

L'ECHO DE LA PLAINE



KERANGOFF

JUIN 2013

N° 166

Sommaire

- ♦ Infos Centre Social
- ♦ Infos Mairie de quartier
- ♦ Infos Ville
- ♦ Recette de cuisine

PIQUE-NIQUE GEANT ET ANIMATIONS JEUX

**Samedi 15 juin à partir de 11h30
Aux abords du centre social**

Dès 11h30, venez nous rejoindre au centre social.
Le comité d'animation vous offrira un cocktail sans alcool ainsi qu'un sandwich.
A la vente il y aura des frites et des rafraîchissements.

Des tables et des chaises seront mises à votre disposition.
Vous pouvez également apporter votre repas (salades, desserts, boissons ...) pour le déguster sur place.

**L'après-midi de 14 h à 17 h 30 :
De nombreux jeux pour tous !
Des animations festives !**

Venez nombreux !!!

INFOS CENTRE SOCIAL

Crésus	Aide pour les dossiers de surendettement tous les jeudis de 14 h à 18 h sur rendez-vous
Les sorties familiales	<p>Les sorties familiales sont organisées par des habitants du quartier, avec le soutien de la Caisse d'Allocations Familiales du Finistère.</p> <p>La carte d'adhésion pour les familles ou personnes seules s'élève à 3 euros et est obligatoire dès la première inscription.</p> <p>Prochaine sortie, dimanche 14 juillet au parc de l'Odet (parc d'attraction) Parent : 5 € Enfant : 3 € Personne seule : 6 € Inscriptions le mardi 9 juillet de 9 h à 12 h au centre social.</p> <p>Le programme des sorties de cet été est actuellement disponible au centre social</p>
Vestiaire	Le jeudi 13 juin de 9 h à 11 h 30
Sorties d'été de l'Orb	<p>Pour la deuxième année, l'office des retraités brestois met en place des sorties à destination des personnes de + 60 ans habitant sur Brest.</p> <p>Une permanence d'inscription aura lieu tous les lundis de 10 h à 12 h au centre social de Kérangoff pour les personnes résidant sur la rive droite. La sortie a lieu le jeudi toute la journée.</p> <p>Plusieurs destinations sont au programme : Locronan, Concarneau, Saint-Pol de Léon, Landéda – Aber-Wrac'h, Argol, domaine de Ménez-Meur, domaine de Trévarez.</p> <p>Adhésion : 5 € Sortie à la journée : 6 €</p>

Concert au centre social

Dimanche 9 juin à 15h30

Jean-Luc Roudaut et le collectif Mozaik donnent de la voix au profit de l'association "Autisme en Cornouaille".

Un CD "différent c'est pareil" dont certains titres seront chantés ce dimanche, est en vente au prix de 10 euros. Ils seront interprétés lors de ce concert en plus des chansons de Jean-Luc Roudaut.

Entrée adulte : 5 euros

Entrée enfant : 1 euro

Exposition de peintures du 5 au 19 juin, par Lucienne Montfort Au centre social de Kérangoff

"d'une rue à l'autre ...
de tour en tour"

40 ans de vie dans le quartier de Kérourien tissent tant de liens. Le "vivre ensemble" est toujours à construire et à reconstruire avec les gens là depuis si longtemps, avec ceux qui arrivent régulièrement, parfois de très loin. L'association la C.S.F (Confédération Syndicale des Familles) a permis d'être en contact et de soutenir de nombreux locataires et consommateurs. Qu'ils sont admirables ces héros du quotidien, en quête de vie digne et correcte ! Ces modestes peintures et textes sans prétention, puissent-elle dire "dans nos quartiers, que de trésors bafoués, que de gens si bien l'air de rien".



Le groupement d'achat commun Kérangoff / Kérourien

Le groupement d'achat alimentaire de Kérangoff / Kérourien a débuté en décembre 2012.

Il permet aux gens de se regrouper pour acheter en grande quantité des produits alimentaires de qualité, à prix raisonnables.

La prochaine commande aura lieu le **vendredi 7 juin de 10h à 12h** au centre social de Kérangoff pour des pommes de terre nouvelles et de conservation.

La livraison aura lieu le **vendredi suivant, le 14 juin**.

Le groupement d'achat est une action participative et pour qu'il fonctionne votre implication est nécessaire.

L'adhésion au groupement est de 1€.

Pour plus de renseignements, contacter le centre social de Kérangoff.



La fête de la musique



Le groupe "de Kerangoff et d'ailleurs" se produira le vendredi 21 juin à 17h45 sur la scène de la tour Tanguy à Recouvrance.

Venez nombreux !!!

INFOS MAIRIE DE QUARTIER

Du 6 au 29 juin 2013 à la mairie des 4 moulins :

Exposition de photographies réalisées par les étudiants de l'EESAB site de Brest. Elle s'intitule "Où, la Ville".

INFOS VILLE

LES LUNDIS DE LA SANTE

LE MELANOME : de la prévention aux évolutions thérapeutiques

Le lundi 24 juin

- Dr Bruno Sassolas, dermatologue – Institut de cancérologie et d'hématologie CHRU de Brest, réseau mélanome Ouest
- Ligue contre le cancer

Conférences gratuites et ouverte à tous à la faculté de droit, d'économie et de gestion – Amphi 500 et 600 de 18h30 à 20h – 12, rue de Kergoat

GRILLES DE SUDOKU

2			7				4	
		6			8			
8		4			3	5		
	9	5	2					8
7	6	8	1		9	3	2	4
4					6	7	5	
		7	4			9		2
			3			6		
	1				2			7

		8		2		3		6
				1	8		5	
2							9	
	7	2	5	8		6	3	
6		4				8		5
	8	5		3	6	9	7	
	9							7
	4		9	7				
8		7		4		5		

Comment jouer au Sudoku :

Règle 1: Sur chaque ligne, vous devez placer l'ensemble des chiffres de 1 à 9 sans répétition.

Règle 2: Sur chaque colonne, vous devez placer l'ensemble des chiffres de 1 à 9 sans répétition.

Règle 3: Dans chaque région, vous devez placer l'ensemble des chiffres de 1 à 9 sans répétition.

La recette du mois

TARTE AU CITRON FACILE

Ingrédients

Pour la pâte :

- 200 g de farine
- 100 g de beurre
- 2 c à s de sucre
- 1 œuf

Pour la garniture :

- 4 œufs battus
- 150 g de sucre en poudre
- 100 g de beurre
- Le jus et le zeste de 2 citrons
- et du sucre glace pour le service



Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 35 min

Préparation :

Préchauffez le four à 200°C (th.7).

Mettez la farine dans un saladier, ajoutez le beurre et travaillez la préparation du bout des doigts pour bien faire intégrer le beurre (sans malaxer bien sûr). Ajoutez le sucre.

Incorporez l'œuf, 1 cuillerée à soupe d'eau froide, puis amalgamez le tout sous forme de pâte. Laisser reposer 20 min.

Préparez pendant ce temps la garniture.

Battre les œufs avec le sucre, ajoutez le beurre fondu, le jus et le zeste de citron.

Abaissez la pâte sur un plan de travail fariné et foncez-en un moule à tarte de 23 cm de diamètre beurré et fariné et chemisé de papier sulfurisé

Versez la préparation sur le fond de tarte.

Faites cuire au four 30 minutes, puis laissez refroidir la tarte.

Saupoudrez de sucre glace.



Responsable publication :

Comité d'animation de Kérangoff
Rue Franchet d'Esperey - 29200 BREST
☎ : 02.98.45.16.96
Présidente : Nadine MOUDEN

Rédaction : les bénévoles et professionnels du centre social de Kérangoff

Composition : Chantal BODENNEC
Imprimerie CAF : 1 300 exemplaires