

JANVIER 2018

VIE DE LA MAISON

Reprise des activités **Lundi 8 janvier 2018**.

Cérémonie des vœux

La présidente et les membres du conseil d'administration vous invitent à la présentation des vœux **Mardi 9 janvier à 18h30** ainsi qu'au pot de la nouvelle année qui sera servi ensuite.

EGREEN

Egreen est un projet porté par la Ville de Brest qui vise à travailler sur les économies d'énergie à travers une démarche *Nudge*. Un *Nudge* est un coup de pouce pour changer les comportements au travers d'incitations douces, basées sur différents leviers psychologiques et cognitifs permettant d'influencer les motivations et donc le comportement souhaité. Méthode très efficace et peu contraignante pour sensibiliser sur les économies d'énergie et facilement réutilisable chez soi comme c'est expliqué [ici](#)!

Une première réunion a lieu **mercredi 17 janvier à 14h30** et devra rassembler un groupe de **8 personnes** utilisatrices des locaux : les volontaires prendront contact avec [Patrick](#).

Rando Nordique

Un projet de séjour randonnée de 5 jours (du 14 au 19 mai) en Marche Nordique est en cours d'élaboration : les personnes intéressées peuvent se faire connaître à [l'accueil](#).

ACTIVITES

En Voix du Zen

Le deuxième stage, toujours animé par **Morgane**, démarre le **10 janvier à 18h** pour 5 mercredi. Pour rappel, il s'agit d'explorer sa voix à des fins de détente et d'apaisement.

P.Y.T

Une nouveauté depuis la rentrée, proposée par **Richard** : le « P.Y.T » qui, comme l'acronyme l'indique est un mélange de Pilates, Yoga et Tai Chi! Il reste encore quelques places dans le groupe du **mardi de 8h45 à 9h45**.

Séjour Ski

Il reste 1 place enfant / ado pour le [séjour](#) à Saint François Longchamp! Renseignements et inscriptions à l'accueil!

Permis bateau

- ◇ [Hauturier](#) : nouvelle session 15 janvier.
- ◇ [Côtier](#) : nouvelle session le 16 janvier

ESPACE JEUNESSE

Relation parents / adolescents

Depuis plusieurs années, la MJC/MPT a initié une réflexion sur les quartiers Europe et Saint Marc, en partenariat avec les collèges Anna Marly et Iroise, la MPT du Guelmeur et le Centre Socioculturel Horizons autour de la thématique « Relations Parents / Adolescents ».

Au [programme](#) cette saison :

- ◇ En direction des jeunes des espaces jeunesse : Ateliers de théâtre d'improvisation accompagnés par les comédiens de la Cie Impro infini, avec une représentation **le samedi 10 février 2018** au Mac Oran.
- ◇ En direction des parents d'ados : un premier rdv échange/débat, **le mardi 20 février à 20h30**. Merci de prendre quelques minutes pour remplir ce [questionnaire](#) dont les réponses nous permettront de construire les prochaines rencontres.
- ◇ Et, du 6 janvier au 12 février : expo photo enrichie de paroles de jeunes et de parents; vernissage le **16 janvier à 18h30**

Mercredi et semaine de la crêpe

Pour financer leurs projets de séjour, les jeunes de la MPT préparent et organisent une vente de crêpes dans le hall de la MPT **mercredi 10 janvier** après-midi puis du **31 janvier au 2 février**.

La douzaine est à 5€, la demi-douzaine à 2.50€ et la crêpe garnie 1€. Pensez à commander

Vacances

Le programme complet des vacances est disponible sur le [site](#).

ACCORDS MJC

18 janvier : concert de [Chris Bergson Trio](#). Billetterie en [ligne](#).

