



PATRONAGE LAÏQUE DE LAMBÉZELLEC

SAISON 2026 - 2027

SOMMAIRE

- 03 Patronage** Laïque de Lambézellec
- 05 Accueil** des enfants
- 07 Activités sportives** enfants
- 09 Sport santé** bien être
- 11 Activités sportives** adultes
- 13 Activités** culturelles
- 16 Infos** pratiques
- 17 Recherche** bénévoles

LE MOT

du conseil d'administration

Le PLL est un lieu vivant de rencontre et de partage à Lambézellec et Kéréderm, véritable pilier social et culturel du quartier.

Ouvert à toutes et tous, il offre un espace chaleureux pour apprendre, créer et échanger.

Grâce à nos bénévoles et partenaires, nous proposons des activités variées pour tous les âges : ateliers, sports, culture, et plus encore.

Parcourez cette plaquette pour découvrir nos actions et rejoignez-nous pour faire vivre ce lien collectif.

Continuons à faire de nos quartiers des lieux dynamiques et solidaires

Bonne saison 2025-2026

PATRONAGE LAÏQUE

de Lambézellec

UN PROJET ASSOCIATIF COHÉRENT ET PORTEUR DE SENS

Association d'Education Populaire, nous invitons tous les hommes et les femmes à s'associer pour débattre et agir afin de :

- Permettre à chacun de comprendre la société dans laquelle il vit, de s'y exprimer et agir en citoyen.
- Développer des initiatives collectives favorisant l'épanouissement le plus large des personnes par un égal accès de tous à l'éducation, à la formation professionnelle, à la culture, à la communication, au sport, aux vacances et aux loisirs.
- Faire vivre la laïcité, principe constitutionnel et valeur universelle qui implique la reconnaissance de l'égale dignité de chaque être humain.

LES ANCRAGES DU PROJET

ÉDUCATION afin de favoriser l'épanouissement de chacun, encourager l'autonomie plutôt que les comportements consommateurs, développer l'esprit critique, permettre à tous de découvrir, d'expérimenter, de mieux comprendre leur environnement et d'agir en citoyens.

MIXITÉ afin de favoriser la rencontre entre les publics, les habitants du quartier, encourager les échanges entre personnes de milieux, de cultures et de générations différentes, et créer du lien à travers la diversité.

LIEN SOCIAL afin que notre association soit un espace d'échanges, de mise en lien, d'apprentissage du vivre ensemble, de solidarité... lutter contre l'exclusion, l'isolement...

EXPRESSION afin de favoriser la prise de position de chacun, de permettre le débat, la confrontation d'idées, l'échange... laisser s'exprimer les différences... rendre accessible l'information...

QUELQUES CHIFFRES

+ **30** Sections + **882** Adhérents

+ **312** Sportifs + **337** Enfants & jeunes

+ **119** Bénévoles & professionnels

RECHERCHE BÉNÉVOLES

Vous avez envie de vous investir dans une association et de contribuer à la vie de votre quartier ?

Nous recherchons des bénévoles motivés pour s'impliquer dans nos activités et projets.

Que vous ayez quelques heures par semaine ou davantage à offrir, votre engagement compte et peut faire la différence.

REJOIGNEZ-NOUS !

CONTACT

☎ 02.98.03.05.02

✉ pll.secretariat@orange.fr



ACCUEIL *des enfants*

CRÈCHE « BOUT DE CHOU »

DE 2 MOIS 1/2 À 4 ANS

Une équipe de professionnels qualifiés accompagne les enfants en petits effectifs tout au long de leur journée à la crèche, de l'accueil matinal jusqu'au départ. L'épanouissement de chaque enfant et la prise en compte de sa personnalité unique constituent le cœur de leur mission.

La structure bénéficie également de l'intervention d'experts spécialisés : conteuse, psychologue, médecin, kinésithérapeute pédiatrique et animatrice en éveil corporel, qui enrichissent l'accompagnement proposé aux enfants.

 du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30

€ 10 € par famille + prix journée en fonction du QF

Contact : Sabine 02.98.47.64.48- plambe-creche@wanadoo.fr

ACCUEIL DE LOISIRS

DE 3 À 11 ANS

Les animateur-ric-e-s, toutes et tous formé-e-s au BAFA, accueillent les enfants les mercredis et pendant les vacances scolaires. Un service de garderie est également proposé le matin et en fin de journée.

Accueil de loisirs

 8h30 - 18h00

€ 10 € par enfant + prix journée en fonction du QF

Garderie

 de 7h30 à 8h30 et de 18h00 à 19h00

€ 1.5 € par garderie

Contact: PIERRE

02.98.03.05.02

Dossier d'inscription à retirer à l'accueil du PLL.



Le dossier doit être complet pour que votre enfant puisse être accueilli.

SECTEUR JEUNESSE

DE 11 À 25 ANS

Le PLL, par le biais de son équipe jeunesse, est engagé dans les espaces de concertation pour contribuer à l'élaboration de ce système de coéducation. Le rôle des animateurs jeunesse est d'intervenir dans le champ de l'animation socio-éducative ce qui revient à utiliser des actions collectives ou individuelles pour accompagner et pour répondre aux attentes et aux besoins des jeunes en termes de loisirs et d'animations.

L'équipe d'animation jeunesse base son intervention au local jeunesse du patronage laïque (accueil des 11/18 ans - 16/25 ans).

Accompagnement scolaire

- 📅 lundi, mardi, jeudi et vendredi - 16h30 - 18h30
- 💶 adhésion 10€ par enfant/jeune

Contact Marie Laure

06.78.07.39.30 - pll.jeunes@wanadoo.fr

La fiche d'inscription est à compléter et l'adhésion est obligatoire.

Gymnase - Futsal Féminin

- 📅 Vendredi 19h00-20h30 - Futsal féminin
- 💶 adhésion 10€ par enfant/jeune

Contact Huda

markanihuda@hotmail.com

Suivez-nous !



PLL jeunesse
[@pll.jeunesse](https://www.facebook.com/pll.jeunesse)



ACTIVITÉS SPORTIVES

des enfants

HANDBALL PREMIER PAS

DE 4 À 7 ANS

Lieu : Gymnase de Lanroze

-  Mercredi de 16h30 à 17h30
-  Samedi de 11h00 à 12h00
-  122 €

Contact Quentin MELENNEC
06.13.65.21.30

HANDBALL

-9 MIXTE : DE 7 À 9 ANS

Lieu : Gymnase de Lanroze

-  Mercredi de 16h30 à 17h30
-  Samedi de 11h00 à 12h00
-  122 €

Contact Quentin MELENNEC
06.13.65.21.30

Suivez-nous !



ÉVEIL SPORTIF

DE 3 À 5 ANS

Lieu : Gymnase de Lanroze

-  Samedi de 9h30 à 10h15 - 4/5 ans
-  Samedi de 10h15 à 11h00 - 3 ans
-  122€

Contact : 06.73.98.25.92

ÉCOLE DE SPORTS

DE 6 À 8 ANS

Lieu : Gymnase de Lanroze

-  Samedi de 11h00 à 12h00
-  122€

Contact : 06.73.98.25.92

FOOTBALL

ECOLE DE FOOT À PARTIR DE 5 ANS

Lieu : Terrain de Lanroze ou au stade Robert Arnault (Kerallan)

 Mercredi, vendredi, samedi
(horaires en fonction de la catégorie)

€ 85 € - U6 à U13
95 € - U14 à U19

Contact : Pierre TROADEC - 06.73.98.25.92

Suivez-nous !



PLL foot informations

@pllfootball



SPORT SANTÉ

Bien-être

YOGA CISE

Lieu : Salle polyvalente du PLL

- € **Adhésion de 41€**
 - + Carnet 10 séances à 42€
 - + Carnet 20 séances à 82€
 - + Carnet 30 séances à 121€

 **Lundi de 18h45 à 20h15**

Contact : Gergana GRALL - 06.66.73.77.07

ACTIVITÉ PHYSIQUE D'ENTRETIEN

Lieu : Salle polyvalente du PLL

- € **Adhésion de 41€**
 - + Carnet 10 séances à 42€
 - + Carnet 20 séances à 82€
 - + Carnet 30 séances à 121€

 **Mardi de 9h30 à 10h30**

 **Jedi de 9h30 à 10h30**

Contact : Quentin MELENNEC - 06.13.65.21.30

SPORT SANTÉ PISCINE

Lieu : Piscine Buisson

- € **Adhésion de 41€**
 - + Carnet 10 séances à 42€
 - + Carnet 20 séances à 82€
 - + Carnet 30 séances à 121€

20 places

 **Vendredi de 11h45 à 12h30**

Contact : Laurence Mercier - mercilaur@gmail.com

STRETCHING POSTURAL

€ 160 € l'année

- 📅 Lundi 19h00 à 20h15 - École Simone Veil
- 📅 Mercredi 14h00 à 15h15 - Maison de retraite de Poul Ar Bachet
- 📅 Vendredi 18h à 19h15 - Ecole Ferdinand Buisson

Contact : Catherine Pellen Potin - pellencatherine@gmail.com

SPORT SANTÉ

SPORT SUR ORDONNANCE

Lieu : Salle polyvalente du PLL

€ **Adhésion de 41€**
+Carnet 10 séances à 42€
+Carnet 20 séances à 82€
+Carnet 30 séances à 121€

- 📅 Mardi de 10h00 à 12h00
- 📅 Jeudi de 10h00 à 12h00

Contact : Pierre TROADEC - 06.73.98.25.92

PILATES

Lieu : Salle polyvalente du PLL

€ **Adhésion de 41€**
+Carnet 10 séances à 42€
+Carnet 20 séances à 82€
+Carnet 30 séances à 121€

- 📅 Mercredi de 18h30 à 19h30
- 📅 Jeudi de 13h45 à 14h45

Contact : Mireille BILIRIT - bilirit.mireille@sfr.fr



ACTIVITÉS SPORTIVES

Adultes

FOOTBALL

Lieu : Terrain de Lanroze ou au stade Robert Arnault (Kerallan)

€ TARIFS

Seniors : 130€
Loisirs : 100€



Mercredi et vendredi

(horaires & jours en fonction de la catégorie)

Contact : 06.73.98.25.92

Suivez-nous !



PL foot informations
@pllfootball

SECTION FUTSAL

Lieu : Gymnase de Kéréderm



Mardi de 17h00 à 18h30 - 11 à 15 ans



Jeudi de 17h00 à 18h30 - 16 à 25 ans



Tarif : S'adresser à un animateur

Contact : Julien - julienplambe@gmail.com

MULTISPORT

LOISIRS



Lieu : Gymnase de Lanroze



Lundi de 20h00 à 22h00



80€

Contact : Philippe GOUTORBE
phil-vero.goutorbe@orange.fr

Suivez-nous !



PL LAMBE Multisports Adultes

HANDBALL

Le PLL-PLCB est une section créée en 1964, qui compte, de nos jours, plus de 200 licenciés dont une cinquantaine de bénévoles.

Lieu : Gymnase de Lanroze, Bellevue, Pen-Ar-Streat ou Cavale Blanche

€ -18 : 130€
+18 : 200€
Dirigeants et arbitres : 22€

 **Entraînements**
du lundi au vendredi

 **Compétitions**
le samedi et/ou dimanche

Contact : Quentin MELENNEC - 06.13.65.21.30

Suivez-nous !



TENNIS DE TABLE

Lieu : Salle polyvalente du PLL

 Lundi de 20h15 à 22h30
 Mercredi de 20h00 à 22h30
€ 85€

Contact : Marcel LE GOASDUFF - marcel.legoasduff@gmail.com
07.81.39.48.93

ACTIVITÉS CULTURELLES

PEINTURE CARRÉ D'ART 29

Lieu : Salle de peinture du PLL



Jeudi de 14h00 à 17h00



- 18 ans : 48€

+ 18 ans : 77€

Contact : Jean KERZREHO - jkerzreho@wanadoo.fr

DANSE COUNTRY

Lieu : Salle polyvalente du PLL



TARIFS

- 18 ans : 30€

+ 18 ans : 60€

Duo : 100€



Lundi de 14h à 16h pour les novices (2 ans)

Jeudi de 18h30 à 19h30 pour les débutants



de 19h45 à 20h45 pour les novices (2 ans)

de 21h00 à 22h15 pour les intermédiaires

Contact : Mme LE GOFF Jocelyne / M. AUTRET Valentin
millsvaley29@gmail.com

PEINTURE SUR PORCELAINE

Lieu : Salle de peinture du PLL



Mardi de 14h00 - 16h00



220€

Contact : Christiane Billon - 02.98.47.28.25

THÉÂTRE D'IMPRO

Lieu : Hall du PLL

 Mardi de 19h30 à 21h30
 235€

Contact : Hugo LABORY - 06.43.19.66.51

PHOTO ARGENTIQUE

Lieu : Salle du PLL labo photo

 **TARIFS**
-18 ans : 48€
+18 ans : 77€
Dirigeants : 22€

 Mercredi de 18h15 à 19h45

Contact : Nathalie LE CAM - 06.62.42.60.28

JEUX DE STRATÉGIE

Lieu : Salle du PLL

 Mardi 18h00 - 23h00
 -18 ans : 48€
+18 ans : 77€

Contact : Alain - 06.08.64.58.85



MAQUETTES

Lieu : Salle peinture du PLL

€ TARIFS
15 €



Lundi de 14h00 à 17h00

Samedi de 14h00 à 17h00

Contact :

JEUX DE ROLES

Lieu : Salle peinture du PLL

€ TARIFS
15 €



Contact :

INFOS PRATIQUES

HORAIRES D'ACCUEIL

Lundi : 9h00-13h00

Mardi : 9h00-12h00 / 14h00-17h00

Mercredi : 8h30-12h00 / 13h30-18h00

Jeudi : 9h00-12h00 / 14h00-17h00

COMMENT AVOIR SA LICENCE ?

Pour vous inscrire, il faut :

- 1/ Se présenter à l'accueil - 4 rue du Lannoc, Brest
- 2/ Régler la cotisation pour l'activité pratiquée : chèque, espèces, helloasso, ANCV, coupon sport
- 3/ Fournir son numéro d'allocataire CAF ou autre régime si nécessaire
- 4/ Fournir un certificat médical pour les activités corporelles si besoin

Suivez notre actualité
sur www.pilambe.fr



OÙ NOUS TROUVER ?



Patronage Laïque de Lambézellec

4 rue du Lannoc, Brest, 29200

02 98 03 05 02

Suivez-nous !



Patronage Laïque de Lambézellec
@patronagelaiquedelambezellec

PATRONAGE LAÏQUE DE LAMBÉZELLEC

4 rue du Lannoc - 29200 BREST

02.98.03.05.02

pll.secretariat@orange.fr

www.pllambe.fr

Suivez-nous !



Patronage Laïque de Lambézellec
[@patronagelaiquedelambezellec](https://www.instagram.com/patronagelaiquedelambezellec)