



**LES TEMPS FORTS**

**L'ACTUALITÉ**

**LES ÉVÈNEMENTS À  
VENIR**

**L'ESPACE JEUNESSE**

## **LETTRE D'ACTUALITÉ**

La Maison pour Tous de Pen Ar Créac'h vous ouvre ses portes sur un univers de partage, d'engagement et de créativité.

Plongez dans notre actualité, les évènements à venir, et les temps forts pour rester connecté à l'action sociale et culturelle de votre quartier.

# LES TEMPS FORTS

## LES PORTES OUVERTES DÉCOUVERTE



*Samedi 7 septembre s'est tenue notre journée portes ouvertes découverte !*

Un grand merci à tous ceux qui sont venus découvrir (ou redécouvrir) la Maison pour Tous de Pen ar Creac'h et qui se sont inscrits aux activités.

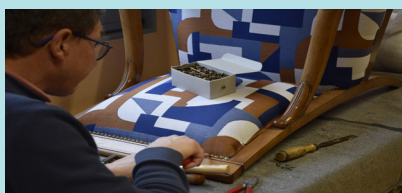
Pour les absents, pas de panique : des inscriptions sont toujours possibles ! Nous vous attendons à l'accueil de la MJC pour plus de renseignements.

## VOUS AU CŒUR DE NOTRE ATTENTION

*Depuis la rentrée, nous avons décidé de vous mettre VOUS à l'honneur, adhérents et intervenants, à travers une exposition spéciale...*

Vous avez sans doute remarqué qu'une sélection de photos, mettant en valeur les différentes activités et moments forts, était exposée dans le hall et les couloirs de la MJC.

Cette exposition était notre façon de célébrer votre engagement et de vous remercier pour votre participation active à la vie de notre association.



# L'ACTUALITÉ

## LES NOUVEAUTÉS DE LA SAISON 2024 -2025

Comme vous avez pu le constater depuis la rentrée, qui dit nouvelle année dit aussi nouvelles activités !

Il reste des places disponibles dans certaines activités alors c'est l'occasion d'en profiter :

### RENFO CIRCUIT TRAINING

Boostez votre forme physique avec un entraînement dynamique et complet pour tous les

niveaux.

### NATATION

Grâce à ses séances adaptables, Daniel fera de la nage un réel plaisir, toujours dans une ambiance ludique !

### LINOGRAVURE

Exprimez votre créativité avec cette nouvelle activité et découvrez l'art de la gravure et ses différentes techniques.

### KIZOMBA

Apprenez à danser la kizomba, une danse angolaise pleine de passion et de connexion avec le partenaire.

### STRETCHING

Gymnastique douce basée sur des étirements des fibres musculaires afin de maintenir une bonne élasticité des muscles et assouplir le corps.



## LES STAGES DE LA SAISON 2024 -2025

En plus des nouvelles activités, nous avons également la chance de vous proposer de nouveaux stages !

Vous pouvez vous adresser à l'accueil pour plus de renseignements.

### AISANCE AQUATIQUE

Peur du grand plongeon ? Le stage d'aisance aquatique est

conçu pour vous aider à surmonter vos peurs et à gagner confiance dans l'eau.

### PERMIS MER CÔTIER

### PATRONAGE COUTURE

Devenez créateur de votre propre style à travers ce stage qui vous initiera aux techniques de création de patrons.

### STAGES DE YOGA

### DANSE BURLESQUE

Osez révéler votre côté glamour en vous essayant à la danse burlesque. Parfait pour exprimer votre créativité, ce stage vous permettra de vous initier aux mouvements et au style unique de cette danse.



# LES ÉVÈNEMENTS À VENIR

## NOUVELLE EXPOSITION

### NOSTYLE art

Plongez dans l'univers artistique et audacieux de **Daniel Vialon**, intervenant à la Maison pour Tous de Pen ar Creac'h

L'exposition «Nostyle art» met en avant les différentes techniques utilisées par Daniel pour exprimer sa créativité. Pour donner vie à ses œuvres, Daniel pratique notamment le **pouring painting**, une technique qui consiste à verser de la peinture liquide directement sur la toile sans utiliser de pinceau pour créer des motifs abstraits et uniques.

Pour animer ses créations, Daniel travaille également la transparence et les éléments que la nature lui offre tels que des galets, des coquillages ou des bouts de verre rejetés par l'océan.

Il qualifie son expression artistique «d'art naïf», caractérisé par une approche spontanée et instinctive.

Découvrez cette exposition dès maintenant dans le hall de la MJC ! Certaines œuvres sont disponibles à la vente : renseignez-vous à l'accueil !



**RDV LE  
MARDI 26  
NOVEMBRE  
POUR LE  
BLIZZARD  
FORTERESSE**



À l'occasion du festival **Grande Marée**, **Julian Delgrange** nous fait l'honneur de venir conter une épopée nordique ardente, «*Le Blizzard forteresse*»

Julian Delgrange est un conteur qui réunit trois univers : le conte, le métal et le slam. Le **mardi 26 novembre**, il contera l'histoire d'Alphide, princesse de Suède qui s'est enfuie du château la nuit de son mariage. Elle est devenue la première pirate des mers du Nord.

Plus d'infos sur notre site internet / réservations sur [HelloAsso.com](http://HelloAsso.com)



# L'ESPACE JEUNESSE

## PROGRAMME NOVEMBRE / DÉCEMBRE ESPACE JEUNESSE

Découvre vite notre programme d'activités pour novembre et décembre à la Maison pour Tous de Pen ar Créac'h !

Au programme :  
FabLab  
Sortie pêche à pied en famille  
Soirée à l'espace jeunesse  
et bien plus encore...

Pour plus de renseignements ou pour toute inscription, renseignez-vous auprès de l'accueil ou des animateurs jeunesse.

**Programme novembre / décembre Espace Jeunesse**

<b>MER 6 NOV</b> GOÛTER RDV 15H30 à la MJC	<b>SAM 9 NOV</b> OPEN BIDOUILLE 18H00-19H00 aux Capucins	<b>MER 13 NOV</b> FABLAB RDV 15H30 à la MJC	<b>SAM 16 NOV</b> SORTIE PÊCHE À PIED EN FAMILLE Prévoir facture acceptée et matériel * RDV 9H00 à la MJC
<b>MER 20 NOV</b> ACTIVITÉ SPORTIVE RDV 15H30 à la MJC	<b>VEN 22 NOV</b> CONSTRUIS TA SOIRÉE À L'ESPACE JEUNE Prévoir 9€ pour la MJC RDV 15H30 à la MJC	<b>MER 27 NOV</b> VENTE DE CRÊPES AUTO-FINANÇEMENT RDV 15H30 à la MJC	<b>MER 4 DEC</b> WEST COAST ACADEMY Prévoir 10€ pour la MJC RDV 15H30 à la MJC
<b>MER 11 DEC</b> APRÈS DES DÉTÈS RDV 15H30 à la MJC	<b>VEN 13 DEC</b> CONSTRUIS TA SOIRÉE À L'ESPACE JEUNE Prévoir 9€ pour la MJC RDV 15H30 à la MJC	<b>MER 18 DEC</b> FABLAB IMPRESSION 3D RDV 15H30 à la MJC	<b>CONTACT</b> 06.52.63.80.56 @mjc.jeunesse.pac

## AIDEZ LES JEUNES DE L'ESPACE JEUNESSE !

**Vente de Crêpes de Coatadon**

Aidez les jeunes de l'espace jeunesse à auto-financer leurs séjours et leurs projets en leur achetant de bonnes crêpes !

Commandes du 4 au 18 novembre  
Livraison le 27 novembre de 14H00 à 18H00

- Crêpes de froment x12 : 5€
- Crêpes de blé noir x6 : 3€

- Paiement à la commande
- Paiement par chèque, carte bancaire ou espèce

Plus de renseignements auprès de l'accueil et de l'espace jeunesse

MJC PEN AR CREAC'H

Jusqu'au 18 novembre, l'espace jeunesse propose une vente de crêpes de Coatadon pour aider les jeunes à auto-financer leurs séjours et leurs projets à venir.

Nous proposons les 12 crêpes de froment à 5€ et les 6 crêpes de blé noir à seulement 3€ alors, ce serait bête de rater ça !

Les bons de commande sont déjà disponibles à la MJC !



# CONTACTEZ-NOUS

17 rue Professeur Chrétien

29200 BREST

02 98 02 29 75

[mjc@penarcreach.org](mailto:mjc@penarcreach.org)

[www.penarcreach.org](http://www.penarcreach.org)

📷 @pacmjc

📷 @mjc.jeunesse.pac

---