



**TOUT PUBLIC - FAMILLE**  
**PROGRAMME AUTOMNE 2023**



**MPT PENHARS**

39, boulevard de bretagne

29000 Quimper

02.98.55.20.61

[accueil@mptpenhars.com](mailto:accueil@mptpenhars.com)

# TOUT PUBLIC

# OCTOBRE

**Mardi**  
**03 Oct**

Atelier Mémoire dans le cadre de la  
semaine Bleue  
14h30-16h30

**GRATUIT**

**Mercredi**  
**04 Oct**

Dictée Intergénérationnelle dans le cadre  
de la semaine bleue  
14h30-16h30

**GRATUIT**

**Mercredi**  
**11 Oct**

Atelier créatif séance 1 / 2  
Création de vase en papier mâché **4€**  
14h-16h

**Samedi**  
**14 Oct**

Sport en Famille ! À partir de 6 ans  
Course d'orientation  
13h45-17h **2€ / Famille**

**Samedi**  
**14 Oct**

Conférence sur la parentalité  
"Parents, le métier le plus difficile au  
monde" animé par Jérôme Dumortier et  
avec la participation de Ty Catch Impro  
+  
Accueil des enfants 4-10 ans, atelier de  
lecture autour "des émotions des enfants"  
10h30-12h30

**GRATUIT**

2

QUIMPER BRETAGNE  
OCCIDENTALE  
KEMPER BREIZH IZEL

**Mercredi**  
**18 Oct**

Atelier créatif séance 2 / 2  
Création de vase en papier mâché  
14h-16h


**Samedi**  
**21 Oct**

Balade aux Plomarc'h - Douarnenez **2€**  
14h-17h

**INSCRIPTIONS LE**  
**06 OCTOBRE**

# TOUT PUBLIC

# OCTOBRE

<b>Mardi</b> 24 Oct	Brunch - Atelier Parents-enfants avec l'ALSH 10h-14h	<b>3€</b>
<b>Mercredi</b> 25 Oct	Ramassage de châtaignes et grillade de la récolte au verger 14h-17h	<b>1€</b>
<b>Jeudi</b> 26 Oct	Sortie Brest Capucins + découverte sculpture "mémoires des esclaves"  10h-17h	<b>5€</b>
<b>Jeudi</b> 26 Oct	Répétition pour la création du spectacle "Marcher dans le vent" au Terrain Blanc Inscriptions TTT au <b>02.98.64.20.35</b> / 18h	
<b>Vendredi</b> 27 Oct	Atelier Art plastique parents-enfants "Graine d'artiste" en lien avec la répétition "Marcher dans le vent" / Inscriptions TTT au <b>02.98.64.20.35</b> / 10h-11h	
<b>Vendredi</b> 27 Oct	Atelier intergénérationnel sculpture citrouille + goûter d'halloween réalisé par l'ALSH 14h30-16h30	<b>3€</b>
<b>Samedi</b> 28 Oct	Promenons-nous dans les bois... Cueillette de champignons / 10h-12h	<b>1€</b>
<b>Samedi</b> 28 Oct	Atelier créatif "Punch Needle" 14h-17h	<b>3€</b>
<b>Mardi</b> 31 Oct	Atelier cuisine goûter d'halloween Gâteau cimetièrre 14h-16h30	<b>2€</b>

# TOUT PUBLIC NOVEMBRE

**Vendredi**  
**03 Nov**

Journée de l'environnement  
"Mission Quartier Propre"  
10h-12h

**GRATUIT**

**Vendredi**  
**03 Nov**

Jeux et ateliers créatifs organisés par  
les stagiaires BAFA  
14h30-16h30

**GRATUIT**

**Samedi**  
**04 Nov**

Atelier Bricolage "Création d'un  
support à épices en bois / 14h-17h30 **3€**



## Atelier Halloween 2022

L'atelier bois est  
une belle  
occasion de  
maîtriser les  
outils et de  
passer un  
moment de  
convivialité.

**Mercredi**  
**08 Nov**

Atelier Art plastique  
"Collage surréaliste"  
avec Agnès Ferry / 14h-16h30

**2€**

**Mercredi**  
**15 Nov**

Projection "Un jour tu vieilliras" - Croas  
Spern Ergué-Gabéric / Dans le cadre de  
la semaine bleue / 13h30-16h

**1€**

**INSCRIPTIONS LE**  
**24 OCTOBRE**

# TOUT PUBLIC

# NOVEMBRE

**Vendredi**  
18 Nov

Réunion programmation Hiver  
Vos idées, vos activités / 18h

**Samedi**  
18 Nov

Sport en famille / Escalade-Tchoukball  
À partir de 6 ans

**2€ / Famille**

**Samedi**  
18 Nov

Atelier création d'un "bouquet de fleur", en  
collant et fil de fer / proposé par Hélène  
14h-16h30

**3€**

**Mercredi**  
22 Nov

Exposition Hélène et Edouard Leclerc pour  
la culture "Sur les traces de Tolkien"  
Visite guidée / 13h45-17h30 Landerneau

**4€**

**Samedi**  
25 Nov

Journée à Nantes  
Parents / Ado (+ de 12 ans)  
Programme à définir

**Mercredi**  
29 Nov

Piscine stade aquatique Douarnenez  
+ Espace Bien-être

**8€**



**VENDREDI 24 NOVEMBRE**

**CONCERT RAP  
CELESTINO  
21H**

**6€ / TARIF ADHÉRENT MPT**

# DÉCEMBRE

## Inscriptions le 21 Novembre

**Samedi**  
**02 Dec**

Aprèm Déco  
Embellissons notre MPT / Arbre sapin  
en photo, déco murale... 14H30-17H

**GRATUIT**

**Samedi**  
**02 Dec**

Cirque de Noël / 19h

**6€**

**Samedi**  
**02 Dec**

Concert de Noël gratuit au Terrain Blanc  
donné par les élèves du conservatoire

**Dimanche**  
**03 Dec**



**BRADERIE  
SOLIDAIRE**  
Association  
Familiale de  
Quimper  
9h-17h

**GRATUIT**

**Mercredi**  
**06 Dec**

Fête des enfants  
Boum Disco et goûter

**GRATUIT**

**Samedi**  
**09 Dec**

Repas de fin d'année 12h30  
10€ + de 12 Ans  
7€ - de 12 Ans  
Date limite d'inscription le 02-12

**Mercredi**  
**13 Dec**

Atelier code de la route : repasses  
ton code ! / 14h-16h

**2€**

**Samedi**  
**16 Dec**

Sport en Famille  
Boxe / Judo **2€ / Famille**  
À partir de 6 ans

# TOUT PUBLIC DÉCEMBRE

<b>Mercredi</b> <b>20 Dec</b>	Atelier bricolage Création de "bonhomme de neige en bois" / 14h-17h30	<b>3€</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Samedi</b> <b>23 Dec</b>	Brunch de Noël Cuisinons et dégustons ensemble ! 10h-13h <b>5€ + de 12 ans / 3€ - de 12 ans</b>		<input type="checkbox"/>
<b>Mercredi</b> <b>27 Dec</b>	Sortie à Menez Ham Illuminations et visite du hameau 16h-20h30	<b>3€</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Judi</b> <b>28 Dec</b>	Atelier créatif "Bougies de Noël" 14h-16h30	<b>3€</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Vendredi</b> <b>29 Dec</b>	Cinéma pour Tous Séance à 11h et 18h Programmation à venir		<input type="checkbox"/>
<b>Mercredi</b> <b>03 Jan</b>	Sortie à Locronan Illuminations et visite du marché 15h30-19h	<b>2€</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Judi</b> <b>04 Jan</b>	Atelier Parent-enfant Gym et Pizza 10h-14h	<b>3€</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Vendredi</b> <b>05 Jan</b>	Karaoké Intergénérationnel 20h-22h	<b>1€</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Samedi</b> <b>06 Jan</b>	Océanopolis 10h-17h <b>12€ + de 17 Ans / 10€ - de 17 Ans</b>		<input type="checkbox"/>

# Être Bénévole !

Vous voulez être bénévole ? Vous ne savez pas comment procéder ? Vous vous demandez dans quelle mesure vous pourriez apporter une aide ?

Nous recherchons des bénévoles toute l'année pour des événements ponctuels : pour faire de la mise en place sur une activité, pour conduire un véhicule lors d'une sortie Patrimoine, pour aider au service sur un stand lors d'un événement MPT, pour faire de la billetterie sur un spectacle au Terrain Blanc, pour veiller au bon déroulement d'une activité etc.

Nous recherchons également des personnes disponibles chaque semaine les mardis et samedis pour du soutien scolaire. N'Hésitez pas à vous rapprocher de l'accueil afin de laisser vos coordonnées. Vous serez contacté(e) par un coordinateur pour convenir d'un rdv.

Être bénévole, c'est apporter librement à titre gratuit ses compétences, son temps et son engagement au service du bon fonctionnement des événements MPT, au service des usagers et des habitants du quartier.



L'adhésion à la MPT est obligatoire. Les inscriptions se font à l'accueil de la MPT avec le règlement. Les animateurs se réservent le droit d'annuler ou de modifier les activités et les projets en fonction des impératifs et des imprévus. En cas de désinscription, le remboursement se fait uniquement si nous avons été prévenus 2 jours avant l'activité.

