

ATELIERS ET ACTIVITÉS DU CENTRE SOCIAL ET CULTUREL

CE TABLEAU REPREND TOUS LES ATELIERS ET TOUTES LES ACTIVITÉS RÉGULIÈRES DE L'ANNÉE 2024 - 2025

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h				9h30- 11h « Autour d'un café...l'emploi »			
10h		9h - 11h00 Permanence numérique			9h30 - 11h30 Atelier Dessin		
11h	11h - 12h15 Stretching Postural ☀️	10h - 11h30 Atelier Mémoire 9h30 - 11h30 Atelier Dessin 10h30 - 12h00 Aide à l'informatique	10h « Qu'est-ce qu'on fait ? » (1/mois)		10h - 12h Atelier écriture (2/mois) 10h Marche Active 10h45 - 12h Sophrologie ☀️		10h - 12h Clowns pour tous 10/99 ans ☀️ 1/mois
12h	12h15 - 13h30 Stretching Postural ☀️	11h - 12h30 Yoga ☀️ 12h45 - 13h45 Pilate ☀️	11h30 - 13h Yoga ☀️		12h Table d'hôtes (tous les 15 jours) 12h15 - 13h30 Stretching Postural ☀️		
13h							
14h	14h - 16h - Jardin Partagé - Marche Douce	14h30 - 18h Tricot : « 10 doigts, 2 mains »		14h - 18h « De jeux en jeux » 14h - 15h Gym Bien-Être ☀️	14h15 - 15h45 Atelier numérique débutants 15h - 16h30 Gym Détente		
15h	14h - 15h15 Stretching Postural ☀️	14h15 - 15h45 Atelier Numérique « initiés »	14h - 17h Atelier Couture	14h15 - 15h45 Atelier Numériques initiés 14h30 - 16h30 Club de lecture : l'oiseau lyre 1/mois			
16h	14h15 - 15h45 Atelier numérique débutant 15h30 - 16h45 Qi Gong ☀️						
17h			17h - 18h Théâtre d'improvisation 9/12 ans ● ☀️	17h - 18h30 Atelier Dessin 6 ans et +	17h15 - 18h Danse Rythmique 3 ans et + ● ☀️		
18h			17h - 18h45 Atelier Couture 8/12 ans ●	18h15 - 21h45 Cours de japonais ☀️	18h15 - 19h Danse Moderne 6/11 ans ● ☀️		
19h			18h30 - 19h30 Danse Néo- classique 7/11ans ● ☀️	19h30 - 20h45 Stretching postural ☀️	19h15 - 20h15 Danse néo-clas- sique Ados ● ☀️		
20h	20h - 21h15 Danse Orientale ☀️	20h - 21h15 Danse Orientale ☀️	20h - 22h Théâtre d'improvisation ☀️	20h - 22h Théâtre d'improvisation ☀️	20h15 - 21h15 Danse Moderne Ados ● ☀️ 18h30 - 21h30 LA CLIK (2/mois)		

● La pastille bleue indique les activités à destination des enfants et des jeunes.

☀️ Le soleil indique les activités mises en place par nos partenaires associatifs