

Trucs et astuces

Enlever une tache d'encre sur un vêtement

avec du lait

Faire tremper le morceau de tissu ou le vêtement taché dans du lait. Laisser tremper et bien imbiber la tache d'encre dans le lait quelques minutes.

Ensuite avec les doigts, frotter le vêtement taché et baignant dans le lait. Changer le lait si nécessaire.

Mais surtout par précaution et pour avoir une chance d'enlever l'encre sur les vêtements, le tissu taché ne doit pas être lavé ou pré-lavé avant d'être trempé dans le lait.

La recette de Betul

Firinda tavuklu sebze turlu (Poulet aux Légumes) - Turquie

- 1 kg filet de poulet
- 1 gros oignon
- 2 aubergines
- 4 pommes de terre
- 1 poivron vert ou 2 piments verts
- 3 tomates bien mûres moi j'ai utilisé une boîte de tomates pelées
- de l'huile, sel, poivre, piment rouge



Préparation :

Dans une marmite, faire revenir les oignons et les poivrons dans un 1/2 verre d'huile d'olive ou tournesol.

Ajouter les filets de poulets et les faire griller un peu.

Assaisonner et verser la boîte de tomates pelées et laisser mijoter 5 bonnes minutes.

Eplucher une bande sur deux les aubergines, les couper en deux puis au milieu puis encore en deux ou trois en long. Puis les faire frire.

Ensuite, pareil pour les pommes de terre, les couper en gros quartiers puis les faire frire.

Prendre un grand plat allant au four, mettre les aubergines, puis les patates et enfin verser le contenu de la marmite par dessus et bien placer à plat, ajouter un 1/2 verre d'eau.

Mettre au four environ 15-20 minutes à 190 °C jusqu'à ce que ce soit un peu grillé.

Voilà, vous pouvez accompagner ce plat d'un bon riz sinon vous pouvez aussi le manger tout seul.

Bon appétit

Si vous voulez participer à la rédaction du journal, n'hésitez pas à nous contacter soit par téléphone au 02.97.37.75.31 soit par mail à libdc@mqboisduchateau.info



Nettoyer le velcro

Un velcro (scratch) est fait de 2 parties qui s'assemblent: une partie avec des petits crochets et l'autre avec des fils entremêlés.

Pour nettoyer la partie du velcro avec les petits crochets commencez par la brosser à l'aide d'une brosse douce en veillant à aller dans le sens des crochets. Une fois les bouloches enlevés des crochets vous pouvez finir de nettoyer cette partie toujours en veillant à aller dans le sens des crochets, mais cette fois ci avec un peigne.

Pour nettoyer la partie faite de fils entremêlés, nettoyez avec une éponge et de l'eau savonneuse afin de redonner plus d'espace aux crochets pour s'ancrer.

Voilà vos velcros peuvent maintenant vivre une nouvelle vie.

La photo du titre

Souvenir de la visite au Centre de Secours Principal organisée durant les vacances d'hiver, vendredi 24 février. Merci à Yves de nous avoir fait découvrir son métier, sa passion, et d'avoir répondu aux questions des jeunes...

Centres de Loisirs

Elsa Triolet 6-12 ans

Les mercredis d'Elsa:

- 1er mars : Bowling
 - 8 mars: découverte de livres et contes sur la Turquie
 - 15 mars: Jeux collectifs en extérieur
 - 22 mars: Sortie au parc du Plessis
 - 29 mars: Activités de Pâques
 - 5 avril: Pâtisserie Turque
- Vacances de printemps:** centre de loisirs du 10 au 21 avril

11-25 ans

- 1er mars: 14h-16h45 Atelier carnaval
- 4 mars: 13h-15h Rendez-vous Citoyens
- 8 mars: 14h-21h Journée des droits des femmes
- 9 mars: 16h45-18h Goûter rencontre au local
18h-19h répétition de la choré pour le carnaval
- 15 mars: 14h-16h45 Opération confettis
12h-17h Forum job d'été
- 16 mars: 16h-18h Offres emploi et formation par la Mission Locale
18h-19h répétition de la choré pour le carnaval
- 18 mars: Carnaval
- 22 mars: 14h-18h Carrés potagers
- 23 mars: 16h-18h Visite du BIJ
18h-20h Pot du Carnaval
- 24 mars: 16h45-18h45 Projection de courts métrages et débat
- 25 mars: 9h-21h Sortie à St-Nazaire 7€
- 29 mars: 14h-18h Carrés potagers
- 31 mars: 17h45-18h45 Visite du Grand Théâtre

L'IBDC, Le Journal, Maison de Quartier du Bois du Château
9 rue Jules Massenet 56100 Lorient - tél: 02.97.37.75.31
Responsable de publication: Lucie Le Bourhis, Présidente, Maison de Quartier
Directeur de la publication: Tidiane Diouf, Directeur, Maison de Quartier
Rédaction: Tidiane Diouf, Betul Bayram, Jean-Michel Le Guen, Sandra Lebrun, Magali Gabiot
Maquette et mise en page: Jean-Michel Le Guen
Dépôt Légal, janvier 2017 - Impression Actif Copie, Lorient



L'information du Bois du Château

N°: 1 mars-avril 2017

Du carré au potager !

Un futur jardin partagé au Bois du Château !

Avec l'envolée des prix des fruits et légumes, c'est le moment de partager un petit bout de verdure, un peu d'herbes aromatiques...

C'est aussi l'occasion d'échanger vos idées, vos souhaits sur les futurs carrés potagers qui seront installés aux rues Charles Gounod et Leo Delibes. Afin de papoter, semer, bricoler, créer du lien, nous vous invitons à participer aux premiers ateliers de fabrication des bacs qui débiteront les mercredis 22 et 29 mars de 14h à 18h.

Les ateliers seront animés par Vincent et son équipe d'Idées Détournées. Ces bacs seront mis sur pieds en hauteur pour une hygiène favorable, décorés par les enfants et Opti'mism, bricolés par ceux qui le souhaitent...

Les bienfaits du jardin partagé :

- *Retrouver le contact avec la Nature
 - *Eveiller et émerveiller les enfants
 - *Se détresser
 - *Apprendre le nom des plantes aromatiques ou comment planter, semer....
 - *Stimuler la curiosité
 - *Approche sensorielle...
- Renseignements et inscription à l'accueil de la Maison de Quartier.
Venez nombreux ! Parents, enfants, ados, soyez les bienvenus !

Nouvelles activités jeunes

11-15 ans

- Lundi 18h-19h : sports au gymnase
- Mercredi 16h45-18h45 : Atelier cuisine

13-25 ans

- Mercredi 17h-19h : Atelier danse

Chasse à l'oeuf

Dimanche 9 avril

À partir de 10h chasse aux oeufs au parc du Bois du Château organisée par le **Secours Populaire**.
Restauration sur place,
Stands et animations musicales l'après-midi.

Événement

Citoyens d'ici et d'ailleurs, la Turquie

Vendredi 28 Avril à 18h30:

Projection d'un film sur la Turquie suivie d'un débat



Samedi 29 avril à 19h:

- Vernissage de l'exposition photos
 - Présentation du pays (histoire, culture, gastronomie)
 - Repas turque : 5€ / enfant et 10€ / adulte et animations
- Renseignements et inscriptions : Maison de Quartier

Agenda

Mars 2017

- 04/03
Forum des formations, Palais des congrès de Lorient
- 08/03
Journée de la Femme à la Maison de Quartier
- 12/03
Troc et puces des éclés à Cosmao Dumanoir
- 13 au 19/03
Festival de films *Pêcheurs du monde*, à Lorient
- 15/03
Forum Jobs d'été au Palais des congrès
- 18/03
Carnaval de Lorient " Comme dans un livre"

Avril 2017

- 05/04
Café des Globe-Trotters à 18h00 à la MPT de Kervenaneq
- 09/04
Chasse à l'oeuf organisée par le Secours Populaire. Parc du Bois du Château
- 28/04 et 29/04
Citoyens d'ici et d'ailleurs, La Turquie, Maison de Quartier Bois du Château

Zoom sur un pro

Rencontre avec Magali Gabiot, Conseillère en insertion professionnelle au Centre d'Information sur le Droit des Femmes et des Familles

Qu'est-ce que le CIDFF ?

Le Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles est une association nationale loi 1901 qui a pour mission de favoriser l'autonomie des femmes et de promouvoir l'égalité entre les hommes et les femmes. Sur le Morbihan nous avons 4 axes d'intervention : l'accès au droit (l'information juridique), la lutte contre les violences (cogérée avec la Sauvegarde 56), l'information et/ou accompagnement vers l'emploi et les missions de formation/éducation et citoyenneté.

Depuis combien de temps travaillez-vous sur le quartier ?

Nous intervenons depuis 2014 par le biais d'une action «Ailes vers l'emploi» destinée aux femmes résidentes du quartier souhaitant construire un projet professionnel, être accompagnées vers l'emploi, l'accès à la formation ou à la création d'entreprise. Pour ma part, je suis arrivée en novembre 2015 en remplaçant Marie Lebrun qui a monté ce projet.

Quels sont les éléments, les choses positives de / sur ce quartier ?

L'implication et la détermination des habitantes pour s'insérer socialement et professionnellement. Les échanges riches lors des collectifs, un esprit d'entraide avec une mixité culturelle et sociale. Le travail en équipe et en collaboration avec les différents professionnels du quartier pour débloquer certaines situations et faire avancer les choses.

Avez-vous une anecdote sur le quartier ?

Pas forcément des anecdotes mais des souvenirs et des retours de femmes qui ont franchi de nombreuses étapes et qui aujourd'hui sont soit en poste soit sur la concrétisation de leur projet.



Rencontre avec Henri Scanvic

Ancien conseiller général Lorient-Nord, ex-président du Comité de Quartier et ex-Président de l'association de la Maison de Quartier, Amin a rencontré Henri Scanvic...

Combien de temps avez-vous agi sur le quartier ?

J'agis depuis 1981 suite à une réunion avec Jean-Yves Le Drian à la Maison de Quartier. On avait continué notre discussion devant la Maison de Quartier. Il m'a demandé « d'aimer ce quartier ». Ainsi, j'ai fait des permanences à la Maison de Quartier toutes les semaines pour discuter et dépanner les habitants. Lorsque j'étais adjoint au logement, j'ai été à la rencontre du Ministre du Logement avec les maires de Brest et de Rennes. J'ai présenté un projet pour améliorer le quartier de Bois du Château. Le Ministre l'a accepté et a décidé de le subventionner. De plus, le Comité de Quartier, créé à partir de 1992, a permis aux habitants de s'évader avec, par exemple, le feu de la Saint-Jean. J'ai été président de la Maison de la Quartier et membre de son conseil d'administration que j'ai quitté il y a environ 2 ans pour laisser la place.

Qu'aimez-vous dans ce quartier ?

J'aime la simplicité des gens, le contact, la chaleur procurée par les habitants. Les habitants sont sympathiques. C'est un quartier très agréable.

Avez-vous quelques anecdotes à nous raconter ?

Il y a eu la visite du préfet dans le quartier pour lui montrer l'état du quartier à travers la visite des différentes structures présentes dans le quartier, le parc mais aussi les logements. Cela doit être la seule fois où un préfet est venu dans le Bois du Château. De plus, il y a eu le coup aux enseignants lorsqu'il y a eu l'annonce de fermetures de classes. Ainsi je faisais des démarches au Ministère de l'Education Nationale.

Interview réalisée par Amin Tamoum

L'asso à la loupe

Lorient Handball



Le Lorient Handball est né le 20 Juin 1990 après trois années de concertation, de discussions... et avec l'accord des deux conseils d'administration des clubs lorientais : Le Patronage Laïque Lorientais (PLL) et le

Foyer Omnisport Laïque et Culturel de Lorient Ouest (FOL-CLO)

Le Lorient HBC est une association loi 1901. Son budget est alimenté par : les cotisations de ses adhérents, les subventions municipales, le produit des actions organisées (collecte de papier, trophée Yves Allainmat...), le partenariat et/ou le mécénat d'entreprise, les dons de particuliers, des subventions ponctuelles : département, région, état (DDCS). Lorient Hand offre à chaque jeune licencié du club un encadrement compétent et formé, sous la responsabilité d'un professionnel : deux à trois entraînements hebdomadaires, stages pendant les vacances scolaires et participation à des tournois, en Bretagne mais aussi à l'étranger (Barcelone été 2014).

Les Équipes seniors : Excellence masculine, Excellence féminine, Honneur masculine poule ouest

Équipes jeunes Régionales

- 17 ans régionale masculine
- 17 ans régionale féminine
- 15 ans régionale masculine

Équipes jeunes Départementales

- 18 ans départementale masculine et féminine
- 16 ans départementale masculine
- 14 ans départementale masculine 1 et 2
- 14 ans départementale féminine
- 12 ans départementale mixte 1 et 2
- 12 ans départementale féminine

Ecole de hand-10 ans -8 ans

Contact :

Lorient Handball Club Complexe sportif du Bois du Château, Rue Jules Massenet 56100 Lorient - 02 97 83 85 10 www.lorient-handball.com

Conseil Citoyen

Le quartier entre en phase de renouvellement urbain. Un conseil citoyen a été créé au Bois du Château. Il a pour mission d'être un lieu d'échanges entre habitants, de développer l'expertise d'usage, d'assurer la représentation des habitants dans toutes les instances du contrat de ville et de constituer un espace permettant les initiatives à partir des besoins des habitants.

Vous êtes habitant(e)s du quartier, vous souhaitez participer au conseil citoyen contactez la Maison de Quartier ou le service Proximité et Vie citoyenne de la ville de Lorient au 02.97.02.22.46.

Vous pouvez également vous joindre à la déambulation qui aura lieu **mardi 21 mars**. Rendez-vous à **15h30** devant la Maison de Quartier

Votre quartier se transforme

Après la phase de transformation de Kervéanec sud, Bois-du-Château et Kervéanec nord vont faire l'objet d'un programme national de rénovation urbaine : espace public amélioré, constructions neuves, réhabilitation de logements... Le protocole a été signé le 27 février lors de la venue de M. Patrick Kanner, Ministre de la Ville et le projet recevra donc le soutien de l'Etat par le biais de l'Agence Nationale pour la Rénovation Urbaine.

La ville n'a pas attendu ce feu vert pour amorcer la modernisation du quartier, pour preuve les travaux effectués à la halte garderie Elsa Triolet et la construction d'un nouveau bâtiment Jules Massenet en lieu et place de l'ancien foyer de personnes âgées.

La prochaine phase de travail verra la démolition de l'immeuble de la rue du Bois du Château qui devrait débuter en mars 2018. Les locataires concernés bénéficieront d'un accompagnement personnalisé, de la proposition d'un nouveau logement, du déménagement à l'installation dans leur nouvelle habitation.



Lorient Agglomération, Lorient Habitat et la ville de Lorient, souhaitent redorer le blason du quartier et faire venir de nouveaux habitants, notamment en proposant une offre de logements diversifiés. Ils s'appuieront également sur l'implantation de nouveaux services et favoriseront le commerce de proximité. Enfin, les différents équipements, les logements et le parc seront reliés par de nouveaux cheminements paysagés. Les habitants du quartier peuvent donner leurs avis et suivre les avancées du projet de renouvellement urbain en participant au Conseil Citoyen. Cf article «Conseil citoyen»

Journée de la femme

8 mars 2017 à la Maison de Quartier du Bois du Château
12h30 : échanges sur la vie de femme et de mère autour d'un repas partagé, apportez un plat à partager. Les échanges seront suivis d'une projection de films courts : « Géraldine », « Femme au volant » et « Je suis le machisme ordinaire »
18h30 : apéro-rencontre « la femme en 2040 »
• Jeu sur les dates clés sur les droits des femmes : de 1880 à aujourd'hui, avec la participation des étudiantes de l'IBEP
• Atelier prospectif animé par l'association Futuroouest sur la place de la femme en 2040 avec 3 grands thèmes : les femmes dans l'espace public, les femmes et le travail, les femmes et la famille.
Association Futuroouest : <http://www.futuroouest.com>
Exposition : « Les grandes résistantes contemporaines » à la Maison de Quartier jusqu'au 3 avril.
Entrée libre et gratuite à la Maison de Quartier