



Patronage Laïque de Lambézellec

2023-2024

Retrouvez-nous sur les réseaux





LE MOT DU PRÉSIDENT



L'année 2022-2023 aura été l'année du changement au PLL : nouveau directeur, nouvelle directrice et nouveaux coordinateurs sportifs et enfance jeunesse.

La patro, jeune et dynamique, à 90 ans passés, poursuit sa route !

Dans le cadre d'un fonctionnement laïc, il défend ses valeurs d'accueil, de solidarité et d'ouverture à tous.

Continuez à vous inscrire au groupe de peinture, aux sections de foot, au hand, etc ! Venez découvrir les jeux de stratégie , venez danser la country !

Vous avez une idée ? Nous avons les locaux, le personnel, les bénévoles, on est fait pour s'entendre !

D'ici là, passons tous une excellente année et disons-nous :

“À bientôt !”

Ewen Verveur



Un projet associatif cohérent et porteur de sens

Association d'Éducation 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 afin de favoriser le développement d'une vie démocratique laïque soucieuse de justice sociale et attachée à la paix.
- 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'égalité de dignité de chaque être humain.



LES ANCRAGES DU PROJET

ÉDUCATION afin de favoriser l'épanouissement de chacun, éviter les comportements consommateurs en soutenant la formation de l'esprit critique, permettre à tous de découvrir de nouvelles choses, d'expérimenter, de mieux comprendre son environnement, d'agir en citoyen...

MIXITÉ afin de permettre la rencontre des populations, des publics usagers, des habitants du quartier... favoriser également la rencontre de personnes issues de milieux différents, de cultures différentes, de générations différentes...



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

600
Adhérents

500
Sportifs

400
Enfants
et jeunes

200
Bénévoles
et professionnels

ACCUEIL DES ENFANTS

CRÈCHE « BOUT DE CHOU »

de 2 mois à 4 ans

Une équipe de 10 professionnels accueillent en petits groupes de référence les enfants dès leur arrivée à la crèche jusqu'à leur départ.

Plusieurs autres professionnels spécialisés interviennent sur la crèche : une conteuse, une psychologue, un médecin, un kiné pédiatrique, une animatrice en éveil corporel.

Horaires : du lundi au vendredi de 7h30 à 19h

Contact : 02.98.47.64.48

ADHÉSION

38€ par famille + prix journée en fonction du QF

ACCUEIL DE LOISIRS

de 3 à 11 ans

Les animateurs, tous formés au BAFA, accueillent les enfants les mercredis et pendant les vacances scolaires. Une garderie est également ouverte le matin et le soir.

Horaires accueil de loisirs: de 8h30 à 18h

Horaires garderie : de 7h30 à 8h30 et de 18h à 19h

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

Tout dossier incomplet sera refusé et l'enfant ne sera pas accueilli

Retour des dossiers complets lors de la porte ouverte

Contact : 02.98.03.05.02

ADHÉSION

9€ + tarif en fonction du QF (à partir de 3 enfants
l'adhésion passe à 22€



CHANGEMENT : le règlement se fait à la réservation

SECTEUR JEUNES

de 11 à 18 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 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 ans - 18 ans).

L'accompagnement scolaire a lieu 4 fois par semaine (lundi - mardi - jeudi - vendredi) de 16h30 à 18h45 dans les locaux du patronage.

L'accueil multi-sports se passe au gymnase de Keredern mardi 17h00 - 18h00 (10 ans - 15 ans) et jeudi 17h00 - 18h30 (16 ans - 30 ans).

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

Contact : 02.98.03.05.02 ou 06.78.07.39.30

ADHÉSION

9€ + tarif en fonction des activités et du QF (à partir de 3 enfants l'adhésion passe à 22€)



ACTIVITÉS SPORTIVES ENFANTS

Pour les mineurs d'une même famille réduction de 10% pour la 2ème licence la moins chère, 15% sur la 3ème la moins chère (dès 3), 20% sur la 4ème la moins chère (dès 4).

PREMIER PAS *de 4 à 7 ans*

Séance : mercredi de 16h30 à 17h30

Lieu : Gymnase de Lanroze

Contact : Maxime HENAFF - 06.13.65.21.30

TARIF
122 €

ÉVEIL SPORTIF *de 3 à 5 ans*

Séance : samedi de 10h15 à 11h00

Lieu : Gymnase de Lanroze

Contact : Pierre TROADEC - 06.73.98.25.92

TARIF
122 €

ÉCOLE DE SPORTS *de 6 à 8 ans*

Séance : samedi de 11h00 à 12h00

Lieu : Gymnase de Lanroze

Contact : Pierre TROADEC - 06.73.98.25.92

TARIF
122 €

HANDBALL

Mini hand à partir de 7 ans

Entraînements :

mercredi 16h30-17h30 / samedi 10h15-11h00

Compétition : samedi et/ou dimanche

Lieu : Gymnase de Lanroze

Contact : Maxime HENAFF - 06.13.65.21.30 - coordinateursportifpll@gmail.com

TARIF	
-18 ans	122 €* <small>*1 maillot d'échauffement offert</small>

FOOTBALL

École de foot à partir de 6 ans

Entraînements : lundi, mardi, mercredi, vendredi, samedi (horaires et jours en fonction de la catégorie)

Compétition : samedi et/ou dimanche

Lieux : Terrain synthétique de Lanroze ou stade Robert Arnault (Kerallan)

Contact : Pierre TROADEC - 06.73.98.25.92

TARIFS	
U6 à U13	85€
U14 à U19	95€

+ Pack 50€ = maillot / short / chaussettes / gourde / sac

ARTS DU CIRQUE

Découverte et initiation des arts et techniques du cirque

Séance : samedi de 10h00 à 12h00

Lieu : Salle polyvalente du PLL

Contact : Leandre - 06.63.65.10.74

TARIF
S'adresser à l'accueil

SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE

(SSBE labellisé par l'ARS)

YOGA CISE

Séances :

lundi de 19h15 à 20h15

jeudi de 10h45 à 12h

Lieu : Salle polyvalente du PLL

Contact : Gergana - 02.98.03.05.02

TARIFS

Adhésion de 41€

+

- Carnet 10 séances à 42€

- Carnet 20 séances à 82€

- Carnet 30 séances à 121€

ACTIVITÉ PHYSIQUE D'ENTRETIEN

Séances :

Gym d'entretien : mardi de 9h30 à 10h30

Renforcement musculaire : jeudi de 9h30 à 10h30

Lieu : Salle polyvalente du PLL

Contact : Pierre TROADEC - 06.73.98.25.92

TARIFS

Adhésion de 41€

+

- Carnet 10 séances à 42€

- Carnet 20 séances à 82€

- Carnet 30 séances à 121€

Séances :

mardi : 11h00

vendredi : 11h45 / 13h45

Lieu : Piscine Buisson

Contact : Marie-France LACRAMPE - 06.79.74.62.14

TARIFS

Adhésion de 41€

+

Carnet 10 séances à 47€

SPORT SANTÉ - SPORT SUR ORDONNANCE

Séances : 4 personnes par créneau de 1h - sur réservation

mardi : 9h00 -12h00

jeudi : 9h00 -12h00

vendredi : 9h00 -12h00

Lieu : Salle polyvalente du PLL

Contact : Maxime HENAFF - 06.13.65.21.30 / 02.98.03.05.02

TARIF

Adhésion de 41€ + Carnet 10 séances à 47€



MAISON SPORT SANTÉ SOCIÉTÉ

(LABELLISÉ ARS)

Ouvert à tout public souhaitant reprendre une activité physique en vue d'améliorer son état de santé (porteurs de pathologies de longue durée, sédentaires légers à modérés...)

Accueil sur rendez-vous le mercredi matin

DÉROULEMENT

1. Un entretien pour une prise de connaissance de la motivation, des motivations, des objectifs et mise en place du carnet de suivi (lien avec le corps médical)
2. Un rendez-vous pour effectuer des tests physiques afin d'évaluer ses capacités, ce test sert de base d'évaluation des progrès
3. Un entretien d'orientation pour définir avec l'éducateur sportif l'activité la plus adaptée à sa problématique et à ses attentes sportives (sport de prédilection, lieu...)
4. Un entretien et des tests trimestriels pour évaluer les progrès

N'oubliez pas de demander une prescription "sport sur ordonnance" lors de votre visite chez votre médecin traitant.

Renseignez-vous aussi auprès de votre complémentaire santé, celle-ci peut soutenir financièrement votre reprise d'activité physique.

Contact : Maxime HENAFF - 06.13.65.21.30 / 02.98.03.93.08

ACTIVITÉS SPORTIVES ADULTES

FOOTBALL

Entraînements : mercredi, jeudi et vendredi (horaires et jours en fonction de la catégorie)

Compétition : dimanche

Lieux : Terrain synthétique de Lanroze ou stade Robert Arnault (Kerallan)

Contact : Pierre TROADEC - 06.73.98.25.92

TARIFS	Séniors	130€
	Loisirs	100€
	Dirigeants	22€

+ Pack 50€ = maillot / short /
chaussettes / gourde / sac

FUTSAL - FSGT (16-25 ans)

Entraînement : pas d'entraînement

Compétition : lundi ou jeudi (en fonction du calendrier championnat FSGT)

Lieu : à définir

Contact : Samir REGAD - 02.98.03.05.02

TARIF	S'adresser à l'accueil
-------	------------------------

Séance : vendredi 20h00-22h00

Lieu : Gymnase Keredern

Contact : Jamel AJELEC - ajelecbrest@gmail.com - 02.98.03.05.02

HANDBALL

Entraînements : du lundi au vendredi

Compétition : samedi et/ou dimanche (horaires et jours en fonction de la catégorie)

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

Contact : Maxime HENAFF - 06.13.65.21.30 - coordinateursportifpl@gmail.com

TARIFS

Séniors joueurs*	145€ <i>*ballon et chasuble obligatoires + 2 permanences de salle</i>
Bénévoles	1 polo offert pour tout engagement sur la saison
Dirigeants et arbitres (non joueurs)	20€



ACTIVITÉS HANDIVALIDES

Foot fauteuil

Entraînement : samedi de 9h30 à 12h30

Lieu : Gymnase de Pen ar Streat

Sarbacane

Entraînement : mardi de 13h00 à 15h00

Lieu : Gymnase de Pen ar Streat

Loisirs découverte

Entraînement : Lundi de 13h30 à 15h15

Lieu : Gymnase de Pen ar Streat

TARIFS		
Handisport + Ufolep	Ufolep	Dirigeants
142€	80€	53€

Contact : Jean-Michel LANNUZEL - 06.83.21.73.07

TENNIS DE TABLE

Séance : vendredi de 20h00 à 22h00

Lieu : Salle polyvalente du PLL

Contact : Marcel LE GOASDUFF - marcel.legoasduff@gmail.com
07.81.39.48.93 / 02.98.01.04.06

TARIF
80€

MULTISPORT - LOISIRS

Entraînement : lundi de 20h à 22h

Lieu : Gymnase de Lanroze

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

TARIFS	
- 18 ans	48€
+ 18 ans	80€

ACTIVITÉS CULTURELLES

PEINTURE

Carré d'Art 29 (séances encadrées par un professeur)

Séances : jeudi de 14h à 17h / samedi de 14h à 17h

Lieu : salle de peinture du PLL

Contact : Jean Kerzreho – jkerzreho@wanadoo.fr

Peinture en liberté (séance non encadrée)

Séance : vendredi de 14h à 17h

Lieu : salle de peinture du PLL

Contact : Pierre OLIVIER - 02.98.07.59.25

TARIFS	- 18 ans : 48€
	+ 18 ans : 77€

PEINTURE SUR PORCELAINE

Séance : mardi après-midi (horaires définis en fonction du niveau)

Lieu : salle de peinture du PLL

Contact : Mme BILLON - 02.98.47.28.25

TARIF
216€

PHOTO ARGENTIQUE

Séance encadrée : jeudi de 20h30 à 22h30

Activité libre : samedi de 10h à 12h

Lieu : PLL labo photo

Contact : Nathalie LE CAM - 06.62.42.60.28

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

JEUX DE STRATÉGIE

Séances :

mardi : 18h00-23h00 / samedi : 17h00-23h00

Lieu : salle du PLL

Contact : Anthony - 06.12.32.69.82

TARIF
Contacteur responsable de section

THÉÂTRE D'IMPRO - TROUPE LAMBÉ IMPRO

Séance : mardi de 20h00 à 22h00

TARIF
227€

Lieu : salle du PLL

Contact : Hugo LABORY - 06.43.16.66.51

JEUX GROGNARDS

Séances : mardi et vendredi à partir de 20h30

TARIFS	
- 18 ans	45€
+ 18 ans	72€

Lieu : annexe du PLL - 2 rue du lannoc

Contact : René Pierre CARPENTIER - batnav@orange.fr

DANSE COUNTRY - MILL'S VALLEY DANCERS

Séances : jeudi de 18h00 à 22h00 / samedi de 14h00 à 17h00

3 niveaux de cours proposés : débutant / novice / intermédiaire

(2 cours d'essai sont proposés quel que soit le niveau du danseur)

Lieu : Salle polyvalente du PLL

Contacts : millsvally29@gmail.com

Mme LE GOFF Jocelyne - 06.70.06.94.50 / Mme LE GALL Lucie 06.01.76.89.29

TARIFS (à partir de 10 ans)	
Personnes mineures	30€
Adultes	60€
Couples ou deux personnes du même foyer	100€

INFOS PRATIQUES

HORAIRES ACCUEIL

Lundi : 9h-13h / 14h-17h30
Mardi : 9h-12h / 14h-17h
Mercredi : 8h30-12h / 13h30-18h
Jeudi : 9h-12h / 14h-17h
Vendredi : 10h-12h / 14h-17h30

COMMENT AVOIR SA LICENCE ?

Pour vous inscrire, il faut :

- 1/ Adhérer au PLL : *Directement à l'accueil - 4 rue du Iannoc, Brest*
- 2/ Régler la cotisation pour l'activité pratiquée
- 3/ Fournir son n° d'allocataire CAF ou autre régime si nécessaire
- 4/ Fournir un certificat médical pour les activités corporelles si besoin

NOS RÉSEAUX SOCIAUX



Patronage Laïque de Lambézellec
PLL PLCB Handball BREST
Pll jeunesse
Pll foot informations
PL Lambézellec Handi-Valide
PL LAMBE Multisports Adultes



Pll football
Pllplcb.handball
Pll jeunesse



PATRONAGE LAÏQUE DE LAMBÉZELLEC

4 rue du Lannoc - 29200 Brest

02.98.03.05.02

pllambe@wanadoo.fr

<https://www.pllambe.fr>



Réalisation : Karen HASCOET

