

L

E

MULTI

A

I

LOISIRS

LANESTER

O

N

Edito

Après un an au CA de M2L , j'ai rejoint le vendredi 21 septembre ma première activité à M2L , les Connaissances Générales , comme co-animateur avec Marie-Françoise .

Pour cette première séance , nous affichons complet , avec près de 20 personnes et les présentations sont faites simplement . Les participants se découvrent des origines différentes et très complémentaires .

Les personnes présentes qui ne se connaissaient pas tout de suite se tutoient , s'appellent par le prénom et échangent sur les thèmes à aborder .

Vers 10h15, on décide de prendre le café , sauf que personne n'y a pensé . Tout de suite Dominique propose de s'en occuper pour la prochaine séance .

On reprend rapidement et Marie-Françoise propose que notre activité devienne un ECG , pas celui du cardiologue avec test d'effort , mais un Echange de Connaissances Générales sans test de forts .

Trop vite il est 11h30 , et on a du mal à s'arrêter . Entre autres ce premier matin , nous avons résolu une énigme mathématique proposée par Annie , cherché la liste des céréales avec Sylvie , appris avec Marie-Françoise qu'un ballon de foot est un icosaèdre tronqué (1) et beaucoup d'autres choses .

En quelque sorte , tous les participants co-animent l'ECG et vont se retrouver dans une semaine pour parler et échanger simplement et modestement sur la période 1600 –1650 : rois de France , écrivains , grandes découvertes ...

Plusieurs sujets seront traités par séance , pour donner du souffle aux échanges : géographie , astronomie , physique , chimie , géométrie , littérature, histoireavec une approche toujours accessible à tous .

Je viens de découvrir ce qu'est vraiment **M2L , un lieu de convivialité ou les adhérents aiment se retrouver et échanger en toute modestie et en grande simplicité .**

Pas de vacances scolaires pour notre activité , et tout le monde en est enchanté , car nous sommes hébergés dans la salle de réunion du Ponton , mise à disposition par la mairie .

A par ça , M2L se porte bien , plus de 600 adhérents , dans près de 40 activités , avec un grand nombre de cours ou séances complets (sophrologie , yoga , langage des signes , déjeuners de Sarita , scrapbooking : pour les nouvelles activités) .

Et le Qi Gong qui affiche ses 5 cours presque complets avec un peu moins de 100 inscrits !

COUTURE

Cours du mardi après-midi et soir

La grande mode du faire soi-même c'est tendance. Tout le monde peut le faire pour dépenser moins, s'habiller sans se ruiner, créer, customiser, D I Y ou le « it et yourself », oui mais les tutoriels ne sont pas de bonne qualité et nous restons souvent bloqué sur un passage...

Afin que cela ne se reproduise plus et que vous puissiez être autonome très rapidement des cours de couture sont dispensés par Hervé LE HOUEDÉC, styliste. Il vous conseillera des techniques simples pour vous rendre la couture accessible.



Des cours ludiques et techniques suivant vos compétences et toujours dans la bonne humeur, parce qu'il n'y a rien de plus satisfaisant que de faire quelque chose de ses propres mains.

Les cours sont accessibles à tous, débutants ou confirmés.
Vous apprendrez à vous familiariser à :

- une machine à coudre
- un patron, le tracer
- couper son tissu
- assembler les pièces
- comprendre le vocabulaire
- avec les finitions.



Chacun vient avec son propre projet, son patron, son tissu...

Des machines à coudre sont mises à disposition par le Centre Social.

Afin d'apprendre les techniques, un projet commun est proposé sur lequel le groupe travaille une fois par mois. Ce qui permet à chacun d'avoir les mêmes informations et d'avancer ensemble pour sa réalisation.

La couture comme la peinture ou la musique est un art. Aussi, quel plaisir et fierté que de porter sa propre création.

Hervé LE HOUEDÉC

Auriez-vous obtenu votre Certificat d'études en 1959 ?

Calcul (noté sur 20 ; zéro éliminatoire)

(8 points) - Un cultivateur veut faire construire une cuve d'une contenance de 40 hl sur l'emplacement libre d'un hangar qui a la forme d'un rectangle de 2,3 m de long sur 1,7 m de large. Les murs de la cuve auront 20 cm d'épaisseur.

Quelles seront les dimensions intermédiaires de la base de la cuve ?

Quelle hauteur intérieure doit-on lui donner (à 1 cm près) ?

(12 points) - Un jardin est représenté sur un plan par un rectangle de 28 cm de long et 16 cm de large. Sa longueur réelle est de 112 m.

Quelle est l'échelle du plan ?

Quelle est la largeur réelle du jardin ?

Tout autour, et à l'intérieur du jardin, est tracée une allée sablée de 2 m de large. Quelle est la surface réelle de l'allée ?

La surface de l'allée sur le plan vaut une certaine fraction de la surface réelle de l'allée. Quelle est cette fraction ?

Calcul mental (noté sur 5)

Quelle est la surface en hectares, d'un terrain triangulaire de 250 m de base et de 200 m de hauteur ?

Combien coûtent 700 g de jambon à 10,50 NF le kg ?

Intérêts de 120 NF à 4 % pendant 6 mois ?

Un motocycliste fait 6 km en 12 mn. Quelle est sa vitesse en km/h ?

Combien de timbres à 0,25 NF peut-on obtenir avec 150 NF ?

Daniel

Où est passé l'euro ?

3 hommes prennent une chambre dans un hôtel. Le réceptionniste annonce la chambre à 30€.

Donc chacun donne 10€.

Un peu plus tard, le réceptionniste réalise que la chambre est en fait à 25€.

Il appelle le groom et l'envoie avec les 5€ chez les gars qui ont loué la chambre.

En route, le groom se demande comment il va partager les 5 € en 3.

Il décide de donner à chaque gars 1€ et garde 2€ pour lui.

Donc chacun des 3 gars a payé 9€ pour la chambre ; cela fait donc un total de 27€.

Ajoutons à ces 27€ les 2€ gardés par le groom ; cela fait 29€.

Où est passé l'euro ?

Daniel

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
9h à 11h Peinture / Huile (V.Gabourg) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> Planning au Centre social Albert JACQUARD </div>	9h à 11h Peinture (Marta Morica) 9h à 14h Les déjeuners de Sarita (1 fois par mois) 9h à 11h Pastel (V.Gabourg) 12h15 à 13h15 Gym Tonic	9h à 12h Art Floral (1 fois/mois)	9h à 11h Peinture à huile (V.Gabourg) 9h à 10h Anglais 10h à 11h Espagnol 9h45 à 10h45 Gymnastique d'Entretien 11h à 12h Stretching 12h15 à 13h15 Tonic	9h15 à 10h15 Gymnastique douce 9h à 12h Variations
13h45 à 16h Art du fil 14h à 16h Peinture/Soie 14h à 15h Anglais 15h à 16h Anglais 13h45 à 16h30 Scrabble 17h30 à 19h Yoga 19h à 21h30 Country 20h à 22h Peinture/Soie	14h à 15h30 Culture et langue bretonne (P.Riou) 13h30 à 15h30 Couture 14h à 17h Broderie 14h à 17h Danse écossaise 14h à 16h Gravure/Verre 19h à 21h Couture	14h à 17h Art Floral (1 fois/mois)	14h à 16h Peinture/Soie 14h à 16h Aquarelle (LDuret) 14h à 16h Gravure/Verre 19h30 à 21h30 Pastel (V.Gabourg)	14h à 16h Dessin (LDuret) 14h à 16h Gravure/Verre 13h45 à 16h30 Tricot-Main (2 fois/mois) 15h30 à 17h30 Encadrement 13h30 à 16h30 Couture Qi Gong 16h45 à 17h45 et 18h à 19h 19h15 à 20h15 18h à 20h Echecs (A.Pouliquan)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
9h30 à 11h30 Technique du portrait (S.Doda) <i>KFR</i> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> Extérieur Centre Social Albert JACQUARD </div>	9h à 11h Marche Dynamique 9h30 à 11h30 Emaux <i>KFR</i> Qi Gong - Quai 9 9h30 à 10h30 10h45 à 11h45	9h30 à 11h30 Aquarelle (G.Hubert) <i>KFR</i>	9h à 11h30 Scrapbooking (M.Jego)	9h30 à 11h30 Peinture Porcelaine <i>KFR</i> 9h à 12h Marche 9h30 à 11h30 Connaissances Générales (M.F.Carnot) <i>Ponton</i>	
14h à 16h Emaux <i>KFR</i> 17h à 18h15 Langage des signes (M.F.Pongéard) <i>KFR</i> 18h à 19h Anglais <i>KFR</i> 19h à 21h Tricot <i>KFR</i>	14h à 17h Marche détente 14h à 16h Peinture/Porcelaine <i>KFR</i> 14h30 à 15h30-16h30 à 17h30 Sophrologie (M.Gouzian) <i>Ponton</i> 17h à 18h15 Langage des signes (M.F.Pongéard) <i>KFR</i> 18h30 à 19h30 Sophrologie <i>Ponton</i>	14h à 16h Peinture/Porcelaine <i>KFR</i>	14h à 17h Vélo Poterie Mosaïque <i>KFR</i> 14h à 16h 16h à 18h 18h à 20h	14h à 16h Peinture/Porcelaine <i>KFR</i> 19h30 à 21h30 Emaux <i>KFR</i>	14h30 à 16h30 Orthographe <i>L'EsKale</i>

- Aquarelle
- Pastel
- Dessin
- Peinture / Huile
- Peinture sur porcelaine
- Peinture sur soie
- Couture mardi
- Qi Gong
- Sophrologie
- Yoga
- Breton
- Langage des signes
- Technique du portrait
- Gymnastique
- Emaux sur cuivre
- Gravure sur verre
- Poterie, Mosaïque
- Anglais, Espagnol

Adhésion 15€

Tarifs: Activités

Tarif A 165€ ou 3 fois 55,00€
 Tarif B 123€ ou 3 fois 41,00€
 Tarif C 96€ ou 3 fois 32,00€
 Tarif D 51€ ou 3 fois 17,00€

Pour l'application des tarifs B,C,D s'adresser à la comptabilité le mardi matin avec le dernier avis d'imposition.



- Broderie
- Tricot main
- Couture vendredi
- Scrabble
- Art du fil
- Scrapbooking
- Echecs
- Echange de Connaissances Générales

Participation aux frais de fonctionnement
 45€ ou 3 fois 15€

- Encadrement (2 fois par mois) 20€ l'année.
- Les déjeuners de Sarita 10€ la séance.
- Art Floral, Country et Danse écossaise 75€ ou 3 fois 25€.
- Orthographe 15€ l'année.