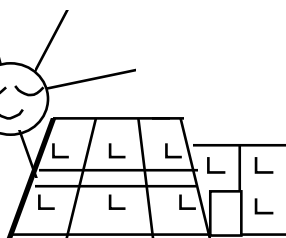


# L'ECHO DE LA PLAINE



KERANGOFF

N° 127

NOVEMBRE 2008

## Sommaire

- ◆ Le Téléthon
- ◆ Wiki-Brest
- ◆ Infos Centre Social
  - . thé dansant
  - . les sorties culturelles
  - . twirling
  - . les apéros débats du lundi
  - . exposition
  - . le Pardon de Kérangoff
  - . Composter au "jardin bleu »
- ◆ Infos Ville
  - . les compagnons bâtisseurs
  - . les lundis de la santé
  - . cours public
- ◆ La recette de cuisine

## LE TELETHON

Centre social de Kérangoff

Programme du samedi 6 décembre 2008  
de 10 h à 18 h



### Toute la journée

- . Vente d'objets réalisés par le club féminin et le club patchwork
- . Bric à brac ( livres, objets décoratifs, plantes ...)
- . Dégustation et vente de crêpes : commandes possibles pour le vendredi et le samedi  
4 € la douzaine - 2,5 € la demi-douzaine - 0,50 € crêpe
- . Café, thé, gâteaux,,,

### Le matin

- . à partir de 10 h : initiation à la danse country par Jocelyne (1 € par personne)

### Le midi

- . Repas avec animation
- . Spécialité réunionnaise : **Carry poulet** (poulet-tomates-safran-oignons-riz-haricots blancs) + salade de fruits

**Prix** : 8 € sur place ou à emporter ; 5 € pour les moins de 12 ans

Réservations au centre social au 02 98 45 16 96

### De 14h15 à 18h

- . Thé dansant animé par Jean-Pierre Rozas
- . L'après-midi sera ponctué de démonstrations de danses hip-hop, country, twirling

**Tous les bénéfices seront reversés au Téléthon**

## WIKI-BREST

Wiki-Brest est un site de culture et de mémoire partagées mis à la disposition de tous les habitants du Pays de Brest. Chacun peut participer à ce travail collaboratif en y ajoutant sa propre vision du territoire. Présenter une association, mettre en lumière les initiatives d'habitants, évoquer l'histoire et les souvenirs liés à son quartier ... tout cela participe à la valorisation de notre territoire. Wiki-Brest C'est une écriture qui relie habitant(e)s, journaux de quartier, associations, artistes, bibliothécaires, enseignants .. et vous invite à écrire.

Le centre social de Kérangoff présente sur ce site *la vie du centre social* en indiquant les activités, les animations, le journal de quartier, les expositions, et de nombreuses informations .... Alors, n'hésitez pas à consulter le site :

[www.wiki-brest.net](http://www.wiki-brest.net)

# INFOS CENTRE SOCIAL



<b>Thé dansant</b>	Le groupe des sorties familiales du centre social de Kérangoff organise un après-midi dansant dimanche 23 novembre de 14 h à 19 h. Entrée : 2 euros
<b>Sorties culturelles</b>	♦ Mercredi 3 décembre 2008 à 20 h 30 au Quartz « <i>Gershwin</i> » de José Montalvo Danse, musique et vidéo Inscription jeudi 20 novembre de 10 h à 12 h  ♦ Samedi 6 décembre 2008 à 16 h au Quartz « <i>Bal à voir et à danser</i> » Entrée libre
<b>TWIRLING</b>	Le Twirling Brest Iroise a repris ses activités au centre social de Kérangoff. L'activité twirling est proposée aux enfants à partir de 4 ans tous les mercredis de 13 h 45 à 15 h 15. <u>Tarif</u> : 50 € l'année. Possibilité d'échelonner les paiements. Tarif dégressif pour plusieurs enfants d'une même famille.

## LES APEROS DEBATS DU LUNDI

Le centre social ouvre un espace d'expression et d'échanges sur les questions de la vie quotidienne avec la participation de la CSF

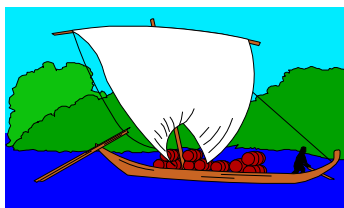
Lundi 1<sup>er</sup> décembre de 18h à 19h30

*La hausse des prix  
Les nouveaux besoins (internet, téléphones portables...)*

- ✓ Comment vous y faites face ?
- ✓ Consommez-vous différemment ?
- ✓ Les bons plans consommation
- ✓ Quelle aide pourrait apporter le centre social

*Ouvert à tous  
Cocktails sans alcool offerts*

## EXPOSITION : « Les grands navigateurs »



Durant tout le mois de novembre, vous pouvez venir voir une exposition sur les grands navigateurs dans le hall du centre social. Cette exposition retrace la vie de ces intrépides marins du XVIII<sup>ème</sup> siècle, qui ont marqué l'histoire de la Marine française. Il s'agit notamment de Bougainville, de La Pérouse et d'Entrecasteaux.

**Un commentaire sur cette exposition aura lieu :**

**le mercredi 26 novembre à partir de 10 heures** au centre social avec Cécile Bramé de l'association « Les Amis de Recouvrance » et Monsieur Baron de l'association « Mieux Vivre sur la Rive Droite ».

# Le pardon de Kérangoff

sera bien reconduit en juin 2009, précisément les samedi 13 et dimanche 14 juin 2009.

Le responsable de l'organisation du pardon, Serge Caro, l'avait annoncé : « *le pardon 2008, 30<sup>ème</sup> édition, sera le dernier dont j'assumerai l'organisation ; il est temps que d'autres prennent la relève sinon, la fête s'arrêtera* ».

Difficile d'imaginer Kérangoff sans son traditionnel pardon au mois de juin, surtout après le beau succès de 2008 et les nombreux encouragements à poursuivre.

Lors de la réunion bilan du 2 octobre, 2 nouveaux organisateurs, Franck Calves et Philippe Bruneau se sont proposés de reprendre les rênes de la fête, avec, bien sûr, le soutien de Serge Caro et des nombreux bénévoles.

Des décisions ont déjà été prises : limiter la fête à 2 jours, proposer des animations en début de semaine au centre social et essayer de renouveler la formule. Nous vous informerons des prochaines réunions de préparation.

## VOS DECHETS VERTS AU JARDIN BLEU !!!

Votre quartier dispose d'un jardin partagé : « le Jardin Bleu » au bout de la rue Jean V.

Les habitants inscrits à l'activité jardinage du centre social viennent ainsi jardiner depuis 2005 le jeudi après-midi de 14 h à 17 h.

Au fond du jardin se trouve un composteur en bois.

Il permet de transformer les végétaux du jardin ainsi que les déchets « verts » de cuisine en un terreau riche et gratuit que l'on dispose au pied des plantations pour avoir de plus belles récoltes.

**Les jardiniers du Jardin Bleu vous propose de participer à une collecte de vos déchets verts de cuisine.**

En échange d'un bio-seau - petit seau rectangulaire à couvercle à placer à côté de votre poubelle ménagère, nous vous proposons de nous apporter une fois par semaine, environ, vos déchets verts que nous compostons au Jardin Bleu.

Il faut savoir que les déchets végétaux représentent en moyenne un tiers des déchets ménagers.

Cela vous permettra de réduire votre poubelle d'autant.

C'est une grande économie pour la collectivité.

De plus, cela produira du compost pour le jardin et pour vos jardinières de balcons si vous le souhaitez.

Nous espérons que vous serez nombreux à participer à cette première aire de compostage publique. Ainsi nous serons le premier quartier brestois à innover en matière de développement durable par ce geste éco-citoyen et à la portée de tous.

*Prendre contact avec le centre social au 02.98.45.16.96 ou à l'association « Vert Le Jardin » au 02.98.46.06.92 si vous souhaitez participer à cette action.*



# INFOS VILLE

## LES LUNDIS DE LA SANTE



EDUCATION THERAPEUTIQUE  
Usager co-acteur

- ◆ Dr Pommier - Ecole Nationale de Santé Publique - Rennes
- ◆ Associations : Fédéthé 29 (Fédération d'éducation thérapeutique), Diabiroise

CONFERENCES  
GRATUITES

ET OUVERTES A TOUS

Faculté de Droit et de Gestion  
12, rue de Kergoat  
Amphi 500 et 600

# LES COMPAGNONS BATISSEURS arrivent à Brest

## *Qui sont les compagnons bâtisseurs ?*

C'est une association nationale, avec une antenne à Rennes depuis de nombreuses années, qui mène des actions concrètes de solidarité dans le domaine de l'habitat.

## *Que proposent-ils ?*

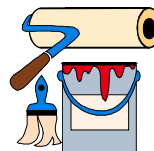
Les compagnons bâtisseurs se proposent de vous aider dans l'aménagement et l'embellissement de votre appartement ou de votre maison, à moindre frais.

Parce que être bien dans son logement contribue à mieux vivre ; or, on n'a pas toujours l'argent, les compétences, l'entraide nécessaire pour entreprendre les travaux de tapisserie, peinture, pose d'étagères, d'éclairages... Les compagnons bâtisseurs ne font pas les travaux à votre place ; ils vous apportent du soutien technique, vous aident à trouver des financements.

## *Comment cela se passe ?*

Les compagnons bâtisseurs mettent en place :

- des chantiers d'entraide chez l'habitant
- des ateliers collectifs d'apprentissage



Prochainement, les compagnons bâtisseurs disposeront d'un local sur Recouvrance ; nous vous tiendrons informés du lieu et du programme des ateliers collectifs.

Pour tout renseignement contactez Solenn Le Moal au 06 33 92 99 18

## LES COURS PUBLICS

**Le thème : « Etrangers d'un rive à l'autre : expériences migratoires »**

**Mardi 18 novembre à la Faculté Victor Ségalen : « Migrations de retraite : le retour au pays ? »**

Avec Simone Pennec, Françoise Le Borgne-Uguen, maîtres de conférences en sociologie (UBO)

Un mardi par mois de 18 h à 20 h - Entrée libre et gratuite

## DIVERS

L'association « *Le boulon* » se propose de récupérer les cartouches d'encre usagées par l'intermédiaire du centre social. Vous pouvez donc les déposer dans le hall du centre social. Elles seront ainsi récupérées régulièrement par une personne de cette association.

### La recette du mois

### Amandine aux poires

#### Ingrédients

- 1 pâte sablée
- 1 boîte de poires William
- 20 g de farine
- 120 g de sucre en poudre
- 2 œufs
- 1 cuil. A soupe de rhum
- 120 g de beurre
- 120 g de poudre d'amande
- 1 pot de confiture de coing pour le nappage

Dans un saladier, mettez le sucre, 2 œufs, la farine, la poudre d'amande, le beurre ramolli, le rhum. Fouettez le

mélange jusqu'à ce que la préparation mousse et fasse un ruban lorsque vous soulevez le fouet.

Faites chauffer le four à 200 C, thermostat 6/7.

Versez la pâte dans un moule à manqué de 24 cm. Mettez les poires, enfournez et faites cuire pendant 30 à 40 minutes. 10 minutes avant la fin de cuisson, nappez le gâteau avec la confiture.

*Recette proposée par le groupe « Cuisine du monde »  
le vendredi de 14 h à 17 h au centre social*



**Responsable publication :** Comité d'animation de Kérangoff  
Rue Franchet d'Esperey - 29200 BREST  
☎ : 02.98.45.16.96  
Président : Serge CARO

**Rédaction :** les bénévoles et professionnels du centre social de Kérangoff

**Composition :** Chantal BODENNEC  
**Imprimerie CAF :** 1 200 exemplaires