

Lettre du Centre Social

Mai & Juin 2005

N° 50

Tirage en 5 500 ex

Ploveilh | Pluguen | Ploneiz | Gwengad | Plogoneg

SOMMAIRE

- La fête du jeu
- Sortie nocturne à Plomelin
- En dire plus sur :
 - Le Spectacle «La clé des chants»
- Réunions «jeunes retraités» :
 - Le bilan
- Exposition-Concours :
 - Lez'arts aux champs
- La MSA :
 - L'essentiel de la réforme de l'assurance maladie (2^{ème} partie)
- La CAF comme si vous y étiez !
- Stage de sophrologie à Plomelin
- Audition de l'école de musique
- L'agenda des manifestations locales

La fête du jeu

Samedi 28 Mai à la Ludothèque

De 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h, la Ludothèque de l'ULAMIR e Bro Glazik, située résidence Saint Cuffan (en face de l'église) à Pluguffan, ouvrira ses portes pour la **fête du jeu 2005**.

À cette occasion, vous pourrez venir y découvrir plus de 550 jeux, tel que l'autobus de Babar pour les tous petits ou encore le célèbre 1000 bornes, en passant par les jeux en bois comme le rouletabille, ainsi que des jeux bretons et même un jeu de dames géant...

Une chasse au trésor sera également organisée pour les ados (les infos seront communiquées au préalable par les animateurs ados de l'association intervenant sur la commune).



Nature

Semaine du développement durable

Dans le cadre de la semaine du développement durable, l'Ulamir organise une sortie nocturne sur le site de Lestremeur à Plomelin le :

Samedi 4 Juin

**Rendez-vous place de la mairie
à 21 h**

Gratuit

Cette balade permettra de découvrir la faune nocturne : insectes, poissons, batraciens, mammifères terrestres et volants, ainsi que des oiseaux vivant ou se nourrissant la nuit (chouettes, hiboux, mais aussi limicoles).



Le parcours d'environ 3 km ne présentera pas de grandes difficultés et est ouvert à tous.



**Samedi 4 Juin
à 20 h 30
salle socioculturelle
de Plomelin**

Une comédie musicale de l'Association «La Clé des Chants», interprétée par 25 jeunes finistériens de 8 à 13 ans.

Créée à l'automne 1996, l'association a pour objectif de rendre la pratique artistique accessible au plus grand nombre.

Elle propose des ateliers de comédie musicale permettant d'aborder différentes formes d'expression (chant, théâtre, danse) à travers la création de spectacles musicaux.

⇒ L'histoire :

En sortant de l'école, deux enfants réalisent tout à coup que le monde dans lequel ils vivent n'est vraiment pas beau : tout est gris et triste, les gens ne se voient plus, ne s'écoulent plus, ne se parlent plus... Ils décident de partir à la recherche du bonheur.

Embarquez-vous avec eux, vivez leurs aventures, partagez leurs émotions, suivez-les autour de la Terre et volez-vous dans l'univers...

⇒ Tarifs : 3 Adultes : 6 €
3 Enfants (jusqu'à 16 ans) : 3 € 50

⇒ Pour tout contact :
02-98-53-54-16 (Gwen Gourlaouen)
ou 02-98-82-65-81 (Nathalie Cabon)

Réunions «jeunes retraités»

Du 8 au 16 Mars, l'Ulamir e Bro Glazik a organisé cinq réunions afin de recevoir les attentes du public «jeunes retraités».

A l'occasion de ces échanges, plusieurs points importants ont été relevés.

Tout d'abord, la notion d'activités en semaine : en effet, les retraités, d'un point de vue général, consacrent de préférence leurs soirées et week-ends à leur familles et, de ce fait, sont disponibles les jours où d'autres partent au travail. Les mercredis sont souvent consacrés aux petits enfants.

A ce sujet, l'Ulamir se propose, dans un premier temps, de recenser les différentes associations proposant des activités compatibles avec le rythme de vie des jeunes retraités.

A propos des idées évoquées pendant les réunions, une forte demande concerne la découverte de nouvelles activités sur de courtes durées. Par exemple, des stages ou initiations dans toutes sortes de domaines, de la broderie au golf, mais également des sorties culturelles ou des voyages. Des activités «à picorer» permettant de s'enrichir d'expériences nouvelles.

Dans la majorité des cas, les jeunes retraités souhaitent participer aux activités dans le cadre d'un groupe pour y entretenir des relations humaines.

Sans détailler totalement les demandes, on peut noter que l'activité informatique est, de façon unanime, fortement regrettée. Les loisirs créatifs arrivent également en bonne position dans chacune des réunions. Au niveau du sport, la marche est en tête mais les jeunes retraités souhaitent découvrir d'autres choses, souvent sous forme d'initiation. Quelques demandes ont été émises concernant l'humanitaire, l'environnement ou le soutien scolaire.

Suite au recensement des activités déjà en place sur le secteur, l'Ulamir portera sa réflexion sur la meilleure façon de répondre aux différentes demandes qui ne trouveraient pas de solutions auprès des structures déjà existantes.

Exposition-Concours «Lez'arts aux champs»

L'Ulamir e Bro Glazik organise pour la 4^{ème} année le concours " Lez'arts aux champs ", et a proposé à ceux qui le désiraient d'illustrer une enveloppe timbrée et adressée (une seule œuvre par participant ; technique et format libres).

Dès le **Mardi 18 Mai**, le public, visiteur de l'exposition, pourra voter, sur un bulletin mis à sa disposition : pour 2 œuvres dans la catégorie enfant (-15 ans) et pour 3 œuvres dans la catégorie adulte.

Les votes seront clos le **18 juin** et les 5 œuvres préférées du public seront connues et récompensées lors du vin d'honneur du **Vendredi 24 juin**.

Les 5 œuvres récompensées, quant à elles, seront exposées dans les agences du CMB de Pluguffan et de Plogonnec, nos partenaires.

Dans le hall de l'Ulamir, aux horaires d'ouverture des bureaux





L'essentiel de la réforme de l'assurance maladie et la MSA (2^{ème} partie)

⇒ L'aide à l'accès à une complémentaire santé (le crédit d'impôt) :

Au 1^{er} janvier 2005, les personnes dont les revenus ne dépassent pas de plus de 15 % le plafond de ressources de la couverture maladie universelle (CMU) complémentaire (soit un revenu mensuel compris entre 576,13 et 662,55 euros pour une personne seule) bénéficient d'une aide à la souscription d'une complémentaire santé.

Son montant varie en fonction de l'âge : 75 euros pour les moins de 25 ans, 150 euros pour les personnes âgées de 25 à 59 ans et 250 euros à partir de 60 ans.

⇒ La hausse du forfait hospitalier :

Ce forfait est destiné à couvrir les frais quotidiens d'hébergement et d'entretien et n'est pas remboursé par la MSA.

Depuis le 1^{er} janvier 2005, il est passé à 14 euros. Cette augmentation se poursuivra à raison de 1 euro par an, pour atteindre 16 euros en 2007.

⇒ L'augmentation de la CSG :

Depuis le 1^{er} janvier 2005, l'assiette de la contribution sociale généralisée (CSG) sur les revenus d'activité des salariés est passée de 95 % à 97 %. Le taux est augmenté de 0,4 % pour les retraités, les chômeurs et les bénéficiaires d'une pension d'invalidité.

Le Parlement a également mis à contribution les revenus du patrimoine et des placements (+ 0,7 %) ainsi que les sommes mises ou gagnées dans les casinos (+ 2 %).

⇒ Des contrôles accrus des arrêts de travail :

Le contrôle des arrêts de travail sera renforcé, notamment pour les assurés "qui bénéficient de façon répétée d'arrêts de courte durée".

Les prolongations doivent être prescrites par le médecin à l'origine du premier arrêt ou le médecin traitant.

Des sanctions peuvent être appliquées aux assurés ainsi qu'aux médecins prescripteurs en cas d'abus.

La carte Vitale personnalisée :

Durant le dernier trimestre 2006, une nouvelle carte Vitale vous sera adressée par la MSA.

La nouvelle carte Vitale deviendra la clé d'accès à votre dossier médical personnel.



La CAF comme si vous y étiez !

⇒ Le minitel, c'est terminé !

La technologie Internet a supplanté la télématique. Les consultations du «caf.fr» sont de loin supérieures à celle du 3615CAF.

Une étude récente a mis en évidence qu'un allocataire sur deux dispose d'Internet, soit dans son foyer, soit à son travail.

Aussi, la branche Famille a-t-elle décidé de fermer ses services Minitel : c'en est fini du 3615 ou 3623 CAF et du CAFPRO.

⇒ Connectez-vous sur «www.caf.fr», et dialoguez avec un conseiller Caf, c'est nouveau :

Depuis février 2005, les rubriques de dialogues du 3615CAF sont désormais accessibles via Internet.

Les principes sont les mêmes, posez une question ou envoyez un message et la Caf vous répondra dans un délai maximum de 72 heures.

Laissez-vous guider, le site est particulièrement simple d'utilisation.

Pour :

3 Tout savoir sur les prestations familiales et sociales,

3 Faire une estimation de ses droits,

3 Demander une attestation de paiement,

3 Télécharger un formulaire,

3 Découvrir la permanence la plus proche du domicile ou du lieu de travail...

Franchissez avec nous cette étape pour un service moderne et efficace.

⇒ Les Bornes nouvelles arrivent :

Les bornes «Caf en libre service» sont issues de la technologie Internet et offrent les services du «www.caf.fr».

L'une d'elles est proposée au public au siège de la Caf du Sud Finistère, dans le quartier d'Ergué-Armel à Quimper, 24h/24 et 7j/7.

L'utilisation est simple : des pictogrammes que l'allocataire sélectionnera directement sur l'écran, lui donneront l'accès à la rubrique qu'il souhaite consulter.

Confidentiel : Bien sûr, le numéro d'allocataire et le code confidentiel seront demandés au consultant pour les demandes relatives au dossier ou à l'attestation de paiement.

L'allocataire pourra aussi transmettre des informations à la Caf grâce au clavier.

Par ailleurs, les bornes seront accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Stage de sophrologie

**Samedis 21 et 28 Mai
de 14 h 30 à 16 h 30**

3 La sophrologie est une méthode basée sur la relaxation qui intègre des techniques venues d'Orient (yoga, respiration, méditation...) et d'occident (auto-suggestion, visualisation...) pour vivre au quotidien. Il s'agit d'une méthode évolutive dont le but est de permettre l'épanouissement de tous dans le respect et la liberté de chacun.

3 Animé par Jean-Pierre Salaun

3 À la salle n°3 de Ti Michel à Plomelin

3 Tarif : 30 euros le stage (+ 8 euros d'adhésion à l'Ulamir)

3 Renseignements et inscriptions (obligatoires) à l'Ulamir : 02 98 91 14 21

Audition de l'école de musique

Programmée cette année :

**Le Vendredi 17 juin à 20 heures
A la salle socioculturelle
de Plogonnec**



L'audition est l'occasion pour les jeunes musiciens qui le désirent de partager leur talent avec le public, le temps d'une soirée.

Elle s'oriente de plus en plus vers les échanges entre instruments et la musique d'ensemble.

Cette soirée est également un moment de rencontre entre les parents et les professeurs, et l'occasion de découvrir d'autres instruments, d'autres répertoires...

L'accès est libre et l'entrée gratuite.



PROGRAMME DES ANIMATIONS

MAI :

01 : Concours de Galoche - Plomelin

01 : Pardon de la chapelle Seznec - Plogonnec

05 : Pardon de la chapelle St Egonnec
Plogonnec

Du 2 au 8 : Accueil de la Délégation Galloise
Jumelage Plomelin

Du 4 au 8 : Exposition de coiffes - Plomelin

Du 5 au 8 : Mondial Pupilles - Plomelin - Ploneis
Pluguffan - Plogonnec - Guengat

05 : Tout Quimper à Vélo

08 : 11^{ème} Randonnée du Névet - VTT

14 : Stage de danse - Familles Rurales - Plomelin

15 : Tournoi de sixte - Ploneis

21 : Tournoi de basket enfant - Plogonnec

21 & 22 : Tournoi interclubs - Judo - Plomelin

21 : 10 ans - Foot Corpo - Plomelin

22 : Tournoi de foot sixte - Plogonnec

22 : Pardon de la Chapelle de la Boissière - Ploneis

Du 27 au 30 : Accueil des footballeurs gallois
Plogonnec

28 : Concours doublette - Pétanque - Plomelin

29 : Pardon de la chapelle de la Lorette
Plogonnec

Mai & Juin : Tournoi de tennis - ESP - Ploneis

JUIN :

04 : Spectacle - La clé des chants - Plomelin

04 : Kermesse - APE Paul Gauguin - Plogonnec

Du 4 au 12 : Exposition - Familles rurales
Plomelin

05 : Tour de Plomelin - Amicale laïque - Plomelin

07 : Belote - Amicale des retraités - Ploneis

09 : Concours triplète - Pétanque - Plomelin

11 : Kermesse - APE St Egonnec - Plogonnec

11 : Théâtre - L'emporte pièces - Plomelin

11 : Tournoi de Foot - Arbitres sud-finistère
Plogonnec

Du 11 au 16 : Accueil des écoliers gallois
Plogonnec

Du 11 au 26 : Tournoi de tennis - Plomelin

17 : Soirée musicale - Ass. musicale - Plomelin

17 : Audition de l'Ecole de musique - Ulamir
Plogonnec

18 : Kermesse - APE - Ploneis

18 : Tournoi de basket adultes - Plogonnec

18 : Kermesse - APE Ecoles publiques - Plomelin

18 : Fête de la musique & repas moules frites
St Albin Festivités - Plogonnec

21 : Concours de Belote - Ar Re Goz Plomelin

25 : Fête de fin d'année - Familles Rurales
Plomelin

25 : Repas - Plogo'gym - Plogonnec

25 & 26 : Jeux interquartiers - Club supporters
& ESP - Ploneis

26 : Remise des prix - Tennis - Plomelin

26 : Pardon de la chapelle St Théleau - Plogonnec

26 : Kermesse - APE Ecole privée - Plomelin

De 30/06 au 09/09 : Tournoi de tennis - Plogonnec

Assistante sociale

Françoise Dantec assure une permanence à l'Ulamir le 1^{er} Lundi du mois
sur rendez-vous préalable
(02 98 76 25 15)