

**PROJETS
ÉCHANGES
DÉVELOPPEMENT**

L'ESPACE DE VIE SOCIALE DE PLOUGASNOU



Plus d'infos sur les animations sur notre site :
projets-echanges-developpement.net



Nous rencontrer

17 rue François Charles / Plougasnou



Contact & Inscriptions

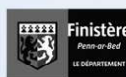
Yann / Coordination : 06 51 11 94 20

contact@projets-echanges-developpement.net

Mailove / Animation : 06 38 02 02 70

animation@projets-echanges-developpement.net

Nos Partenaires



Les temps d'accueil



(hors vacances scolaires)

CAFÉ DÉBROUILLE (MARDI / 10H - 14H)

Un temps consacré à l'échange de savoirs, astuces du quotidien (réparations, fabrication maison, ...) ou simplement pour discuter autour d'un café ... ou autre

➔ **Repas partagé (Auberge Espagnole)**
1/mois à 12h30 / 7 avril / 12 mai / 23 juin

Quelques temps-forts :

- * **7 avril** : Fabriquer ses éponges en tissu
- * **5 mai - 9 juin** : RDV couture mensuel
- * **12 mai** : Café Défis 0 déchet 
- * **19 mai** : Jardinage à PED 
- * **26 mai** : Résoudre les problèmes techniques d'un ordinateur

MERCREDI / 10H - 12H

Un nouveau créneau d'ouverture pour tous à construire ensemble

Les animations prévues :

- * **29 avril, 6 mai, 27 mai, 24 juin** :
«Coup de pouce numérique»
sur ordinateur, tablette ou smartphone
- * **13 & 27 mai** :
Préparation de la fête du Printemps / Déco

LE CAFÉ TROC - 1 SAMEDI / MOIS

Un temps d'échange et de partage le 1er samedi du mois de 10h30 à 13h au 39 rue de Primel, à côté de la salle municipale

* **Samedi 4 avril & 6 juin**

CAFÉ SOCIAL CLUB (JEUDI / 15H - 18H)

Accueil autour d'un café, d'une crêpe pour papoter, créer et passer du bon temps.

Quelques temps forts déjà programmés :

* **2 avril** : Commission pour préparer les fêtes de PED (17h)

* **9 avril** : Présentation de Morlaix covoiturage 

* **30 avril** : Jeu de Géolocalisation (Géoguesser)

* **7 mai** : «Dessinons ensemble» avec **Peter Zalay**

* **21 mai** : Atelier économie d'eau et d'énergie avec 
Nolwenn Ragel (Agence HEOL)

* **28 mai** : Préparation Fête du Printemps

* **4 juin** : «Café Papote Transition» 

* **11 juin** : Présentation «Les jardins de Chaumont »
avec **Aline Rutily de «Paysage et patrimoine sans frontière»**

* **18 juin** : «Dessinons ensemble» avec **Peter Zalay**

* **25 juin** : Plateau radio avec un habitant

☞ *Faites-nous signe si vous souhaitez partager une passion ou mettre en avant une pratique sur ces temps d'accueil*

Les «Réparades»

Entretenir, diagnostiquer ou réparer les pannes des objets de notre quotidien.

* Dimanche 26 avril de 10h à 13h
à l'atelier du jardin de PED

**SPECIAL
OUTILS DE JARDIN**

* Dimanche 7 juin de 10h à 13h
à l'atelier du jardin de PED

**SPECIAL
VELO**

**Le
printemps
des
transitions**

*du 29 mars au 7 juin 2026
sur le territoire de
Morlaix Communauté*

*Les animations inscrites au programme
sont marquées du symbole *

Atelier d'écriture

Un temps ludique, une fois par mois dans les cafés du coin, laissez aller les mots, accompagné par des passionnés

* **Samedi 18 avril** / 15h-17h / La Part des Anges à Primel avec **Jacqueline Meudec**

* **Samedi 23 mai** / 15h-17h / La Part des Anges à Primel avec **Christine Bon**

* **Samedi 27 juin** / 15h-17h / La Part des Anges à Primel avec **Marie-France Bechen**

Evènements

* PHOTO - CONCERT

Samedi 18 avril / 20 h / Salle Municipale
Projection des photos d'Irlande de Patrick Beaurain accompagnée par le groupe de musique Celtique de PED / Prix Libre / Buvette

Fête du printemps

Samedi 30 mai de 11h à 17h

Grande scène ouverte / Jeux

Blind-Test / Troc de plantes

Petite restauration locale / Buvette

et d' autres surprises ...

Le programme complet début mai !

* ATELIER & SPECTACLE DE DANSE

Samedi 6 juin

Avec 12 danseurs de la Compañie "Océane"

Atelier : 13h30 -16h30 pour 12 participants

20 € / personne ou 20 € pour un couple

"parent-enfant"

Spectacle : "Osmose" à 18h

Ouvert aux participants à l'atelier et aux spectateurs

Balades - Rencontres

* **Vendredi 22 mai / 10h-14h**

Visite guidée de l'antenne du Musée de Morlaix
à la Manufacture + pique-nique

* **Vendredi 29 mai / 10h-14h**

Visite de l'école de Voile et apprendre les noeuds
marins avec Naoy David. + pique-nique

* **Vendredi 26 juin / 10h - 16h / Roscoff**

Programme en cours + pique-nique

Enfance - Famille

À LA RÉSIDENCE AUTONOMIE

* **le 27 mai et le 8 juillet à 10h30**

Lecture de contes et légendes locales par
Françoise Lemaitre avec les enfants de Kéravel

Adultes

JOUER AVEC LES MOTS

* **Judi 9 avril à 18h / Local PED**

"Faire deviner à votre partenaire des mots mystères"
Avec **Nicole Jeunet**

IMPRO

* **Samedi 11 avril / 14h-17h**

Atelier de découverte du théâtre d'improvisation
avec **Anne-Marie Langaney de la Drim-Tim**
Prix libre et conscient

DICTÉE

* **Mercredi 10 juin / 17h30**

Dictée «parodique» avec le « **Professeur Alpha Bête**»

LECTURE A VOIX HAUTE

* **Samedi 13 juin de 16h30 à 18h**

Espace Douarmana (Mx) / Places Limitées
Lecture de poèmes et autres textes du poète,
voyageur, journaliste et photographe **Patrice Monfort**
par **Sophie Le Corre** avec la participation de
Mireille Monfort.

Bien-être

RELAXATION

Une séance / mois : Les mercredis de 17h30 à 19h
22 avril / 13 mai / 23 juin.

Avec **Marie-José Yvinec**, pneumologue, sophrologue.
Un temps pour découvrir des exercices de relaxation.

SHIATSU

Le shiatsu est un massage japonais utilisant les pressions des doigts et des mains. Il se pratique habillé au sol sur futon ou sur une chaise.

- Salle Omnisports (dojo) / le mercredi : 9h-10h30
8 avril - 13 mai - 10 juin
- Salle Omnisports (vitrée) / le jeudi : 17h-18h30
16 avril - 21 mai - 18 juin

* Les massages sont à prix libre et dispensés par des bénévoles. étudiants comme praticiens de shiatsu / Places limitées / Réservation obligatoire

CONFERENCE

* Jeudi 7 mai à 18h00 à la Maison des associations
"Le lien nature et humain" avec **Charline Le Corre**
Gratuit

«BAIN DE FORÊT»

* **Samedi 20 juin / 13h30-16h30**
Découvrir le Shinrin Yoku, au travers d'une immersion sensorielle en forêt. Avec **Charline Le Corre**.
Prix libre et conscient

Infos PED

- 💧 Adhésion annuelle de **5 €** minimum nécessaire pour participer aux ateliers (**Places limitées / Inscriptions obligatoires**)
- 💧 **Les lieux des activités seront précisés à l'inscription**
- 💧 Pour recevoir la **news-letter** envoyez un mail à : contact@projets-echanges-developpement.net

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

* Mercredi 6 mai / 18h à la Petite salle Municipale