



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 - 16h : 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 Plevien (mardi 10h-12h) : 10 février
Esplanade de la Résistance (jeudi 10h-12h) : 12 février

Echanges de savoir faire



notre brochure



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

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



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



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAM/DIM

9

10h-11h30 : Apprendre le français
 14h -16h : Tous et Go ! Préparation de l'événement

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'Aucialeuc

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

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

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



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

Activités en autonomie à partir de 14 ans.

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

Spécial Vacances

14h30- 16h30:
Préparons les décos du char du 5 Bis pour le carnaval
Un atelier créatif pour préparer toutes les décos qui vont orner 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



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

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

Spécial Vacances

14h00 - 16h30 :

Petite randonnée

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

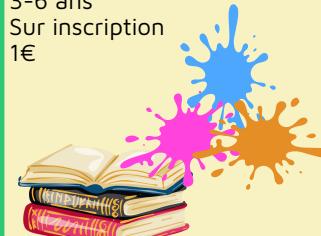
A partir de 3 ans,
Sur inscription
2€



- 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€



25

- 9h30 - 10h30 : Gym douce

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

Spécial Vacances

Spécial Vacances

- 14h30 - 16h30 :
Initiation Magie

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

A partir de 9 ans
Sur inscription



26

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

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€



27

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

Spécial Vacances

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

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

A partir de 6 ans
Sur inscription



28

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