L'Atelier du 5 Bis - Centre Social de Dinan

NOVEMBRE 2026

Échanges de savoir faire proposés par des bénévoles

Notre brochure

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAM/DIM
2 **10h-11h30** : Apprendre le français **10h - 12h** : Projet calendrier expo photo "ça sert à quoi les vieux ?" **14h - 16h** : "Bouger mémoriser", pour les plus de 60 ans avec la Mutualité Française 06 83 10 69 63 vnaulet@bretagne.mutualite.fr	**3** **10h - 11h** : Pilate **14h - 16h** : Jeux et initiation Mah Jong **14h - 17h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **15h- 17h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis	**4** **10h - 12h** : Dictée **10h - 12h** : Analyse de pratique pour les Visiteurs du 5 Bis **14h - 17h** : Répar'Aide Café **10h-12h** :Venez découvrir l'expérimentation de la coopérative Accès aux droits du centre social de Douarnenez Sur inscription - salle Schuman	**5** **9h30 - 11h**: Petit déj' des bénévoles **10h30 - 12h** : Atelier d'entraide numérique collectif (Bibliothèque) **12h45 - 18h** : Sortie Rennes expo "les fourmis" aux Champs Libres (car + entrée expo à payer) **14h - 16h** : Chant-guitare : répétition au 5 Bis	**6** **9h - 12h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **9h30 - 11h30** : La cabane à bulles, Lieu d'Accueil Enfants Parents (Maison des Associations) **10h - 11h** : Réunion prépa ateliers mémoire **14h - 16h** : Activités manuelles **14h - 17h** : À la découverte des arbres. Balade 5/6 km	**7 8** 
9 **10h-11h30** : Apprendre le français **10h - 12h** : Bilan Semaine Bleue **10h - 12h** : Rencontre bénévoles"Echappée des cartables"de l'Atelier du 5 Bis (à la Maison des Associations) **14h - 15h30** : "Bouger mémoriser", pour les plus de 60 ans avec la Mutualité Française	**10** **10h - 12h** : Bénévoles le temps des histoires **14h - 16h** : Jeux et initiation au Mah Jong **14h - 17h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **14h - 16h** : Bilan Etonnants Amateurs **15h - 17h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis	**11** **FÉRIÉ**	**12** **14h - 16h30** : Petit Bac **15h - 17h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis	**13** **9h30 - 11h30** : La cabane à bulles, Lieu d'Accueil Enfants Parents (Maison des Associations) **9h - 12h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **10h - 14h** : Cuisine automnale - 2€ **14h - 16h** : Activités manuelles **14h - 16h** : Rencontre bénévoles la CLÉ des mots	**14 15**

EXPOSITION PHOTO AU 5 BIS "LE HANDICAP, UN COMABT AU QUOTIDIEN" Photos de Marine Yvonnet-Réan

Je suis reporter photographe. Depuis 4 ans, je réalise un reportage sur le handicap. J'accompagne Jeanne, infirme moteur cérébrale, et Maëlyne, polyhandicapée, et leurs mères.

Mon objectif sensibiliser sur le combat quotidien des personnes touchées par le handicap.

Envie de proposer une activité ?
Contactez- nous !
Plus d'informations : **www.dinan.fr**

La plupart des actions sont **sur inscription**.
Ce programme est établi en collectif et est susceptible de modifications
Renseignez vous à l'accueil, par mail **initiatives@dinan.fr** ou par téléphone **02 96 39 38 21**
Facebook Atelier du 5 Bis - Centre Social DINAN

L'Atelier du 5 Bis - Centre Social de Dinan

NOVEMBRE 2026

Échanges de savoir faire proposés par des bénévoles

Notre brochure

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAM/DIM
16 **10h-11h30** : Apprendre le français **10h - 12h** : Rencontre bénévoles"Echappée des cartables"de Y.J Haffen **14h - 16h** : Reprise de la préparation de l'évènement Tous et Go **14h - 16h30** : Loto **14h - 15h30** : "Bouger mémoriser", pour les plus de 60 ans avec la Mutualité Française Du 16 au 20 : Le service RH et l'Atelier du 5 Bis / Tous et Go proposent des sensibilisations aux agents municipaux durant la semaine de l'emploi des personnes handicapées	**17** **10h - 11h** : Yoga respiratoire **14h - 16h** : Jeux et initiation Mah Jong **14h - 17h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **15h - 17h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis	**18** **10h - 12h** : Préparons l'espace enfants de la Guinguette solidaire **9h45 - 12h** : Café sophro, dès 16 ans, sur tirage au sort, 1€ **14h - 17h** : Répar'Aide Café **14h - 16h** : Origamis de Noël **15h30 -17h** : " En jeux : les émotions", Parent(s) - Enfant(s), à chacun son rythme, à chacun son besoin. Maison des Associations, inscription : 02 96 39 38 21	**19** **14h30 - 17h** : Café conso: évitons les arnaques (dépannage à domicile) avec Familles Rurales **14h - 15h30** : Apprendre le français **15h - 17h** : Chant-guitare à Oui Seniors	**20** **9h - 12h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **9h30 - 11h30** : La cabane à bulles, Lieu d'Accueil Enfants Parents (Maison des Associations) **10h - 11h30** : Programmation échanges de savoirs décembre **10h-14h**: Repas Tunisien 2 € **14h - 16h** : Activités manuelles	**21 22** **10h-17h Les petits écrans** Jouez, enquêtez, discutez, sur vos jeux préférés et l'utilisation de vos écrans en famille avec la Structure Info Jeunes L'Eprouvette, Saint-andré des Eaux **SAMEDI ET DIMANCHE**, ateliers de fabrication des lanternes pour la Parade des lanternes du 29
23 **10h-11h30** : Apprendre le français **10h - 11h** : Pilate **14h - 15h30** : "Bouger mémoriser", pour les plus de 60 ans avec la Mutualité Française 06 83 10 69 63 vnaulet@bretagne.mutualite.fr	**24** **11h - 14h** : Rencontre avec le centre social de Lorient et **14h-30 - 17h** : projection de leur film "Faire battre nos cœurs en retraite pour des jours heureux" et échanges **14h - 16h** : Jeux et initiation Mah Jong **14h30 - 16h30** : Macramé de Noël **14h - 17h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **15h - 17h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis **20h - 22h** "Frères et soeurs, entre complicité, rivalités et singularité, toute une histoire !"	**25** **9h30 - 10h30** : Gym douce **14h - 16h** : Atelier "S'informer sur les métiers pour bien s'orienter". Accessible dès la 4e. Avec la Cité des Métiers Salle de la Source, Maison des Associations	**26** **10h - 17h** : Journée bien-être des aidants (programme à venir) **14h - 15h30** : Apprendre le français **15h - 17h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis	**27** **9h - 12h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **9h30 - 11h** : Dinan centre du monde **9h30 - 11h30** : La cabane à bulles, Lieu d'Accueil Enfants Parents (Maison des Associations) **9h - 17h** : Rencontre vieillissement à Lorient, départ en véhicule **14h - 16h** : Activités manuelles **14h - 16h30** : Calligraphie Arabe	**28 29** **16h30 - 18h30 "Bistrot d'Antan"** Plongez dans l'ambiance des bistrots d'autrefois autour de jeux en bois, de jeux de casino et de jeux collectifs. Moments de stratégie et de coopération en présence d'un bonimenteur professionnel Maison des Associations, Salle de la Source **DIMANCHE, tombée de la nuit Parade des lanternes**

Envie de proposer une activité ?
Contactez- nous !
Plus d'informations : **www.dinan.fr**

La plupart des actions sont **sur inscription**.
Ce programme est établi en collectif et est susceptible de modifications
Renseignez vous à l'accueil, par mail **initiatives@dinan.fr** ou par téléphone **02 96 39 38 21**
Facebook Atelier du 5 Bis - Centre Social DINAN

L'Atelier du 5 Bis - Centre Social de Dinan

NOVEMBRE 2026

Échanges de savoir faire proposés par des bénévoles

Notre brochure

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAM/DIM
30	1 DÉCEMBRE	2 DÉCEMBRE	3 DÉCEMBRE	4 DÉCEMBRE	5 6 DÉCEMBRE
10h-11h30 : Apprendre le français **14h - 15h30** : "Bouger mémoriser", pour les plus de 60 ans avec la Mutualité Française 06 83 10 69 63 vnaulet@bretagne.mutualite.fr	**14h - 16h** : Jeux et initiation Mah Jong **14h - 17h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **15h - 17h** : Accueil au véhicule Ti 5 Bis	**14h - 17h** : Répar'Aide Café	**9h30 - 11h**: Petit déj' des bénévoles **10h30 - 12h** : Atelier d'entraide numérique collectif (Bibliothèque) **14h - 15h30** : Apprendre le français **14h - 16h** : Chant-guitare: répétition au 5 Bis	**9h - 12h** : Entraide numérique administrative (sur rendez-vous) **14h - 16h** : Activités manuelles	

LE VÉHICULE TI 5 BIS

Accueillir ou être accueilli ?
Retrouvez nous près de chez vous avec le Ti 5 Bis !



- **Place Saint Jean** (mardi **15h-17h**) : 3, 10, 17, 24 novembre
- **Iles Bretonnes** (jeudi **15h-17h**) : 12 et 26 novembre

VISITES DE CONVIVIALITÉ

Pour les habitants de Dinan Léhon de plus de 60 ans

Personne isolée souhaitant être visitée ou envie d'être bénévole : contactez-nous !



Visite au domicile par un binôme de bénévoles : "Les visiteurs du 5 Bis"

FAMILLES

Du 14 au 28 novembre : FESTIFAMILLES, des animations, des rencontres pour toute la famille dans différents lieux de l'agglomération. Avec l'Atelier "En jeux, avec les émotions" le **mercredi 18 novembre** et après-midi de clôture le **samedi 28 novembre. Pendant la quinzaine :** expo "estranges" pour les 0-6ans à la Maison de la Rance.
MARDI 24 NOVEMBRE, 20h : "Frères et soeurs, entre complicité, rivalité et singularité, toute une histoire !" un atelier accompagné par une psychothérapeute. Une dexuième soirée en décembre pour compléter les demandes de la première soirée ! Inscription conseillée

Envie de proposer une activité ?
Contactez- nous !
Plus d'informations : **www.dinan.fr**

La plupart des actions sont **sur inscription**.
Ce programme est établi en collectif et est susceptible de modifications
Renseignez vous à l'accueil, par mail **initiatives@dinan.fr** ou par téléphone **02 96 39 38 21**
Facebook Atelier du 5 Bis - Centre Social DINAN

L'ATELIER DU 5 BIS

5bis rue Gambetta, 22100 Dinan

Téléphone : 02 96 39 38 21
07 64 50 16 93

Email : initiatives@dinan.fr

Site Internet : www.dinan.fr

Facebook : Atelier du 5 bis centre social Dinan

Instagram (jeunesse) : @infosjeunesdinan

OPEN

DU LUNDI AU VENDREDI
9H - 12H
13H30 - 17H

notre brochure

PERMANENCES A L'ATELIER DU 5 BIS

Tous les mercredis matins :

Conciliateur de justice & défenseur des droits, sur rendez vous



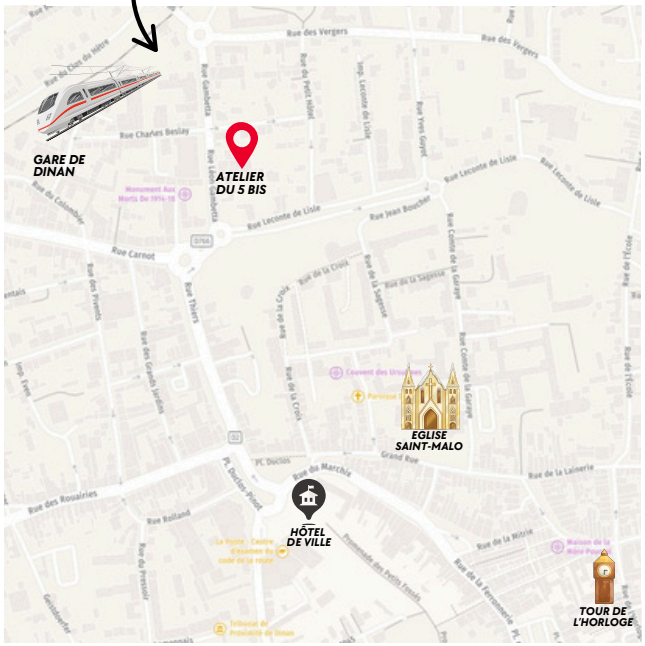
APPEL À BÉNÉVOLES

Nous recherchons régulièrement des bénévoles pour :

- Accompagner les enfants et les jeunes dans leur scolarité (lundi et/ou jeudi, fin de journée)
- Accueillir les habitants avec notre véhicule itinérant le Ti 5 Bis
- Lire des histoires dans les écoles
- Accompagner des habitants dans l'apprentissage du français

...

ET nous accompagnons aussi vos envies et vos projets !



Venir à l'Atelier du 5 Bis :

- 5 minutes à pied de la Gare de Dinan
- 5 minutes à pied de l'Hôtel de Ville
- Ligne 2 - Gambetta