées par la MPT et ses bénévoles.

Véritables moments d'échanges de savoirs, de convivialité et de lien social, elles ne sont pas simplement des cours mais bien un lieu où chacun est acteur de son activité.

RENCONTRE DÉTENTE

MARDI • 14h - 17h

8€ /an • adulte

Un temps convivial pour discuter, échanger et se retrouver. Thé, café, jus de fruit accompagnent des moments de jeux dans la convivialité.

ATELIER BRICOLAGE



ATELIER CUISINE

VENDREDI • 9h30 - 13h30

8€ /an + 3€ /atelier • adulte

La cuisine est à vous !

Découvrez et partagez les saveurs locales et du monde. Dans une ambiance conviviale, on épluche, mixe, découpe...et on déguste ensemble !

L'atelier est participatif, chacun met la main à la tâche.

Avec les animateurs de la MPT.

CALENDRIER

23 sept. • 7 et 21 oct. • 18 nov.
2 et 16 déc. • 13 et 27 janv.
10 fév. • 10 et 24 mars • 7 avril • 12 mai • 16 et 30 juin

SORTIE PATRIMOINE

DIMANCHE

8€ /an • + 3€ /sortie • adulte

Des balades conviviales à la découverte des richesses de notre patrimoine. Accompagné d'un guide, explorez l'histoire locale.

Déplacement en covoiturage, minibus ou bus.

Pour le bon déroulement de l'activité, une présence régulière est recommandée.

Avec Nicole Guitteny, bénévole.

COMPLET

ATELIER MÉMOIRE

MERCREDI • 9h30 - 11h30

8€ /an • à partir de 55 ans

Tous les moyens sont bons pour muscler sa mémoire !

Avec un crayon et votre bonne humeur, participez à des exercices sollicitant toutes les fonctions de votre cerveau : l'attention, la concentration, la perception, les mémoires, le langage et l'imagination.

Avec les animateurs de la MPT.

CALENDRIER

28 sept. • 19 oct. • 23 nov. • 14 déc.
18 janv. • 8 fév. • 15 mars • 12 avril
17 mai • 21 juin

COUP DE POUCE NUMÉRIQUE



VENDREDI • 9h - 12h

gratuit • adulte • créneau d'une heure

Premiers pas en informatique ?

Les bénévoles vous guident pas à pas afin de vous rendre autonome avec les outils numériques.

Inscription tout au long de l'année auprès de l'accueil.



Avec l'association **AGIR abcd**.

CALENDRIER

16, 30 sept. • 14 oct. • 18 nov.
2, 16 déc. • 6, 20 janv. • 3 fév.
3, 17, 31 mars • 14 avril • 5, 19 mai
9, 23 juin



TAROT

VENDREDI • 13h30 - 17h30

8€ /an • adulte

Stratégie et convivialité sont au rendez-vous lors de ce temps s'adressant aux joueurs débutants ou confirmés. Réuni autour du Tarot, chacun abat ses cartes afin de remporter la partie.

APRÈM'JEUX

VENDREDI • 14h - 16h30

8€ /an • adulte

Si nous jouions ensemble ?

Un temps de partage et de rencontre autour de jeux de société : Triomino, scrabble, rummikub et autres jeux, sans rivalité avec, sur place, café et thé.

ACTIVITÉS DE PROXIMITÉ



RANDONNÉE

1 semaine
sur 2

MARDI • 13h30 - 17h30

8€ /an + participation carburant • adulte

Plaisir de la marche, de la rencontre et de la découverte des lieux remarquables de notre région.

Des randonnées en pleine nature où chacun pourra pratiquer cette activité physique en bonne compagnie !

Avec Michel Seigneur, bénévole.

Le programme des balades est édité tous les trimestres.

SPOR SANS T

JEUDI • 16h - 17h30

8€ /an • adulte

Une pratique sportive régulière et adaptée à chacun !

Un rendez-vous convivial pour se rencontrer et se dépenser en toute sérénité.

Encadrée par un éducateur sportif professionnel (formation E3S et diplômé des métiers de la forme), notamment sur les pathologies respiratoires, cardiaques, trouble musculo-squelettique...



Avec Vincent Lebeau.

CALENDRIER

29 sept. • 13 oct. • 17 nov. • 15 déc.
12 janv. • 9 fév. • 9 mars • 6 avril
11 mai • 15 juin

BRODERIE TRICOT

MARDI ET VENDREDI

14h - 18h

8€ /an • adulte

Un moment pour se retrouver, tricoter et broder, partager ses idées et discuter dans la convivialité.

Un lieu pour partager ses connaissances, s'entraider dans la création et faire ensemble, le tout autour d'un café ou d'un thé.



ATELIER DE LANGUE FRANÇAISE

LUNDI ET JEUDI
9h30 - 11h30 • 14h - 16h

Quotien Familial • adulte

En fonction de son niveau, permet de se perfectionner à l'écrit et à l'oral.

Les ateliers sont organisés par groupes de niveau portés par les bénévoles.

Possibilité de suivre les ateliers en demi-journée, journée complète ou sur les deux jours.

Pour une meilleure progression, une participation assidue est fortement recommandée.

Avec une quarantaine de bénévoles.

QF	0 à 540	541 à 750	751 à 1039	1040 et +
Tarif	8 €	12 €	40 €	80 €

CONVERSATION PORTUGAIS

MERCREDI • 18h - 19h30

8€ /an • adulte initié

Converser en portugais à partir de situations relevant de la vie courante, de l'actualité ou de vos envies pour devenir un vrai lusophone.

Perfectionner votre compréhension et votre vocabulaire de la 5^{ème} langue la plus parlée au monde.

Avec Dominique Meynier, bénévole.

SI ON CHANTAIT !

MERCREDI • 18h30 - 20h

8€ /an • adulte

Chantons tous ensemble ! Au travers des classiques de la chanson française ou de morceaux contemporains, chacun se retrouve autour du plaisir du chant.

Avec Michelle Hébert, bénévole.

Participer à cet atelier, c'est aussi être dans le Pôle Voix des quatre MPT/MJC de Quimper. Celui-ci est piloté par Ergué-Armel et organise plusieurs événements sur l'année.

Ces rencontres, les CAF'CONC, sont le bon moyen de se connaître et de partager des expériences de chants !

LE PÔLE VOIX



ANIMATION CULTURELLE

Notre projet d'animation culturelle s'inscrit dans les valeurs de l'éducation populaire qu'elle défend. Il a pour objectif de développer la culture dans le quartier de Penhars, de favoriser le travail en partenariat et d'impliquer les habitants et les publics dans nos différents projets !

EXPOSITIONS

Nos halls sont de vrais espaces d'expositions artistiques.

Nous y proposons de nombreux événements originaux en direction des habitants.

Autant d'occasions pour exposer les projets des écoles du quartier et de nos partenaires, mais aussi le travail réalisé par nos différents ateliers et stages.

À VENIR

➔ **LES MUSÉES À PENHARS**
du 5 octobre au 30 novembre

Venez admirer des reproductions de scènes botaniques de la manufacture Porquier-Beau, dont les originaux sont au Musée de la faïence à Quimper.

5 octobre (17h) : vernissage

"Les oiseaux dans l'esthétique Porquier-Beau", par Jérémy Varoquier, assistant principal au Musée de la Faïence.

12 octobre (14h30) : visite guidée

"Les oiseaux Porquier-Beau, vrai ou faux ?" par Sonia Villalon, chargée d'animation à la Ligue pour la Protection des Oiseaux.

➔ **LES ARCHIVES DÉPARTEMENTALES**
courant mars 2023

Projet en cours de construction.

CULTURE POUR TOUS

En tant que lieu-ressource de représentations artistiques, d'ateliers, d'accompagnement artistique et d'exposition, la MPT propose et construit, pour et avec les habitants, différents projets destinés à tous les publics.

Elle s'appuie sur un réseau riche de partenaires locaux.



TEMPS DE
LECTURE

PROGRAMMATION

La MPT, ses partenaires et les différentes structures culturelles et sociales de Quimper vous proposent tout au long de l'année une programmation réfléchiée et pensée pour le quartier de Penhars dans notre salle de spectacle, le Terrain Blanc.

Découvrez-là en détail des pages 29 à 35.

N'hésitez pas à consulter régulièrement notre site internet car la programmation s'enrichit tout au long de l'année !

WWW.MPTPENHARS.COM

LE LOCAL MUSIK

Le quartier de Penhars, à travers sa Maison Pour Tous, est l'un des précurseurs de la culture du mouvement Hip-Hop depuis 1984, à Quimper et en Cornouaille.

→ UN ACCOMPAGNEMENT

Le Local Musik accompagne les jeunes et les moins jeunes dans leurs projets musicaux, selon leur niveau et leurs envies .

Il intervient auprès d'écoles, de collèges, de lycées, de centres de loisirs et d'établissements spécialisés au travers de nombreux projets sur mesure.

En groupe ou en individuel, notre fonctionnement permet aux adhérents de bénéficier de créneaux horaires dédiés et d'une salle.

La création artistique est au cœur du projet, la production est aussi largement abordée :

Scène ■ Compilation ■ Maquette ■ Freestyle ■ Clip

→ UN ÉQUIPEMENT

Espace-accueil, exposition et trois salles équipées : nous avons un studio d'enregistrement professionnel !

→ LA VIDÉO

Ce support devient un élément essentiel pour les artistes musiciens. Nous vous accompagnons :

- réalisation, captation, montage...
- matériel adapté pour les clips,
- rencontres et travaux avec des professionnels.



LUNDI • 13h30 - 18h30

MARDI • 14h - 19h

MERCREDI • 13h30 - 19h

JEUDI • 14h - 19h

VENDREDI • 14h - 19h

SAMEDI

10h-12h / 13h30 - 18h30

Quotient Familial • Tout public

QF	0 à 540	541 à 750	751 à 1039	1040 et +
Tarif	40 €	50 €	60 €	70 €

L'AGENDA

Retrouvez tout au long de l'année nos actualités et un agenda mis à jour en ligne : WWW.MPTPENHARS.COM

SEPTEMBRE			OCTOBRE			NOVEMBRE			DÉCEMBRE			JANVIER		
Je	01		Sa	01		Ma	01	Fermé	Je	01		Di	01	Fermé
Ve	02		Di	02		Me	02		Ve	02	Cuisine / N	Lu	02	
Sa	03	FORUM	Lu	03		Je	03		Sa	03		Ma	03	
Di	04		Ma	04	Café parents	Ve	04		Di	04		Me	04	
Lu	05		Me	05		Sa	05		Lu	05		Je	05	
Ma	06		Je	06	Sport p/ elles	Di	06		Ma	06		Ve	06	Numérique
Me	07	PO	Ve	07	Cuisine	Lu	07		Me	07		Sa	07	
Je	08	Sport p/ elles	Sa	08		Ma	08		Je	08		Di	08	
Ve	09		Di	09		Me	09	Café parents	Ve	09		Lu	09	
Sa	10		Lu	10		Je	10		Sa	10		Ma	10	
Di	11		Ma	11	Sport p/ elles	Ve	11	Fermé	Di	11		Me	11	
Lu	12		Me	12		Sa	12		Lu	12		Je	12	Sport
Ma	13		Je	13	Sport	Di	13		Ma	13	Café parents	Ve	13	Cuisine
Me	14	Sport p/ elles	Ve	14	Numérique	Lu	14		Me	14	Mémoire	Sa	14	
Je	15	Sport p/ elles	Sa	15		Ma	15		Je	15	Sport	Di	15	
Ve	16	Numérique	Di	16		Me	16		Ve	16	Cuisine / N	Lu	16	
Sa	17		Lu	17	Sport p/ elles	Je	17	Sport	Sa	17		Ma	17	
Di	18		Ma	18		Ve	18	Cuisine / N	Di	18		Me	18	Mémoire
Lu	19		Me	19	Mémoire +	Sa	19		Lu	19		Je	19	
Ma	20	Café parents	Je	20		Di	20		Ma	20		Ve	20	Numérique
Me	21		Ve	21	Cuisine	Lu	21		Me	21		Sa	21	
Je	22	Sport p/ elles	Sa	22		Ma	22		Je	22		Di	22	
Ve	23	Cuisine	Di	23		Me	23	Mémoire	Ve	23	CINÉ	Lu	23	
Sa	24		Lu	24		Je	24		Sa	24		Ma	24	
Di	25		Ma	25		Ve	25		Di	25	Fermé	Me	25	
Lu	26		Me	26		Sa	26		Lu	26		Je	26	
Ma	27	Sport p/ elles	Je	27	Sport p/ elles	Di	27		Ma	27		Ve	27	Cuisine
Me	28	Mémoire	Ve	28		Lu	28		Me	28		Sa	28	
Je	29	Sport	Sa	29		Ma	29		Je	29		Di	29	
Ve	30	Numérique	Di	30		Me	30		Ve	30		Lu	30	
			Lu	31					Sa	31		Ma	31	

LÉGENDE			Il se passe quelque chose au Terrain Blanc... rdv en pages 29 à 35		
Pas d'activités hebdomadaires			Événements MPT de Penhars		
Vacances scolaires			Réinscriptions 2023/24 activités hebdomadaires		

FÉVRIER			MARS			AVRIL			MAI			JUIN		
Me	01		Me	01		Sa	01		Lu	01	Fermé	Je	01	REVA
Je	02		Je	02		Di	02		Ma	02		Ve	02	REVA
Ve	03	Numérique	Ve	03	Numérique	Lu	03		Me	03		Sa	03	REVA
Sa	04	WEEK-END	Sa	04		Ma	04		Je	04		Di	04	
Di	05	GOURMAND	Di	05		Me	05		Ve	05	Numérique	Lu	05	
Lu	06		Lu	06		Je	06	Sport	Sa	06		Ma	06	
Ma	07		Ma	07		Ve	07	Cuisine	Di	07		Me	07	
Me	08		Me	08	Mémoire	Sa	08		Lu	08	Fermé	Je	08	
Je	09	Sport	Je	09	Sport	Di	09		Ma	09		Ve	09	Numérique
Ve	10	Cuisine	Ve	10	Cuisine	Lu	10	Fermé	Me	10		Sa	10	
Sa	11		Sa	11		Ma	11		Je	11	Sport	Di	11	
Di	12		Di	12		Me	12	Mémoire AG	Ve	12	Cuisine	Lu	12	
Lu	13		Lu	13		Je	13		Sa	13		Ma	13	TOUS EN
Ma	14		Ma	14		Ve	14	Numérique	Di	14		Me	14	SCÈNE
Me	15		Me	15		Sa	15		Lu	15		Je	15	Sport
Je	16		Je	16		Di	16		Ma	16		Ve	16	Cuisine
Ve	17		Ve	17	Numérique	Lu	17		Me	17	Mémoire	Sa	17	
Sa	18		Sa	18	PRINTEMPS	Ma	18		Je	18	Fermé	Di	18	
Di	19		Di	19		Me	19		Ve	19	Numérique	Lu	19	
Lu	20		Lu	20		Je	20		Sa	20		Ma	20	
Ma	21		Ma	21		Ve	21		Di	21		Me	21	Mémoire
Me	22		Me	22		Sa	22	LMS	Lu	22		Je	22	
Je	23		Je	23		Di	23		Ma	23		Ve	23	Numérique
Ve	24		Ve	24	Cuisine	Lu	24		Me	24		Sa	24	
Sa	25		Sa	25		Ma	25		Je	25		Di	25	
Di	26		Di	26		Me	26		Ve	26		Lu	26	
Lu	27		Lu	27		Je	27		Sa	27		Ma	27	
Ma	28		Ma	28		Ve	28		Di	28		Me	28	
			Me	29		Sa	29		Lu	29	Fermé	Je	29	
			Je	30		Di	30		Ma	30	REVA	Ve	30	Cuisine
			Ve	31	Numérique				Me	31	REVA			

ACTIVITÉS DE LOISIRS

Des nouveautés pour cette nouvelle saison des activités socioculturelles de loisirs :

- Danse Moderne jazz
- Gymnastiques
- Capoeira
- Grec niveau débutant.

L'activité Langue des Signes Française s'arrête.

De petits changements existent sur certaines activités (horaires, etc.).

Plusieurs partenariats existent avec les autres MPT/MJC de Quimper sur les activités de loisirs.

- Pôle voix (Ergué-Armel)
- Pôle théâtre (Kerfeunteun)
- Pôle danse (Ergué-Armel)



mpt-ea.org



mjckerfeunteun.org



1+1=3 (C^o LES FRÈRES PELNEU)
AU FESTIVAL REVA

HATHA YOGA

DIMANCHE • 11h - 12h30

225€ /an + 10€ adh asso. • tout public

Relaxation et méditation de pleine conscience grâce à des exercices sur le corps, la respiration et le mental.

Avec Nadine Gaboriau,
association Parenthèse(s).

QI GONG

LUNDI • 9h - 10h30

adulte • débutant

LUNDI • 10h30 - 12h

adulte • intermédiaire

JEUDI • 18h - 19h30

adulte • initié

150€ /an + 10€ adh asso

Basée sur la libération de l'énergie vitale, la pratique d'exercices corporels associant mouvements fluides, respiration et concentration de l'esprit, le Qi Gong stimule les organes et réduit le stress, les tensions et les douleurs.

Avec Serge Roselier,
de l'association Taodet.

www.taodet.com

CAPOEIRA

MERCREDI • 20h30 - 22h30

120€ /an + adh asso (20€ ou 12€)

tous niveaux • ado et adulte

Après une parenthèse de deux années, ils sont de retour !

Les cours proposent un échauffement et du renforcement musculaire, l'apprentissage des mouvements (deux par deux, ensemble en cercle...) ainsi que la découverte des percussions et des chants.

Pas de prérequis demandé. Prévoir une tenue de sport (t-shirt manche courte et pantalon).

Avec Francisco Paranhos de l'association Ngoma Capoeira Angola.

NOUVEAUTÉ

YOGA SARASWATI

MERCREDI • 19h - 20h30

JEUDI • 19h30 - 21h

200€ /an • adulte

Les cours intègrent les postures, les pratiques respiratoires, la concentration et la relaxation.

Ces pratiques agissent sur tous les plans de la personnalité en procurant santé et souplesse du corps, équilibre et stabilité du mental, bien-être, calme et détente.

Avec l'association Hent Ar Yoga.



STAGE DE CAPOEIRA

GYMNASTIQUE DOUCE

MARDI • 10h - 11h

175€ /an • ado et adulte

GYMNASTIQUE DYNAMIQUE

MARDI • 11h - 12h

175€ /an • ado et adulte

Le retour attendu de la gym !

Chacun à son rythme avec proposition d'exercices d'équilibre, de coordination, de renforcement musculaire et de souplesse avec la gymnastique douce.

La gym dynamique sera sur une intensité modérée à soutenue. Vous travaillerez l'endurance, la souplesse et le renforcement musculaire avec des exercices construits via des activités sportives.

Avec l'association Activ'sport.

NOUVEAUTÉ

ACTIVITÉS DE LOISIRS

DANSE ORIENTALE

MARDI • 18h30 - 19h45

200€ /an + adh asso 10€

à partir de 16 ans • pour les femmes

Musique, styles, histoire et rythmes orientaux feront partie intégrante du programme.

Très riche culturellement et artistiquement, cette danse mobilise précision, technique, mais aussi les émotions et la sensibilité.

Avec Angélique Provost.

DANSE LIBRE

MARDI • 19h45 - 21h15

250€ /an • à partir de 15 ans

Déploiement fluide des mouvements, en accord avec ceux de la nature.

Avec Martine Puyngè, de l'association La vie en mouvement.



DANSE AFRICAINE AU FESTIVAL REVA

DANSE MODERNE JAZZ

VENDREDI • 17h15 - 18h15

158€ /an • 8 à 10 ans

VENDREDI • 18h15 - 19h30

192€ /an • 11 à 13 ans

VENDREDI • 19h30 - 20h45

192€ /an • adulte débutant

Des cours qui s'articulent autour d'une forte musicalité où les énergies douces et puissantes s'entrecroisent.

Formée à Paris au sein de l'IFPRO, Laëtitia passe par l'école de danse Martine Gicquello et diverses associations Rennaises. Une dernière expérience pédagogique l'amènera à Tahiti avant de reprendre la direction du Finistère sud d'où elle est originaire.

Avec Laëtitia Calvez,
avec la MPT d'Ergué-Armel.

NOUVEAUTÉ



LAËTITIA CALVÈZ



DANSE HIP-HOP

MERCREDI • 10h15 - 11h

Quotien Familial + adh asso 8€

4 à 6 ans (éveil)

MERCREDI • 11h - 11h45

Quotien Familial + adh asso 8€

6 à 8 ans (débutant)

QF	0 à 540	541 à 750	751 à 1039	1040 et +
Tarif	126 €	144 €	153 €	180 €

MERCREDI • 13h30 - 14h30

Quotien Familial + adh asso 8€

9 à 11 ans (débutant)

MERCREDI • 14h30 - 15h30

Quotien Familial + adh asso 8€

12 ans et + (ado débutant)

MERCREDI • 15h30 - 16h30

Quotien Familial + adh asso 8€

12 ans et +

(break dance / intermédiaire)

QF	0 à 540	541 à 750	751 à 1039	1040 et +
Tarif	154 €	176 €	184 €	220 €

Discipline complète regroupant danse debout et danse au sol.

Passionnés et appliqués, les professeurs proposent des cours chorégraphiques progressifs.

Des stages et des événements sont organisés toute l'année.

Avec l'association Hip-Hop New School.

DANSES AFRICAINES

LUNDI • 18h45 - 20h15

258€/an • débutant • 16ans et +

LUNDI • 20h30 - 22h

258€/an • initié • 16ans et +

Danseuse puissante au style riche et subtil, Mariam sait partager son amour de la danse avec patience et générosité.

Elle s'inspire du système de formation des ballets et des troupes qu'elle a côtoyés durant sa carrière.

Les cours, accompagnés par les musiciens percussionnistes, débutent par un échauffement corporel complet et se concluent par des étirements musculaires.

Avec Mariam Diarra, de l'association Na Dòn Ké.

AFRO DANCE

JEUDI • 18h45 - 20h

192€/an • tout public • 16ans et +

Mariam propose une approche du corps pour découvrir et s'approprier les mouvements de base de ces danses rythmées et énergiques.

Elle s'inspire des différents styles de danses africaines urbaines et populaires. Mariam s'est donnée pour objectif « d'ambiancer » ses cours de façon positive et motivante.

Avec Mariam Diarra, de l'association Na Dòn Ké.

ACTIVITÉS DE LOISIRS



PERCUSSIONS AFRICAINES

NOUVEAU : ENFANTS & ADULTES

MERCREDI • 14h45 - 15h45

192€ /an • 9-11 ans • débutant

MERCREDI • 16h - 17h

192€ /an • 12-14 ans • débutant

JEUDI • 18h30 - 20h

234€ /an • adulte • débutant

JEUDI • 20h - 21h30

234€ /an • adulte • initié

On chante et on explore la signification des rythmes et leurs origines, dans une ambiance conviviale, en groupe. Le djembé et les dunduns sont nos principaux outils.

Les plus jeunes peuvent éveiller leurs sens tout en canalisant leur énergie et développer leur écoute et leur concentration.

Prêt d'instrument possible.

Pour les adultes : possibilité de suivre les deux cours.

Avec Mariam Diarra,
de l'association Na Dòn Ké.

GREC MODERNE

NOUVEAU CRÉNEAU

MARDI • 17h30 - 18h45

120€ /an + 12€ adh asso
adulte • débutant

VENDREDI • 10h15 - 11h30

120€ /an + 12€ adh asso
adulte • niveau 2 (3 ans de pratique)

VENDREDI • 14h30 - 16h

150€ /an + 12€ adh asso
adulte • niveau 3 (4/5 ans de pratique)

Vous allez en vacances en Grèce ou rêvez d'y aller en sachant dire un peu plus que "kaliméra" ?

Vous êtes curieux d'une langue qui s'écrit avec un alphabet différent du nôtre ?

Ces cours sont pour vous !

Avec Claudette Moroni
et Marie-Cécile Navet-Gremillet,
du Comité de Jumelage Quimper-Lavrio.

COURS D'ARABE

MERCREDI • 18h - 19h30

50€ /an • adulte • initié

A l'oral, conversations et travail de prononciation et d'intonation. A l'écrit, apprentissage des lettres, des syllabes et des mots. Une pédagogie qui offre une autonomie à chacun.

Avec Zakari Simou, de l'ATCM.

THÉÂTRE D'IMPROVISATION

MERCREDI • 20h - 22h

220€ /an • tout niveau • adulte

Lancez-vous !

L'improvisation théâtrale c'est l'art de créer des histoires dans l'instant.

Nous aborderons les fondamentaux de l'improvisation, le lâcher prise, la confiance en soi, aux autres, l'imaginaire et surtout le plaisir de jouer.

Objectif scène ou loisir, tout le monde est bienvenu !

Avec l'association Ty Catch Impro.

THÉÂTRE ADAPTÉ

MARDI • 18h30 - 19h30

150€ /an

adulte en situation de handicap

Développer la confiance en soi, la créativité, travailler l'imagination, la voix, la concentration grâce au jeu d'acteur.

Restitution publique possible en fin de saison.

Avec Nataly Kergoat, de la Cie du Chaos.

THÉÂTRE

MERCREDI • 16h30 - 18h

Quotien Familial • 8 à 11 ans

QF	0 à 540	541 à 750	751 à 1039	1040 et +
Tarif	156 €	177 €	188 €	219 €

MERCREDI • 14h - 16h

SAMEDI • 10h30 - 12h30

Quotien Familial • à partir de 12 ans

QF	0 à 540	541 à 750	751 à 1039	1040 et +
Tarif	171 €	189 €	200 €	233 €

LUNDI • 20h - 23h

Quotien Familial • adulte

QF	0 à 540	541 à 750	751 à 1039	1040 et +
Tarif	241 €	260 €	288 €	336 €

L'atelier propose une pratique amateur éclairée et exigeante, tout en respectant les différences de niveaux des uns et des autres.

Ces ateliers s'inscrivent dans le pôle Théâtre des MPT quimpéroises avec stages, ateliers complémentaire, restitutions...

Avec Laura Van Goeten
et Leonardo Rivillo.

LE PÔLE THÉÂTRE

L'équipe du Pôle Théâtre, pilotée par la MJC de Kefeunteun, œuvre pour que le théâtre soit une pratique alliant plaisir, convivialité et qualité.

Des ateliers, des stages, des parcours de spectacles, des rencontres avec des compagnies professionnelles, un festival de théâtre où chacune des personnes du Pôle a une place pour présenter sa réalisation !



ACTIVITÉS DE LOISIRS

AQUARELLE

JEUDI • 16h30 - 18h30

**245€ /an + 45€ achat de matériel (option)
adulte • tous niveaux**

Découvrez l'aquarelle sous toutes ses formes. Il s'agit d'une peinture fascinante qui laisse courir les pigments sur le papier. Inspirons-nous de la nature pour créer !

Venez découvrir cette pratique artistique qui est un émerveillement pour les yeux.

Avec Aurélie Le Lay.

DESSIN PEINTURE

JEUDI • 18h30 - 20h30

180€ /an • à partir de 14 ans

Pratiquer un art, la peinture ou le dessin et pouvoir échanger au sein d'un groupe, sur son talent, ses goûts et ses savoir-faire.

Découvrir et expérimenter d'autres approches pour se former et acquérir petit à petit un style personnel.

Avec Christine Le Née.

COUTURE

MARDI • 18h45 - 21h

**70€ /an + adh asso 20€
adulte • tous niveaux**

Atelier d'échanges, de partages et de savoir-faire autour de la couture et de la créativité.

Vous êtes débutant(e) ou initié(e), poussez la porte de notre atelier destiné à toute personne souhaitant apprendre à coudre ou se perfectionner.

Chacun(e) travaillera à son rythme sur un projet personnel (vêtement, accessoire...).

Machine à coudre et petit matériel non fourni.

Avec Carine Corbes et Virginie Fontaine, de l'association Mam'zelle Breizh Déballe.

ARTS-PLASTIQUES

MARDI • 17h - 18h30

Quotient Familial • enfants (CP-CM1-CM2)

Atelier basé sur la libre expression de l'enfant. A partir d'un thème, d'une technique ou d'un objet, l'enfant fait des expériences de mélanges, de matières, de couleurs.

Avec Nicole Blouët, de l'Ecole Européenne Supérieur d'Art de Bretagne.

QF	0 à 650	651 à 900	901 à 1200	1200 et +
QBO	110 €	122 €	142 €	160 €
Hors QBO	187 €			

*Demi tarif
à partir du 2^e enfant (du même foyer) inscrit.*

RÉINSCRIPTIONS

Si vous êtes inscrit à une activité cette saison, vous pourrez vous y réinscrire en priorité pour l'année suivante.

Pour la saison 2023/2024, les réinscriptions à la même activité se dérouleront du

12 AU 24 JUIN 2023

Seules les personnes ayant réglé totalement les activités en cours pourront se réinscrire.

Les activités de loisirs se terminent
au plus tard le 18 juin 2023

(sauf exception qui vous serait indiquée en cours d'année).

VIE DES ASSOCIATIONS

Nous proposons aux associations de participer à la vie de la MPT et du quartier :

- Construire un partenariat.
- Participer au festival REVA.
- Proposer des événements.
- Utiliser nos salles.
- Proposer des activités à l'année.

ADHÉSION

Association → 40 €

RÈGLEMENT DES ACTIVITÉS

L'inscription et le règlement se font à l'année. Les encaissements peuvent se faire au trimestre.

Aucun remboursement ne sera effectué sauf pour cause médicale ou déménagement (+ de 30 km) sur présentation du justificatif et après étude du dossier. L'adhésion n'est pas remboursée.

Pour toutes les activités (hors programmation culturelle Terrain Blanc), l'adhésion à la MPT est obligatoire, sauf mention contraire.

ADHÉSION

Famille → 14 €

Plus de 25 ans → 11 €

18-25 ans → 7 €

Moins de 18 ans → 3 €

MODES DE PAIEMENT

- Espèces
- Carte Bleue
- Chèque
- Chèques Vacances et Sports (ANCV)

DÉCOUVERTE

- Une séance découverte gratuite uniquement pendant le mois de septembre
- 2^e activité -20% sur la moins chère*
- - 20% à partir de 2 inscriptions pour une même famille sur la moins chère*

*Hors activités encadrées par des bénévoles, non cumulable avec d'autres réductions (QF, partenaires...).



SAISON CULTURELLE

Une programmation en direction des musiques du monde et du hip-hop avec nos partenaires, un accompagnement des pratiques amateurs du quartier et un lieu de représentation pour les établissements de Penhars.

Le Terrain Blanc développe sa programmation artistique et culturelle, en collaboration avec l'ensemble des opérateurs culturels du quartier et de la Ville de Quimper. La salle poursuit son ouverture vers la culture et le spectacle au profit des habitants de Kermoysan, de Penhars et de tous les Quimpérois.

INFOS PRATIQUES

TARIFS

Ils sont indiqués pour chaque date.
Les tarifs réduits (sauf mention) :

Adhérent MPT Penhars

Moins de 18 ans / lycéens / étudiants

Demandeur d'emploi et minimas sociaux

MODES DE PAIEMENT

- Espèces
- Carte Bleue
- Chèque
- Chèques Vacances et Sports (ANCV)

INFORMATIONS

Billetterie ouverte 30 min avant le spectacle.

Billets ni échangés, ni remboursés (sauf annulation ou report).

Si vous arrivez en retard, vous serez placés par notre équipe. L'accès pourra vous être refusé.

Il est interdit de filmer, photographier. Les téléphones doivent être éteints.

TRÈS TÔT THÉÂTRE

WWW.TRES-TOT-THEATRE.COM

02 98 64 20 35

THÉÂTRE DE CORNOUAILLE

WWW.THEATRE-CORNOUAILLE.COM

02 98 55 98 55

APRÈMJAZZ

WWW.APREMJAZZ.COM

06 32 40 09 73

BALLES À FOND

BALLESAFOND@WANADOO.FR

02 98 10 29 83



CONCERT DU
JAZZ QUINTET
photo: REC



NICOLAS THOMAS QUINTET

18 SEPTEMBRE • 17h

15€ / 10€ adhérent / 5€ -18 ans



Concert jazz du répertoire de Hank Jones. **Première partie** : le duo Dami Andres et Edgar Duvivier.

INFOS ET RÉSA : WWW.APREM.JAZZ.COM OU À LA MPT

FESTIVAL LE TEMPS DE L'ARBRE



CONFÉRENCE DAVID HAPPE

6 OCTOBRE • 19h-20h30

gratuit • à partir de 12 ans



Expert arboricole, l'intervenant ira avec vous à la rencontre des végétaux urbains qui peinent encore à être respectés et à se développer.

INFOS ET RÉSA : WWW.QUIMPER.BZH



CONFÉRENCE ERNST ZÜRCHER

12 OCTOBRE • 19h-20h30

gratuit • à partir de 12 ans



L'ingénieur forestier portera sur la nature un regard scientifique, permettant de découvrir les particularités insoupçonnées des arbres...

INFOS ET RÉSA : WWW.QUIMPER.BZH



LE CRI DES INSECTES

21 OCTOBRE • 19h-20h

8€ / 6€ adhérent • à partir de 6 ans



Bienvenue dans l'univers mystérieux du peuple de l'herbe : les insectes ! Elles nous fascinent autant qu'elles nous inquiètent...

Musiciens et plasticiens s'en amusent sur scène.

C^é NE DITES PAS NON, VOUS AVEZ SOURI

INFOS ET RÉSA : WWW.TRES-TOT-THEATRE.COM

Mais aussi exposition et ateliers (page 16 et programme trimestriel de la MPT).



HALLOWEEN ET LA NUIT FANTASTIQUE

14 OCTOBRE • EN SOIRÉE

gratuit • ouvert à tous



Temps festif et musical dans une ambiance conviviale avec une variété de styles. Frissons garantis ! Plus d'infos à venir.

INFOS ET RÉSA : WWW.SEMAINES-MUSICALES.COM



TIKOLA AU FESTIVAL REVA

CONCERT HIP-HOP

OCTOBRE ou NOVEMBRE • EN SOIRÉE

à définir • ouvert à tous

La soirée cultures urbaines fait son retour cette année : danse, concert, et autres événements ponctueront cette soirée !



INFOS ET RÉSA : WWW.MPTPENHARS.COM



PICK UP CONCERT INTERACTIF

20 NOVEMBRE • 17h

15€ / 10€ adhérent / 5€ -18 ans



Avec Jean-Christophe Cholet et Vincent Mascart, c'est vous qui décidez de la suite du concert !

INFOS ET RÉSA : WWW.APREMJAZZ.COM OU À LA MPT



ON NE DIT PAS J'AI CREVÉ

25 NOVEMBRE • 19h-20h

8€ / 6€ adhérent • à partir de 9 ans

Si son cœur est à l'arrêt, son regard, lui, reste vif, tendre et amusé quand il se pose sur "ses vivants" embarqués dans les souvenirs.

C^{ie} LE JOLIE COLLECTIF • ENORA BOËLLE

INFOS ET RÉSA : WWW.TRES-TOT-THEATRE.COM



photo : REC

FÊTE DES ENFANTS

30 NOVEMBRE • 14h

gratuit • enfants et leurs parents

Animations, spectacle et goûter pour cette après-midi dédiée aux enfants !

Programme en septembre.

INFOS ET RÉSA : WWW.MPTPENHARS.COM



BIGOUDEN LIGHT

2 DÉCEMBRE • en soirée

un don/une place • pour tous

Les ateliers de la solidarité : pour avoir une place et profitez de ce spectacle féérique, faites un don, remis à des associations de lutte contre la pauvreté !



C^{ie} ANIME TES RÊVES

INFOS ET RÉSA : [CFDT FINISTÈRE 02.98.33.29.29](http://WWW.CFDT-FINISTERE.COM)



SUR MOI LE TEMPS

10 DÉCEMBRE • 19h-20h

8€ / 6€ adhérent • à partir de 9 ans

Quand Florian joue aux jeux vidéos, le temps n'existe plus. Mais quand il rallume sa vieille console, c'est le passé qui reprend ses droits...

C^{ie} BOUCHE BÉE

INFOS ET RÉSA : WWW.TRES-TOT-THEATRE.COM



CINÉ POUR TOUS

23 DÉCEMBRE • 11h ET 18h

à définir • ouvert à tous

Une journée cinéma avec plusieurs séances. Le choix des films se fait avec vous ! Renseignez-vous auprès de l'accueil de la MPT.



INFOS ET RÉSA : WWW.MPTPENHARS.COM



théâtre
de cornouaille

La C^{ie} Cirquons Flex sera en résidence à la MPT de Penhars. Avec le Théâtre de Cornouaille, nous proposerons plusieurs impromptus et ateliers à destination des habitants du quartier.

Surveillez les programmes trimestriels et n'hésitez pas à vous renseigner auprès de l'accueil de la MPT.



INSTABLE

14 ET 15 JANVIER • selon programme

gratuit • pour tous

Plongée dans l'organique, celle d'une figure qui par tous les moyens tente de s'élever. Exigence technique et comiques artistiques sont au rendez-vous.

C^{ie} LES HOMMES PENCHÉS • NICOLAS FRAISEAU
INFOS ET RÉSA : WWW.THEATRE-CORNOUAILLE.COM



APPUIE-TOI SUR MOI

24 JANVIER • 20h-21h

25 JANVIER • 15h-16h / 20h-21h

10€ • à partir de 8 ans

Un duo à cœur ouvert. A l'intérieur d'un cirque de toiles et de bambous, les artistes partagent un conte, une ode à la rencontre en forme de confidences.

C^{ie} CIRQUONX FLEX
INFOS ET RÉSA : WWW.THEATRE-CORNOUAILLE.COM



photo : penhars-infos

FEST DEIZ

29 JANVIER • EN JOURNÉE

gratuit • ouvert à tous



Temps festif où vous découvrirez les musiques bretonnes et danserez jusqu'au bout de la journée !

INFOS ET RÉSA : WWW.CMAD.QUIMPER.BZH



WEEK-END DE LA GOURMANDISE

4 ET 5 FÉVRIER

Après la bagarre, la gourmandise !

Très Tôt Théâtre et la MPT de Penhars vous proposent un week-end de la gourmandise avec spectacle, animations, jeux...et dégustations évidemment !

Tout le programme début janvier 2023.

Suivez nos programmes trimestriels et notre site internet WWW.MPTPENHARS.COM.



GOURMANDISE

5 FÉVRIER • 17h-17h45

8 FÉVRIER • 18h-18h45

8€ / 6€ adhérent • à partir de 5 ans

Mange ! est une petite fille à la curiosité insatiable : tout lui donne envie, envie ENVIE ! Le monde qui l'entoure est un vaste festin qu'elle déguste, dévore, parfois à l'indigestion mais, toujours, avec gourmandise !

C^o LES BAS-BLEUS • SÉVERINE COULON

INFOS ET RÉSA : WWW.TRES-TOT-THEATRE.COM



LES VÉRIFICATEURS (C^o LES CRÉALID)
AU FESTIVAL REVA photo : REC



FRANCESCO BEARZATTI QUARTET

5 MARS • 17h

15€ / 10€ adhérent / 5€ -18 ans



Avec Giovanni Falzone, Danilo Gallo et Zeno de Rossi, le sax ténor italien nous propose son dernier album : Zorro.

INFOS ET RÉSA : WWW.APREMJAZZ.COM OU À LA MPT

FRONTIÈRES MONTILILS

PRINTEMPS DES POÈTES

18 MARS • 16h30

gratuit • pour tous



Expositions, musiques, animations, enregistrement au Local Musik... Cette édition 2023 s'appuie sur un mot qui appelle à la félicité et à l'imaginaire, pas simplement à la géopolitique.

INFOS : WWW.MPTPENHARS.COM



À QUOI RÊVENT LES MÉDUSES

25 ET 26 MARS • 10h-10h30 / 11h-11h30

5€ • à partir de 1 an

Où sommes-nous pendant que nous dormons ? Pendant cette traversée nocturne, où s'échouent nos souvenirs de la journée ?

Dans l'obscurité, le silence et l'immobilité, parfois nous voyons, nous entendons, nous marchons. La nuit nous rêvons.

C[©] EN ATTENDANT... • MÉLANIE RUTTEN

INFOS ET RÉSA : WWW.TRES-TOT-THEATRE.COM



LOCAL MUSIK EN SCÈNE

22 AVRIL • 16h


gratuit • ouvert à tous



Les habitués du Local vous présentent le fruit de leur travail de l'année. Venez nombreux à ce rendez-vous pour les encourager !

INFOS ET RÉSA : WWW.MPTPENHARS.COM



 théâtre
de cornouaille

ÉTUDES, PAILLETES ET FANTAISIES

14 MAI • 17h-18h

17€ / 10€ adhérent ou réduit • ouvert à tous

La pianiste Jeanne Bleuse se lance dans un "seul en scène" original et virtuose qui renouvelle le récital classique. A découvrir !

C[©] LA VAGABONDE... • JEANNE BLEUSE

INFOS ET RÉSA : WWW.THEATRE-CORNOUAILLE.COM

10!
ans

TY CATCH IMPRO

ATELIERS D'IMPROVISATION THÉÂTRALE

RIEN N'EST PRÉVU TOUT EST POSSIBLE



imaginer, écouter, lâcher prise, jouer, raconter & s'amuser dans l'instant
INVENTER ENSEMBLE. RIRE DE TOUT. SPONTANÉITÉ ET CRÉATIVITÉ



10 ANS DE TY CATCH !

MAI 2023 • suivant programme
à définir • ouvert à tous

Un compte rond ça se fête !
Voilà 10 ans que Ty Catch Impro existe et anime vos soirées et journées, notamment à la MPT de Penhars. Quoi de plus logique que de festoyer cela au Terrain Blanc (qui a le même âge...).

INFOS ET RÉSA : TYCATCHIMPRO@GMAIL.COM OU MPT

Mais aussi ateliers et stages. N'hésitez pas à découvrir la page Facebook de Ty Catch impro.



TOUS EN SCÈNE

13 AU 18 JUIN • suivant programme
gratuit • pour tous

Rendez-vous incontournable de la fin d'année pour les amateurs de théâtre. Une semaine de représentations avec les ateliers théâtre des 4 MPT et MJC quimpéroises.

Venez nombreuses et nombreux !

INFOS ET RÉSA : WWW.MPTPENHARS.COM



CABARET CIRCUS

23 ET 24 JUIN • suivant programme
gratuit • pour tous

L'école de cirque organise une restitution de ses cours. Le spectacle se joue en deux représentations, en solos ou groupes.

Venez nombreuses et nombreux !

INFOS ET RÉSA : WWW.MPTPENHARS.COM



DU 30 MAI AU 3 JUIN

GRATUIT

FESTIVAL LA RUE EST VERS L'ART

QUIMPER-PENHARS



DHARMA (C^e LE CERCLE DE FEU)
AU FESTIVAL REVA photo: REC



JAZZY BAZZ AU FESTIVAL REVA



COURSE CONTRE LE TEMPS (C^e LA ROTATIVE)
AU FESTIVAL REVA



➔ HORAIRES DE L'ACCUEIL

Lundi au vendredi :
9h - 12h / 13h30 - 18h30

Samedi :
10h - 12h / 13h30 - 16h30

PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

Lundi au vendredi :
9h - 12h / 13h30 - 17h30

Samedi : Fermé

NOUS CONTACTER / NOUS SUIVRE



mptpenhars

02 98 55 20 61

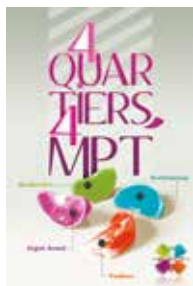
accueil@mptpenhars.com

39 boulevard de Bretagne
29000 Quimper

TOUTE L'ACUALITÉ, LES NOUVEAUTÉS, L'AGENDA :

WWW.MPTPENHARS.COM

Conception graphique : MPT de Penhars · Impression : Imprimerie du commerce



VILLE
DE QUIMPER

QUIMPER BRETAGNE
OCCIDENTALE
KEMPER BREIZH IZEL