

Belle vue



N° 129 juin 2023

Bellevue vu par Sandrine et Chantal

Dimanche au bord de l'eau est de retour
L'anniversaire de la médiathèque en image
Retour sur la semaine de la petite enfance

Michèle vous raconte

La chapelle Saint Guénolé

Astuces bien-être de Michèle

Tisane de printemps

Journal réalisé par des habitants du quartier de Bellevue

Un message? journalbellevue@yahoo.com

Version numérique disponible sur le site brest-bellevue.net

Le Printemps

Depuis quelques semaines déjà , nous vivons au bruit des travaux dans le quartier de Bellevue, alors nous râtons. C'est vrai que c'est pénible. Les dernières tours de l'Avenue de Tarente ont entamé leur transformation, la circulation est modifiée, les arrêts de bus ne sont plus tout à fait les mêmes. Les travaux de Kerbernier ont débuté...

N'oublions pas que le changement est salubre et qu'il se passe bien d'autres choses dans notre quartier....

Au mois de juin, lorsque vous n'en pourrez plus des travaux, venez en famille sur les Rives de Penfeld le 25 pour fêter l'été avec le retour du «Dimanche au Bord de l'eau». La mairie est à la recherche de bénévoles. D'ailleurs, si vous avez besoin de couper de votre quotidien, de prendre l'air, toute l'année le 20 du mois le Jardin d'Armagnac est ouvert au public. Le Centre Social et Culturel, la Médiathèque et la Maison des Parents vous proposent des activités. Rapprochez vous d'eux afin de connaître leurs programmes...

Si le cœur vous en dit vous pouvez aussi intégrer l'équipe du journal de quartier qui a bien besoin de nouvelles plumes!

Une mini forêt à Quizac

Entre les rues de Quizac et de Lesneven 275 arbres ont été plantés par les jardiniers de BMO en avril dernier.

Dans cette mini-forêt, plusieurs arbres d'essences locales comme : chêne, if, orme, hêtre et pin sur une surface d'environ 500m².

Un chemin piéton traverse cette mini-forêt au bord duquel on pourra trouver deux bancs, dont un déjà en place.



1 mini-forêt est un écosystème protégé pour la faune et la flore locale. Elle réintroduit la biodiversité en ville et restaure les sols. C'est un îlot de fraîcheur urbain et elle contribue à réduire la pollution.

Bellevue vu par Sandrine et Chantal

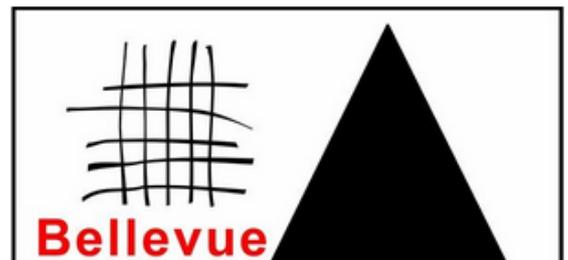
Dimanche au bord de l'eau est de retour!

La 5^e édition prendra place le dimanche 25 juin 2023 de 9h30 à 18h, sur les Rives de Penfeld comme d'habitude. Pour cette nouvelle édition, sur le thème de la Plage, vous retrouverez des animations variées tout au long de la journée = spectacles, musique, des activités sportives, nautiques (kayak, pédalo...), mais aussi un espace Beach volley. Des espaces enfants (activités manuelles, jeux, nattes, maquillage...), un lieu pour les plus petits avec des jeux.... et bien sûr de la restauration sur place (spécialités mahoraises, frites merguez, hot dog, gâteaux, barbe à papa, glaces).

De quoi passer une belle journée en famille et/ou entre amis !

Le programme détaillé sera disponible début juin en mairie de quartier, dans les équipements du quartier, les commerces...

Constitué lors de l'organisation des festivités pour les 50 ans du quartier (2013), Bellevue Animation regroupe la maison de quartier de Bellevue-Kerinou, le centre social et culturel de Bellevue, le patronage laïque du Bergot, les associations du quartier de Bellevue, le conseil participatif de quartier ainsi que la ville de Brest.



Bellevue animation

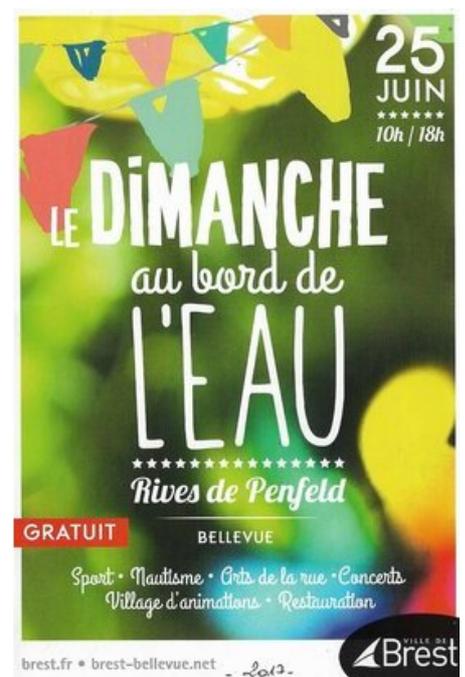
Bellevue Animation œuvre à organiser les principales animations du quartier, comme Le Dimanche au bord de l'eau depuis 2013 et Noël casse la baraque depuis 2015.

Pour le prochain Dimanche au bord de l'eau, le 25 juin, Bellevue Animation cherche environ une soixantaine de bénévoles pour des missions diverses comme l'accueil, l'aide au montage / démontage de la Fête...

Si vous souhaitez proposer votre aide, vous pouvez contacter la mairie de quartier (mairie-bellevue@mairie-brest.fr, ou 02.98.00.80.80).

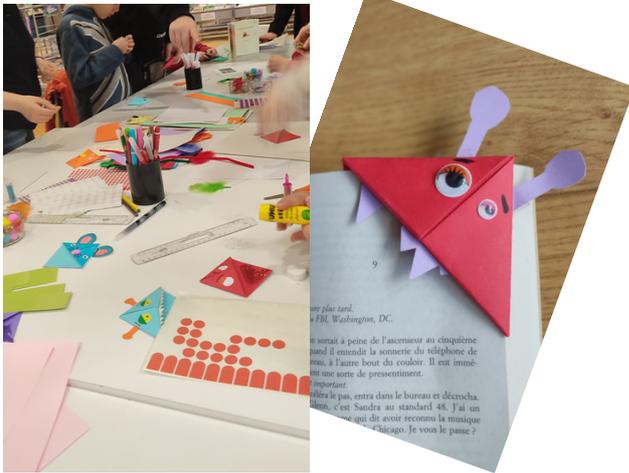
Plus de photos et d'infos sur les précédentes éditions sur le site www.brest-bellevue.net > menu « La participation », puis « Bellevue Animation »

Et la page Facebook <https://www.facebook.com/dimancheborddeleau2023>



L'anniversaire de la médiathèque en image

En décembre dernier, la médiathèque fêtait ses 20 ans. Vous avez été nombreux à profiter des activités proposées, les animations soumises à réservation ont été prises d'assauts, à l'instar les tentes à histoires, qui ont ravi une vingtaine d'enfants, qui y ont été très attentifs et à l'écoute. Certaines activités ayant eu un tel succès que le personnel la médiathèque réfléchit à en reproposer certaines en cours d'année!



Création de marques page par pliage, en forme d'animaux ou de petits monstres, décorés à l'aide de gommettes et de plumes.



Spectacle de Magie, avec le magicien Albus Globulus



Radio Bellevue, accompagnée par "longueur d'onde-Oufipo" fêtait aussi ses 5 ans, en direct de la médiathèque le samedi 10 décembre. Vous pouvez suivre cette émission sur le site OUFIPO: **"radio bellevue: 5 ans déjà!"**



Alors que le public et les bibliothécaires sont déguisés, le bal Floch, composé de musiciens et de comédiens, a rassemblé une cinquantaine de personnes. Le bal vient clôturer cette journée festive, la médiathèque est transformée en piste de danse. Un goûte est proposé par l'atelier du boulanger, rue professeur Langevin

Retour sur la semaine de la petite enfance

Formation pour les professionnels de la petite enfance

Animation "petite enfance" en présence de Michel Liegois de la compagnie " En attendant..."

Proposition d'atelier créatif en collaboration avec Vincent Mathy, illustrateur. A proposer aux plus petits à partir de 2 ans. Très intéressant pour faire manipuler les matières, amène à l'imaginaire et la créativité (peinture, craie grasse, crayon) "Proposition d'amener l'individuel au collectif. Chaque enfant produit son propre dessin qui fait partie d'un tout . Fresque a exposer.

Propos de Julie bibliothécaire jeunesse à la médiathèque

Du 04 au 25 mars a eu lieu les semaines de la petite enfance. Les structures de quartier vous ont proposé des ateliers, spectacles, séance de cinéma, formations pour les professionnels de la petite enfance. La plupart des ateliers étaient complets!

Atelier parents-enfants

Cette séance a permis de faire connaître l'atelier parents-enfants du centre social et culturel de Bellevue qui a lieu 1 fois par mois. Cette fois les participants ont passé un moment de complicité en famille grâce à Nathalie qui proposait un temps de relaxation, d'activité ludique et de création d'histoires.

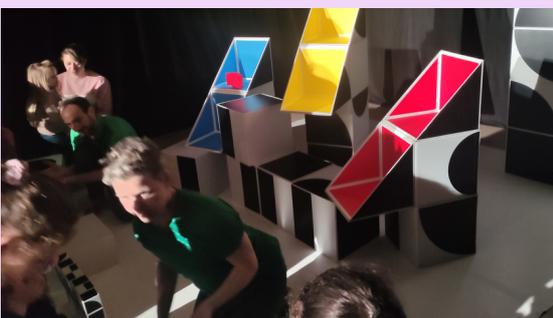


Spectacle tout est chamboulé et film

Une cinquantaine de personnes ont assisté au spectacle: tout est chamboulé. Les enfants ont été ravis de côtoyer les comédiens, et de participer à la création de jeux et d'histoires. Le centre social de Bellevue avait préparé un coin lecture pour faire attendre tout ce petit monde avant le début du spectacle. Ce dimanche a terminé en beauté grâce à un dernier moment de partage et d'un goûter.

Le samedi 25 mars avait lieu une projection au cinéma les studios, "Ces pleurs qui nous lient". Le film documentaire d'Anne Jachum, sur le pourquoi et le comment des pleurs des bébés, a eu plus de mal à trouver son public.

Propos d'Emmanuelle Maguet Centre Social



Atelier parents-enfants/professionnels-enfants

L'après midi, le rendez vous était à la maison des parents. Les enfants ont profité de l'activité du matin pour fabriquer ensemble des animaux en papier pour en créer la danse des marionnettes et inventer des histoires. Le défilé des marionnettes s'est terminé par un goûter et un temps de discussions.

Propos de Frédéric Ferrari de la maison des parents

Atelier massage



Photo: Le Télégramme

Lors du 1er atelier pour les tout petits de 6 mois à 2 ans, 5 enfants étaient présents avec leur maman et lors du 2ème atelier pour les 3- 5 ans, 9 enfants présents avec leur papa, maman, grand-mère ou encore nounou. Le nombre de places était limité.

il s'agissait d'une initiation aux massages contés par Mallory Corre de l'association "de mains en liens":

-Moment de détente, de bien être, et de partage autour du bébé

-Petits et grands s'approprient des outils de détente et de relaxation simples et ludiques (aide pour le sommeil, pour canaliser son énergie)

-Favorise l'empathie et l'estime de soi, le respect mutuel, l'écoute de soi et des autres

Moment de partage entre les participants et l'intervenante qui leur a proposé de nombreux massages pour les enfants autour des comptines. Les enfants ont beaucoup apprécié de reproduire sur leurs parents les massages appris (la météo, le potager...).

Moment très agréable et ludique qui exerce un effet calmant sur les enfants. Les parents sont repartis heureux d'avoir appris ces massages simples et ludiques qu'ils pourront refaire à la maison et en imaginer de nouveaux.

Arbre majestueux à Bellevue

En hauteur des rives de la Penfeld à l'arrière de la rue d'Armagnac vous pourrez faire une halte au pied de cet arbre superbe.

Si vous souhaitez connaître approximativement son âge, munissez vous d'un mètre ruban et mettez vos enfants à contribution.

Placez-vous face à l'arbre et mesurez 1,50m en partant du sol. A cette hauteur, mesurez la circonférence du tronc en centimètres. Divisez le chiffre obtenu par 3,1416 pour obtenir le diamètre puis multipliez par un facteur moyen de 2,5.

Vous obtiendrez approximativement l'âge de l'arbre.



Première fête de quartier Square de Metz



Cette fête était à l'initiative de deux habitantes du quartier. Les secteurs de Kerbernier et Lanredec étaient conviés à un pique-nique participatif. (Chaque un apportant son repas et sa boisson)

C'est sous un beau soleil en ce dimanche 14 mai que des familles ont pu passer un moment très agréable accompagnées l'après-midi par la fanfare Purple Brein.

Notons que cette fête de quartier n'aurait pas pu se faire sans l'aide financière de la ville de Brest, au titre du fonds de soutien aux actions citoyennes.

Les astuces bien-être de Michèle

Le printemps montre le bout de son nez!!

Je vous propose une recette de tisane qui participera à nettoyer les intestins un peu alourdis pendant l'hiver.

Pour apaiser et nettoyer l'intestin, on fabriquera une tisane à parts égales de : racines de guimauve,

fleurs de mauve,

feuilles de romarin,

feuilles de sarriette et feuilles de basilic.

La racine de guimauve va permettre de tapisser les parois du tube digestif pour le protéger. Elle possède également des propriétés anti-inflammatoires et immunostimulantes. La mauve est une plante de la même famille. Elle va agir de la même manière pour adoucir.

Ces principes actifs sont détruits par la chaleur donc il est important de réaliser des infusions avec une eau chaude voire tiède mais surtout pas brûlante. On peut aussi les laisser infuser dans de l'eau froide.



Le romarin est une excellente plante du système digestif. Il agit à différents niveaux : sur l'estomac, sur le foie et sur l'intestin. Il va aider à l'élimination des toxines tout en renforçant et tonifiant le corps. Son action est renforcée par les feuilles de sarriette et de basilic qui ont des vertus tonifiantes, antibactériennes et digestives. Laisser infuser 7 minutes et boire de préférence le soir.

Michèle vous raconte:

La Chapelle St Guenolé



Elle est bien cachée en se promenant on la devine dans la végétation des rives de la penfeld. Il y a un temps désormais révolu ou l'on grattait la statue en bois aujourd'hui disparue pour en faire des tisanes, supposées favoriser la fécondité. La source, qui continue toujours de couler avait elle, des vertues qui soignaient les verrues et les maladies des yeux. On ne connaît pas la date de construction de cet édifice. Elle semble se situer à la fin du Moyen Âge. Fermée en 1740 elle a commencé à se dégrader dès cette époque. Dans son livre "Voyage dans le Finistère en 1829, 1830 et 1831", Jean François Brousmiche indique que la chapelle était en ruines à cette période.

Dans les années 1970 des destructions importantes ont affecté la chapelle : L'un des deux pignons, avec la fenêtre en rosace, et une partie des murs sont détruits. Le réaménagement des rives de la Penfeld lieu devenu si fréquenté par les brestois a permis de nous donner la possibilité de continuer à avoir la chance de voir cet édifice si longtemps visité



Résultat SUDOKU

2	1	4	8	9	7	3	6	5
6	5	7	3	4	1	2	8	9
3	8	9	5	2	6	7	4	1
9	6	5	2	8	4	1	7	3
4	7	2	1	5	3	8	9	6
1	3	8	6	7	9	5	2	4
8	2	3	9	6	5	4	1	7
5	4	6	7	1	2	9	3	8
7	9	1	4	3	8	6	5	2

Charade

Mon premier est un instrument à vent
Mon second est la maison de l'oiseau
Mon troisième est la fin du mot bouchon
Mon tout est vert et se mange...

Rappel :

Depuis le mois de juillet 2020 tous les emballages se trient. De nouveaux emballages peuvent être mis dans les poubelles jaunes ou les conteneurs réservés aux déchets recyclables.

Ainsi, les emballages en plastique comme les pots de yaourt, sacs et films ou encore barquettes peuvent être recyclés. Et aussi de nouveaux emballages métalliques, comme les capsules, les plaquettes de médicaments vides, le papier aluminium.

Une question sur le tri, consulter le mémo-tri :

<https://www.brest.fr/proprete-dechets/dechets/les-gestes-du-tri-2218.html>

Agenda

A la médiathèque

Samedi 3 juin :

10h15 à 10h45 Dans les petites oreilles à partir de 3 mois jusqu'à 3 ans sur réservation

11h00 à 11h30 Dans les petites oreilles à partir de 4 ans sur réservation

Mercredi 21 juin :

15h00 à 16h30 Ciné -goûter, projection d'un film pour enfants, suivi d'un petit goûter. A partir de 5 ans sur réservation

Du 22 juin au 1 août :

Exposition Mineurs isolés... et après? Par l'ADJIM, accompagnement des jeunes isolés migrants. Entrée libre, aux horaires d'ouverture

Au centre Social et culturel

Samedi 24 juin:

10h00 à 11h00 atelier parents-enfants

1er mardi du mois :

15h00 à 16h15 atelier massages bébés "la discut' des parents" à la PMI

3ème mardi du mois :

15h00 à 16h15 atelier massages (avec poupons si les petits font la sieste)
(hors vacances scolaires)

Nouveau SUDOKU

3		6				1		8
			8	3	2			
4								7
	3		9		7			8
	7							4
	4		2		6			5
5								6
			4	8	3			
8		3				4		9

Toutes les infos du quartier sur :

