






LUNDI

2


 **10h-11h30** : Apprendre le français


 **10h-12h** Venez découvrir le Bénévolat en partenariat avec Noz deiz & France Bénévolat

 **14h - 16h**: Projet des visites à domicile


MARDI


3


 **10h - 11h30** : Atelier d'écriture "auto-louanges" avec Muriel et Florence

 **14h - 17h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous)

 **14h - 16h** : Jeux et Mah Jong

 **14h - 16h** : Bénévoles CLAS YJH


 **15h - 17h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis


 **17h - 19h** : Soirée de restitution Journal "Tous Citoyens" aux Cordeliers (sur inscription)

MERCREDI

4

 *Bon de commande achat groupé jusqu'au 11 février*


 **10h - 12h** : Dictée

 **14h - 15h30** : Fabrik' à Fun création maison en carton


JEUDI


5


 **9h30 - 11h**: Petit déj' des bénévoles


 **9h - 17h**: Rencontre visites à domicile à Louvigny du Désert, départ mini-bus

 **14h - 15h30** : Apprendre le français

 **14h - 16h** : Chant-guitare


 **15h - 17h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis


 **15h - 18h** : Venez préparer vos recettes de consolation pour le banquet du café mortel


 **18h30** : Café Mortel : Cuisine de consolation Salle Schuman


VENDREDI

6

 **9h30 - 12h30** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous)

 **9h30 - 11h30** : **La cabane à bulles** Lieu d'Accueil Enfants Parents (maison des associations)

 **14h - 16h** : Activités manuelles

 **14h** : Rencontre projet "illettrisme"

SAM/DIM

7/8

ACHATS GROUPÉS DE LÉGUMES :

Commande du 4 au 11 février. Retrouvez le bon de commande à l'accueil

Livraison le 17 février de 16h à 19h à la salle de la Source



LE VÉHICULE TI 5 BIS

Accueillir ou être accueilli ? Retrouvez nous près de chez vous avec le Ti 5 Bis ! Attention, **changement d'horaires** jusqu'au 29 mars place St Jean et aux Iles Bretonnes



Place Saint Jean (mardi **15h-17h**) : 3 février
Iles Bretonnes (jeudi **15h-17h**) : 5 février
Place René Pleven (mardi **10h-12h**) : 10 février
Eplanade de la Résistance (jeudi **10h-12h**) : 12 février

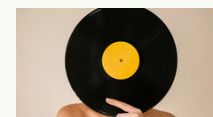
LES ÉVÉNEMENTS DU MOIS

Jeudi 5 Février dès 15h

CAFÉ MORTEL- La Cuisine dès 15h : Venez cuisiner un plat qui évoque pour vous un être cher disparu, en vue du banquet.

Atelier du 5 Bis, sur inscription

18h30: Café mortel avec Stéphanie Schwartzbrod, autrice de La cuisine de consolation suivi d'un banquet mémoriel- **Salle Schuman**,



Vendredi 13 février - 20h30

BLIND TEST DE l'Atelier du 5 Bis

avec et au LABO
Spécial Vendredi 13 !
Sur inscription

Dimanche 22 février, 14h-17h :

CARNAVAL DE DINAN


Un parcours en musique dans Dinan sur le thème des dessins animés organisé par l'association Les Muses



DE NOUVEAUX SERVICES ARRIVENT AU 5 BIS :

Le **Centre communal d'Action sociale** depuis le 5 Janvier

Un **Espace France Services** pour un soutien dans vos démarches administratives : ouverture le 2 février

 *Echanges de savoir faire*



notre brochure



La plupart des actions sont **sur inscription**.

Ce programme est établi en collectif et est susceptible de modifications

Renseignez vous à l'accueil, par mail initiatives@dinan.fr ou par téléphone **02 96 39 38 21**

Facebook **Atelier du 5 Bis - Centre Social DINAN**



LUNDI

MARDI


MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAM/DIM


9

 **10h-11h30** : Apprendre le français




14h -16h : Tous et Go !
Préparation de l'évènement


10

 **10h - 12h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis

 **10h - 11h30** : Yoga respiratoire

 **10h - 12h** : Projet des visites à domicile

 **14h - 16h** : Jeux et Mah Jong

 **14h - 17h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous)

11



9h45 - 12h : Café sophro, sur tirage au sort, 1€



14h - 16h : Pâtisserie sans gluten



14h30 - 17h : Ateliers pour s'orienter - parcoursup

12



10h - 12h : Accueil au véhicule Ti 5 Bis



10h - 12h : Le temps des histoires (bénévoles)



14h - 15h30 : Apprendre le français



14h - 16h : Fabrication de bracelets



14h-16h30 Atelier découverte pour les bénévoles : Mieux comprendre les institutions

13



9h30 - 12h30 : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous)



9h30 - 11h30 : La cabane à bulles Lieu d'Accueil Enfants Parents (maison des associations)



10h - 12h : Projet seniors (exposition)



14h - 16h : Bénévoles CLAS YJH



14h - 16h : Activités manuelles



20h30 : L'Atelier du 5 Bis fait son Blind test au Labo

14/15

UNE SORTIE CULTURELLE ?

Vous connaissez l'association Culture Zatous ? Leur objectif : faciliter l'accès à la culture pour toutes et tous avec notamment la mise en place d'une billetterie solidaire.

→ Quelques places pour des spectacles vous sont proposées via l'Atelier du 5 Bis.

En février et sur Dinan Agglomération :

Spectacle Ce que je veux dire (Danse et Théâtre)
mercredi 11 février à 20h30 à la salle polyvalente d'Auceauc

Plus de renseignements à l'Atelier du 5 Bis, sous réserve de places disponibles



LES "VISITEURS DU 5 BIS"

Suite à la création de l'**isolentomètre**, nous accompagnons un groupe d'habitants qui se mobilise **contre l'isolement en proposant des visites de convivialité**.

Ce sont des moments de rencontres à domicile, réalisés par un binôme de bénévoles du centre social, visant à offrir écoute, présence et échanges chaleureux aux personnes de plus de 60 ans.

Si vous connaissez des personnes qui souhaiteraient de la visite, n'hésitez pas à en parler autour de vous afin que nous organisions la rencontre ! Créneaux possibles un lundi après-midi et un mardi matin tous les 15 jours.



ZOOM SUR LA JEUNESSE :

Les inscriptions sur parcoursup sont ouvertes !

En février, 3 permanences sont proposées pour réfléchir à son orientation et s'inscrire sur la plateforme parcoursup.

Venir avec son matériel de préférence, ouvert à tous les jeunes concernés par parcoursup cette année

Mercredi 11, mardi 24 et mercredi 25 février 14h-16h30.

La **structure Info Jeunes** accompagne les jeunes de 14 à 30 ans dans leurs réflexions, leurs besoins, leurs projets. L'animatrice est disponible sur rdv à l'Atelier du 5 Bis ou sur instagram : @noemie_du_5_bis



LES VACANCES D'ÉTÉ

Des envies de partir en vacances cet été ? Des aides sont possibles à l'Atelier du 5 Bis...Les dossiers sont à déposer d'ici mars. Venez vous renseigner !



notre brochure



La plupart des actions sont **sur inscription**.

Ce programme est établi en collectif et est susceptible de modifications

Renseignez vous à l'accueil, par mail initiatives@dinan.fr ou par téléphone **02 96 39 38 21**

Facebook **Atelier du 5 Bis - Centre Social DINAN**



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAM/DIM


Vacances d'Hiver

Activités en autonomie à partir de 14 ans.

Les enfants et jeunes de moins de 14 ans doivent être accompagnés d'un adulte


16


 **10h-11h30** : Apprendre le français

 **10h** : Programmation des activités des échanges de savoir pour le mois de mars

17

 **14h - 16h** : Jeux et Mah Jong

 **14h - 17h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous)


 **14h** Préparation des paniers de l'achat groupé, salle de la Source


18

19


 **10h - 12h** : Rencontre des aidants

 **10h - 14h** : Brunch des échanges de savoirs

 **14h - 15h30** : Apprendre le français

 **15h - 17h** : Chant-guitare EHPAD Le Connétable

20

 **9h30 - 12h30** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous)

21/22

Spécial Vacances

14h30 - 16h30 : Just Dance Spécial Cartoons
Venez vous défier sur un Just dance enflammé, suivez le rythme , revisitez vos classiques de Cartoons, dans cette semaine de préparation du Carnaval

A partir de 5 ans,
Sur inscription



Spécial Vacances

14h15- 17h:

Curieuse découverte

Montez dans le minibus, et laissez vous tenter par la surprise autour d'une découverte du territoire

A partir de 5 ans, 2,50 €
Sur inscription

14h-16h30

Initiation au jeu de rôles : Voyage en Terres Sombres

Qui a saboté la machine qui assombri les terres sombres?? Venez mener l'enquête pour le découvrir et pourquoi !?

A partir de 14 ans.
Sur inscription

Spécial Vacances

14h30- 16h30:

Pâtisserie de carnaval cupcakes et meringues avec Baby & Sens

1,2,3 Pâtissons et créons ensemble un merveilleux goûter

A partir de 4 ans,1€
Sur inscription



Spécial Vacances

14h30- 16h30: Préparons les décorations du char du 5 Bis pour le carnaval

Un atelier créatif pour préparer toutes les décorations qui vont ornées le char Dimanche
Sur inscription

17h30-18h30 Histoires toute douce

En partenariat avec la Bibliothèque, un temps en famille, à écouter des histoires avec les doudous.

A partir de 2 ans, à la Bibliothèque.

Spécial Vacances

14h30- 16h30:

Décorons le char de l'Atelier du 5 Bis pour le carnaval

Tous à coller, préparer et décorer notre super char vélo cargo
Sur inscription



Spécial Vacances

DIMANCHE 22

14h - 17h : Carnaval de Dinan porté par l'association les Muses

Départ à 14h Square des Dinantais
Arrivée prévue vers 17h, Esplanade de la Fraternité

Venez nous retrouver sur notre char déguisé sur le thème des cartoons





LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI


SAM/DIM

Vacances d'Hiver





Activités en autonomie à partir de 14 ans.

Les enfants et jeunes de moins de 14 ans doivent être accompagnés d'un adulte


23


 **10h-11h30** : Apprendre le français

24

 **14h - 16h** : Jeux et Mah Jong
 **14h - 17h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous)
 **14h - 16h** : Peinture expressive et intuitive
 **14h30 - 17h** : Ateliers pour s'orienter - parcoursup

25



 **9h30 - 10h30** : Gym douce

 **14h30 - 17h** : Ateliers pour s'orienter - parcoursup

26

 **14h - 16h** : Initiation à la calligraphie Arabe
 **14h-15h30** : Apprendre le français

27

 **9h30 - 12h30** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous)
 **14h - 16h** : Libre pensée "La société de nos jours"

28

Spécial Vacances

**14h00 - 16h30 :
Petite randonnée**

à la découverte de la cité d'Alet à Saint Malo

A partir de 3 ans,
Sur inscription
2€



Spécial Vacances

**10h00 - 11h30 :
Contes & peinture pour les
pieds et les doigts
avec Baby & Sens**

Venez écouter des histoires pour les illustrez sur une grande fresque

Pour les familles et les enfants
3-6 ans
Sur inscription
1€



Spécial Vacances

**14h30 - 16h30 :
Initiation Magie**

Avec Clément, roi de la magie, venez apprendre quelques tours.

A partir de 9 ans
Sur inscription



Spécial Vacances

**14h30 - 16h30 :
Activités multi-sports**

Poull Ball, Tchouk Ball, venez découvrir de nouveaux sports en partenariat avec l'UFOLEP.

Rendez vous à la Maison des Associations

A partir de 7 ans
Sur inscription
1€



Spécial Vacances

**14h30 - 17h :
Grand jeu en Famille
Quizz Loufoque**

Venez vous défier sur des quizzes et défis loufoques en équipe ! Qui gagnera le grand jeu de l'Atelier du 5 Bis?

A partir de 6 ans
Sur inscription



Spécial Vacances

