L'ulamir vous accompagne



dans vos projets

TILT : Service d'accompagnement de projet d'habitant

Centre social ULAMiR e Bro Glazik
33 rue Laënnec 29710 Plonéis
02 98 91 14 21 - contact@ulamir-ebg.org - www.ulamir-ebg.org

Le Principe

TILT = Talent, Idées et Loisirs du Territoire

Permettre à tous ceux qui ont des idées, des envies ou des projets pour la vie locale d'en discuter et de trouver les moyens de les concrétiser.



Pour qui ?

Ouvert à tous les habitants de Plogonnec, Guengat, Plonéis, Pluguffan et Plomelin



Pour quoi ?

- Partager des connaissances
- Découvrir
- Se détendre
- …



Quel thème ?

- Sport
- Culture
- Loisirs
- Solidarité
- Bricolage
- Citoyenneté
- Détente
- Astuces
- …

Tous les thèmes sont les bienvenus, s'ils sont en accord avec les valeurs de l'Ulamir : la tolérance, l'épanouissement individuel et collectif, la solidarité...

Les formats possibles

Selon les projets de chacun, 2 types d'action sont possibles :

Activités ponctuelles

Atelier

Stage

Conférence

Activités régulières

Groupe autogéré

Pas d'encadrant professionnel, uniquement des bénévoles porteurs de projet

Dans tous les cas, l'Ulamir vous propose un accompagnement personnalisé selon vos besoins

Présentation des groupes autogérés et quelques exemples d'activités ponctuelles en fin de livret

Les soutiens possibles



Accompagnement

- A chaque étape du projet
- Fonctionnement collectif du groupe

Communication

- Aide à la création de visuels
- Diffusion de l'information via nos canaux habituels de communication
- Mise en contact avec les correspondants de presse locaux



L'Ulamir peut faciliter plusieurs étapes, mais vous restez maître de votre projet

Les soutiens possibles

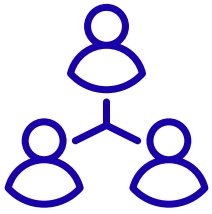
Logistique



- Accès à des salles communales de 10 à 400 personnes
- Prêt de matériel : véhicule, sono, vidéoprojecteur, …
- Prêt de matériel spécifique, propre à chaque secteur : jeux, cuisine, camping, sport…

Relationnel

- Mise en lien avec individus ou structures spécifiques à la thématique
- Mise en lien avec d'éventuels participants ou futurs adhérents actifs
- Participations aux projets des autres secteurs de l'Ulamir : famille, ludothèque, …



L'accompagnement est personnalisé selon vos besoins

Les groupes autogérés

Depuis son lancement en **2013**, TILT a permis d'accompagner la création de **10** groupes autogérés, toujours en fonctionnement aujourd'hui.

L'absence d'encadrant professionnel permet de proposer des activités à un tarif réduit.

Détail du tarif : *(Tarifs consultables auprès de l'Ulamir)*

- **Adhésion** : donne accès aux activités de l'Ulamir et à l'assurance individuelle accident.
- **Participation** : couvre les frais de mise à dispositon de salle, de matériel et liés à la communication.
- **Cotisation** (facultative) : fixée par certains groupes selon leurs besoins (achat de matériel, déplacements...)

Présentation de ces groupes...

Club Couture

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur





Date de création :

2023

12 adhérents

Leur motivation : l'envie de couper, coudre, d'échanger des connaissances, des conseils et surtout de partager un moment convivial.

Un jeudi après-midi sur deux

Le Jardin - Guengat -

Atelier Peinture - Incognito

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur



Date de création :

2020

15 adhérents

Leur motivation : se retrouver entre peintres confirmés pour partager leurs expériences et leurs regards et laisser libre cours à leur expression artistique.



Chaque mardi

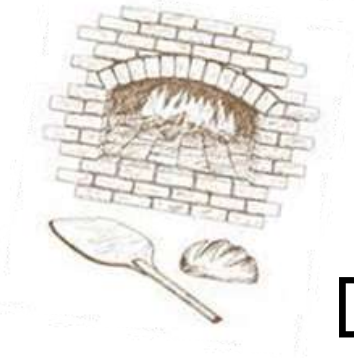
Le Jardin
- Guengat -

Club Four à Pain

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur







14 adhérents

Date de création :

2022

Leur motivation : se retrouver entre passionnés pour faire revivre le four à pain de Pluguffan autour de fournées conviviales au coin du feu.

3 à 4 fournées par an

Four à pain - Pluguffan -

Club Photo

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur





Date de création :

2013

23 adhérents

Leur motivation : se réunir entre photographes amateurs pour commenter des photos prises selon un mot-clé commun, partager les trucs et astuces, et exposer !

1 samedi par mois

Le Jardin - Guengat -

Jilijen - Chant Breton & Français

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur





Date de création :

2025

7 adhérents

Leur motivation : se retrouver pour interpréter des chants traditionnels breton et français et partager avec le plus grand nombre lors de représentations.

Un jeudi sur deux

Le Jardin - Guengat -

Club Tarot

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur





10 adhérents

Date de création :
2025

Leur motivation : donner RDV à tous les amoureux des cartes, joueurs initiés ou tous ceux qui souhaitent découvrir une nouvelle activité et surtout passer un moment agréable et de détente entre amis.

Chaque mercredi

Le Pouldu
- Pluguffan -

Marche Loisir

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur



Date de création :
2019

28 adhérents

Leur motivation : apprendre ou parfaire sa technique mais aussi randonner et découvrir sentiers et sous-bois environnants. Pas de compétition, simplement une activité ludique, excellente pour entretenir sa forme.



Chaque mardi

Lieu différent chaque semaine

Parcours Culturel Patrimoine & Savoir-Faire

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur



Date de création :

2024

16 adhérents

Leur motivation : découvrir les richesses de nos communes en rencontrant des artisans, des associations et des particuliers qui partageront leurs savoir-faire et connaissances.



10 samedis par an

Lieu différent chaque samedi

Club Echecs

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur





Date de création :

2025

8 adhérents

Leur motivation : découvrir ou revoir les règles, travailler des positions et des schémas de jeux.
Débutant ou confirmé, adulte ou enfant, l'entraînement est ouvert à tous.

Chaque mercredi

Foyer Communal
- Plogonnec -

Plomfab

Groupe autogéré, sans intervenant extérieur



Date de création :

2026

1 adhérent

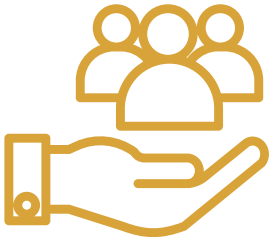
Leur motivation : utiliser des objets de récup' et la technologie de l'impression 3D pour réparer et fabriquer de nouveaux objets.

Ateliers ponctuels

- Plomelin -

Les activités ponctuelles

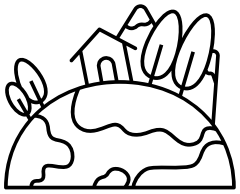
Depuis sa mise en place, TILT a permis la réalisation de **dizaines** d'activités ponctuelles : atelier, conférence, stage, concert...



En voici quelques exemples...

Activités Ponctuelles
- Exemples -

Conférence-débat sur
l'habitat léger (tiny house)





Conférence frelon
asiatique

Concert de chants
de marin





Stage yoga du son

Activités Ponctuelles
- Exemples -

Stage art floral





Soirée diaporama
voyage humanitaire

Concert musique
irlandaise





Conférence-présentation
livre d'histoire (orphelinat
local)

Contactez-nous !

Une envie ? Une vague idée ? Un projet déjà bien ficelé ?

Contactez-nous

Centre Social ULAMIR e Bro Glazik
33 rue Laënnec 29710 Plonéis
02 98 91 14 21
aurelie@ulamir-ebg.org
www.ulamir-ebg.org

Rencontrons-nous

Du lundi au vendredi
de 9 h à 12 h et de 13h30 à 18h00