



Ville de
**PONTAULT
COMBAULT**

PROGRAMMATION 2023-2024
ASSOCIATION

Centres Sociaux & Culturels

DE PONTAULT-COMBAULT





ÉDITO

Chers habitants et voisins, chers amis,

Quel bonheur de pouvoir annoncer ici une nouvelle saison pleine de promesses !

Notre association porte aujourd'hui deux centres sociaux et culturels, le centre historique rue de l'Orme au Charron et le nouveau centre, implanté dans un lieu magnifique place du général Leclerc, le centre Mosaïque. Ces deux lieux sont ouverts à tous, petits et grands, de tout âge et de toutes cultures, pour des activités, des voyages et sorties, des fêtes, du bénévolat, des actions citoyennes et beaucoup, beaucoup de chaleur humaine. Vous y êtes tous les bienvenus, pour donner et recevoir, pour participer avec nous à l'animation de la vie sociale sur le territoire comme pour proposer vos idées de développement. Que vous ayez envie de vous distraire, d'apprendre, de faire des rencontres ou de donner un coup de main, vous trouverez votre juste place dans nos structures porteuses des valeurs de solidarité, de démocratie et de dignité humaine.

Alors, n'hésitez plus, rejoignez-nous dans cette belle aventure collective !

Marie-Noëlle Rouanet,

présidente de l'Association des centres sociaux et culturels de Pontault-Combault

DEVENIR BÉNÉVOLE

Être adhérent, c'est soutenir nos valeurs et notre projet associatif. Participer à la vie de Pontault-Combault et s'investir bénévolement, c'est aussi en devenir un acteur direct. Selon vos motivations, vos disponibilités et vos savoir-faire, les choix sont multiples. Vous pouvez nous rejoindre comme bénévole :

- Pour aider ou animer une activité permanente (accompagnement scolaire, plateforme linguistique, animation d'atelier de loisirs, écrivain public)
- Pour donner un coup de main ponctuel : organisation d'une soirée ou d'un événement, Troc et Puces (plus de 80 bénévoles chaque année).
- Pour participer à un groupe de travail régulier : des commissions composées de bénévoles pilotent des activités du centre social, il y en a pour tous les goûts.
- Pour participer à la gouvernance de l'association et prendre part aux décisions en intégrant le conseil d'administration (après élection par l'assemblée générale ou en intégrant le Collectif des Habitants).

INFOS PRATIQUES

OUVERTURE ET ADHÉSION

Les centres sociaux et culturels rouvriront leurs portes dès le 1^{er} septembre 2023, les activités reprendront dès le 11 septembre.

Pour toute activité, une adhésion est nécessaire.

En adhérant à l'association, vous adhérez aux valeurs des centres sociaux et vous avez accès aux activités des deux centres.

Tarifs d'adhésion

- Adulte : résident 12 € / non résident 17 €
- Moins de 18 ans : résident 6 € / non résident 8,50 €

RÉDUCTIONS ACCORDÉES

Pour bénéficier d'une réduction sur la tarification des ateliers culturels, il est nécessaire de présenter votre avis d'imposition 2023. Les réductions selon les ressources sont accordées uniquement aux Pontellois-Combalusiens.

• Réduction en fonction des ressources

20% pour les ressources mensuelles inférieures ou égales à 900 €

10% pour les ressources mensuelles inférieures ou égales à 1 400 €

• Réduction pour l'inscription à plusieurs ateliers culturels

À partir du deuxième atelier, une famille bénéficie d'une réduction de 10% sur les ateliers socioculturels suivants. Les stages, les activités sociales et le quotient familial sont exclus de cette disposition. Pour une inscription en cours d'année, la tarification sera proratisée (hors adhésion).

PÉRIODE D'ESSAI

Les ateliers socioculturels sont programmés sur la base de 30 semaines d'activité.

Les nouveaux usagers peuvent participer une fois gratuitement pour essayer un atelier.

À l'issue de cette période d'essai, il ne sera plus possible de fréquenter l'atelier sans règlement de l'adhésion et de la tarification correspondante.

CENTRE SOCIAL ET CULTUREL

4 rue de l'Orme au Charron,
77340 Pontault-Combault

CONTACTS ET HORAIRES

01 60 28 51 01

cscpontault@gmail.com

cscpontault.centres-sociaux.fr

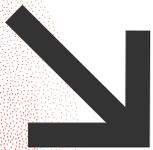
Le CSC est ouvert :

Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 19h

Mercredi de 9h à 12h et de 14h à 19h*

Samedi de 9h30 à 13h30*

*Fermé pendant les vacances scolaires (hors adhésion).



Toutes les activités des centres nécessitent d'adhérer.
Pour tout complément d'informations, tarifs,
programmes et inscriptions, n'hésitez pas à vous
renseigner auprès des deux centres.

ENFANCE & JEUNESSE

ACCUEIL DE LOISIRS

Tous les après-midis des vacances, le CSC propose deux accueils de loisirs (enfants et adolescents). Au programme, de nombreuses activités : jeux, activités sportives, sorties... Consultez le programme sur notre site internet ou à l'accueil 15 jours avant les vacances.

L'ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

L'accompagnement à la scolarité met l'accent sur l'organisation du travail personnel et sur la méthodologie pour encourager l'envie d'apprendre et le plaisir de découvrir. Il mêle activité ludo-éducative et accompagnement aux devoirs.

Deux soirs par semaine soit les lundis et jeudis, soit les mardis et les vendredis. Démarrage à partir du lundi 2 octobre.

Tarifs : de 16h45 à 18h Élémentaire : 48 €/an - de 18h15 à 19h30 Collège : 69 €/an

PARRAINAGE (COLLÈGE ET LYCÉE)

Votre enfant a des difficultés dans une matière ? Un parrain l'accompagne une heure par semaine en individuel dans une matière (mathématiques, anglais, français).

MERCREDI DES OCTOFUNS

Des activités de loisirs, des jeux, des ateliers en plein air sont proposés aux enfants de 6 à 11 ans. Ces activités sont réalisées en partenariat et co-animation avec des bénévoles seniors.

Mercredi de 14h à 16h30

Tarifs : 18 € au trimestre si inscrit à l'accompagnement à la scolarité. 25 € pour les autres + adhésion.

MERCREDI DES P'TITS CHEFS

De 10h à 12h, des ateliers culinaires sont proposés aux enfants de 6 à 11 ans.

Tarifs : 18 € au trimestre si inscrit à l'accompagnement à la scolarité. 25 € pour les autres + adhésion.



PROJETS ADOLESCENTS

Tu as un projet de sortie, d'activité ou de séjour à proposer ? L'équipe jeunesse du CSC t'accompagne dans tes envies et tes idées. Tu participeras à des actions d'autofinancement pour réaliser un projet collectif (séjour ou autre).

ELDOR'ADOS

Le CSC propose aux 11-17 ans de la ville deux fois par semaine un temps qui leur est entièrement réservé :

Ateliers culinaires, sorties culturelles, jeux de société, soirées, bien-être... et bien d'autres activités. Consultez le programme mensuel sur notre site ou à l'accueil.

Mercredi 18h-20h et vendredi 18h-21h

ANIMATION DE QUARTIER

Chaque mois de juillet, les animateurs du centre social et culturel vous proposent des animations de proximité de 16h à 20h.

Les lieux : La Gare, Cassart, Ocil, Général Leclerc (vieux Pontault), Jardin d'Aimé (Mozart Amandine).

INTER JEUX'NESSE

Du sport, des quizz, des jeux et surtout des défis incroyables à relever... Des valeurs à porter comme le respect, l'entraide et le dépassement de soi. RDV en juin 2024.

Inscription par équipe de 4 jeunes de 11 à 14 ans et de 15 à 17 ans.



FAMILLES

ACCOMPAGNEMENT AU DÉPART EN VACANCES EN FAMILLE

Préparer votre projet et être soutenu dans les étapes de sa réalisation, connaître les aides disponibles, choisir une destination, organiser le transport, établir un budget, prévoir des activités : autant d'étapes à anticiper pour partir sereinement. Le CSC vous donne des conseils et vous aide à organiser vos vacances.

ÉPARGNE DE SOLIDARITÉ FAMILIALE

Toute l'année des actions d'autofinancement sont proposées aux familles dont le quotient CAF est inférieur à 1 100 € pour alimenter un compte épargne. Ce dernier est utilisable pour les vacances, sorties, activités sportives et culturelles... Renseignement auprès de notre référente famille.

ATELIERS À 4 MAINS

Chaque mercredi et pendant les vacances, le CSC vous propose un atelier créatif, culinaire ou ludique pour partager un moment de complicité parent / enfant. Ouvert aux parents ou grands-parents accompagnés d'un ou deux enfants de 3 à 9 ans.

Tarif : 25 € par trimestre + adhésion

TEMPS PARTAGÉS

Parents et adolescents se retrouvent pour des animations communes (cuisine, sortie, activité sportive ou détente...). Une occasion pour échanger autrement et se rapprocher un peu plus ! Consultez régulièrement notre programme d'animation.

NOËL DES FAMILLES

Ateliers, stands de jeux, mini spectacles, conteurs, goûter et... distribution de cadeaux par le père Noël ! Ouvert à tous sur inscription à l'accueil. Rendez-vous le mercredi 20 décembre 2023 après-midi.

BOURSE AUX JOUETS

Une manière intelligente pour vendre et acheter des jouets !

Rendez-vous le dimanche 9 novembre.



SENIORS ET RETRAITÉS

ATELIERS CUISINE

Deux fois par mois, venez profiter d'un moment convivial et gourmand, partagez vos recettes ou découvrez-en de nouvelles pour améliorer votre diététique.

Le vendredi de 9h30 à 14h. Tarif : 10 € sur inscription

ATELIERS DU PRIF

• Atelier bien chez-soi

Comment aménager son logement pour éviter les chutes et autres accidents domestiques chez les plus de 60 ans. Du 2 octobre au 13 novembre (6 séances). Inscription dès septembre à l'accueil.

• Atelier mémoire

Exercices ludiques destinés à mobiliser la mémoire en développant l'attention et en stimulant la curiosité. Démarrage en 2024 (11 séances de 2h).

JARDIN'ÂGE

Des envies de jardiner, mais pas tout seul ? Des compétences en bricolage à partager ? Nous recherchons nos fées du jardin ! Venez nous aider à embellir l'extérieur du CSC, toutes les bonnes volontés sont les bienvenues.

CAFÉ LUDIQUE & NUMÉRIQUE

Ce temps est également destiné à vous présenter les astuces autour du numérique et à répondre à toutes vos questions. Programme des thèmes abordés à l'accueil.
Jeudi de 14h à 15h30 sur inscription.

ESPACE ÉCHANGES : LES MARDIS SYMPAS

Au centre ou en extérieur, toute l'année notre petit groupe ne manque pas d'activités : loto, bowling, jeux de société, cueillettes, sorties, activités créatives...
Mardi : 14h-16h30

STAGES DE SOPHROLOGIE

Faire face à ses angoisses, améliorer sa confiance en soi, ouvrir des perspectives, atténuer les maux du corps... ce sont des thématiques qui pourront être proposées selon les souhaits des participants, sous forme de stages de 4 à 6 séances (1 stage par semestre).

Le vendredi du 10/11 au 8/12/2023, de 15h30 - 16h30

Tarif : 5 séances : 60 €

STAGE DE REMISE EN FORME SENIORS + 60 ANS

8 séances d'exercices adaptés aux seniors et 2 ateliers de nutrition pour retrouver une pleine vitalité ! 10 places sur inscription.

Le jeudi du 12/10/2023 au 18/01/2024 de 14h à 15h30.

Tarif : Participation 40 € + adhésion.



POUR SORTIR



SÉJOURS

- Bavière et Autriche : du 4 au 9 octobre 2023
- Croisière sur le Rhin (Strasbourg, Mannheim, Rudesheim, Coblenze) : du 2 au 6 avril 2024
- Les Pouilles (Italie) · du 24 au 30 mai 2024 : circuit 7 jours

Référente : *Patricia DELAUME*

SORTIES CULTURELLES

- Abbaye de Royaumont et château d'Écouen : 16 octobre · Journée complète
- Château de Rosa Bonheur (by Thomery) : 9 novembre · Après-midi

Référente : *Marie-Thérèse GENSE*

Permanence inscriptions le mardi de 9h à 11h.

SORTIES SPECTACLES

- «LAPIN» pièce avec Pierre ARDITI et Muriel ROBIN au Théâtre Edouard VII Paris : samedi 6 janvier 2024
- «LORSQUE L'ENFANT PARAIT» pièce avec Catherine FROT au Théâtre de Yerres (91) : samedi 27 janvier 2024
- Dîner spectacle au CABARET SENSUALLY (Millésime à Montevrain) : samedi 10 février 2024
- «LE JOUR DU KIWI» pièce avec Gérard et Arthur JUGNOT au Théâtre de Yerres (91) : dimanche 10 mars 2024
- Journée Croisière sur la Seine à Conflans S^{te} Honorine + maison Zola à L'Isle Adam : samedi 4 mai 2024
- Journée en TOURAINE (Richelieu et Chinon) : croisière sur la Vienne et visites de la ville et des caves avec dégustation : samedi 15 juin 2024

Référente : *Patricia DELAUME.*

Permanence pour information et inscription le mardi de 9h30 à 12h



POUR TOUS

ANGLAIS

- Mercredi 18h-19h : adultes débutants avancés 3^e année
- Mercredi 19h-20h30 : adultes niveau intermédiaires
- Jeudi 19h-20h : débutants complets
- Vendredi 9h15-10h45 : niveau avancé
- Samedi 10h-11h : enfants CP-CM2
- Samedi 11h-12h : enfants 11 à 14 ans

Tarifs : 183 € (1h) et 276 € (1h30) /an

PILATES

- Lundi 10h-11h : seniors
- Lundi 11h-12h : intermédiaires
- Jeudi 15h30-16h30 : Pilates sur chaise
- Jeudi 16h30-17h30 : à fond la forme ! : renforcement musculaire, cardio, pilates, stretching
- Jeudi 17h30-18h30 : seniors
- Jeudi 18h30-19h30 : intermédiaires
- Jeudi 19h30-20h30 : confirmés

Tarif : 246 €/an

COURS DE COUTURE

Lundi : 9h-13h / 13h30-17h30 / 18h30-21h30
Mardi : 9h-13h / 13h30-17h30 / 19h-22h
Mercredi : 13h30-17h30 / 17h45-20h45
Jeudi : 9h-13h / 18h-21h

Tarifs : 300 € (3h) et 400 € (4h) / an

Samedi - Cours 1 fois par mois
9h-13h / 13h30-16h30

Tarifs : 150 € (3h) et 200 € (4h) / an

CHORALE « DÉMONS ET MERVEILLES »

Vendredi 13h30-16h30

Tarif : 117 €/an

MARCHE NORDIQUE

Mardi : 9h30-11h30 (pour une
première séance rdv au CSC à 9h15)

Tarif : 117 €/an



POUR TOUS

COURS DE PEINTURE NÉO POINTILLISME

Mercredi : 14h-16h

Tarif : 105 €/an

ATELIER DE DESSIN

Jeudi : 9h30-12h

Vendredi : 9h30-12h

Tarif : 105 €/an

MES PREMIERS PAS VERS L'ESPAGNOL

Pour les élémentaires : lundi 18h30-19h30

Pour les collégiens : mardi 18h30-19h30

Tarif : 105 €/an

ÉVEIL CORPOREL POUR ADULTES

Mercredi : 10h30-11h30

Mardi : 18h - 19h

Tarif : 105 €/an

ATELIER TRICOT

Vendredi 14h-16h

ATELIER SCRAPBOOKING

Vendredi : 14h-16h30 - 1 fois par mois

Tarif : 35 €/an

JEU PYRAMIDE

Mardi 14h-16h30

ESPACE ÉCHANGES « LES MARDIS SYMPAS »

Mardi : 14h-16h30

Loto, bowling, jeux de société, cueillettes, sorties diverses ...

ATELIER DE SOLIDARITÉ

Mardi : 9h30-11h30



JEUX EN FOLIE

Un samedi sur deux c'est soirée ludique et conviviale ! Tout type de jeux de société, de 18 à 99 ans.

19h - 00h



ACCÉDEZ À VOS DROITS

ESPACE PUBLIC NUMÉRIQUE

• En autonomie :

Le CSC met à disposition une borne internet pour vous permettre d'accomplir vos démarches administratives sur internet (CAF, impôts, sécurité sociale...) : consultation, impression de situation, déclaration, demande de droits.



La borne est disponible en libre accès durant les horaires d'ouverture de l'accueil si vous maîtrisez Internet.

• Avec accompagnement :

Vous pouvez prendre un rendez-vous avec la conseillère numérique afin de bénéficier d'un accompagnement plus spécifique, notamment pour les personnes n'étant pas en mesure d'assurer seules leurs recherches ou démarches sur les sites internet. Lors des rendez-vous, vous devez venir avec tous les documents nécessaires (identifiant, mot de passe etc).



**CONSEILLER
NUMÉRIQUE**
France
services

Ce service est proposé principalement pour les Pontellois-Combalusiens.

ATELIER NUMÉRIQUE

Notre conseillère vous propose également des ateliers numériques pour vous apprendre à entreprendre vos démarches numériques seul-e ou pour apprendre à maîtriser les outils de communication (Smartphone, tablette, WhatsApp, la boîte mail...) et l'informatique.

Jeudi et vendredi de 14h à 15h30.

ÉCRIVAIN PUBLIC

L'écrivain public vous aide à lire, à rédiger vos courriers (CAF, Pôle Emploi, lettre motivation...). Sur rendez-vous. Participation symbolique de 1 € ou adhésion. Pour tout renseignement, s'adresser directement à l'accueil.

MÉDIATION FAMILIALE

Vous avez un différend familial (séparation, divorce, autorité parentale...)?

La médiation familiale peut vous aider.

Elle se met en place avec votre accord et celui de toutes les parties afin de rétablir la communication et de rechercher une solution amiable à votre litige. Elle peut aussi être décidée par le juge.

CERAF : entretien d'information sur rendez-vous.

Contacts : Monsieur MERY au 06 67 01 12 76 ou M^{me} SANTOS FRANCISCO au 07 49 38 80 53.

ATELIERS SOCIOLINGUISTIQUES : APPRENDRE LE FRANÇAIS

Pour accompagner les adultes étrangers dans leur apprentissage du français, ces ateliers permettent de mettre en pratique le vocabulaire du quotidien et d'acquérir des connaissances sur la vie en France (scolarité, emploi, administratif, numérique, loisirs, citoyenneté etc)

- Cours en journée (2 fois par semaine)
42 € par trimestre, 21 € pour les personnes ayant ratifié un CIR ou en situation de réfugié (BPI). Prendre rendez-vous à l'accueil pour l'inscription.

- Cours du soir (2 soirs par semaine)

De 19h à 20h30 : 150 €/ annuel

ESPACE PARTENAIRES

L'APPORTE-PLUME : ATELIER D'ÉCRITURE

Jeudi de 13h30 à 16h30

Contact : 06 64 07 83 55 / 01 64 40 86 60

YOG'AVENIR

- Mardi 9h15-10h30
- Mardi : 15h-16h15 (Yoga Parkinson et mobilité réduite)
- Jeudi 9h-10h15
- Vendredi 9h15-10h30 / 18h15-19h30
- Samedi 10h45-12h

Contact : Patricia LEROUX DAUTIN - 06 18 04 21 87

Email : yogavenir94@gmail.com / www.yogavenir.com

VMSGROUP KOLLYWOOD

VMSgroup est un groupe de danse spécialisé dans la danse Kollywood, un style de danse dynamique populaire originaire de la culture tamoule en Inde.

Mardi 19h30 - Dimanche 15h

VMSgroup propose également des prestations pour tout type d'événement (mariages, anniversaires...)

Contact : 07 60 75 28 83 - Instagram : _vms_group

Email : groupvms3@gmail.com

BOXE FÉMININE

La boxe féminine est l'assurance d'une remise en forme garantie. Nous vous proposons l'apprentissage de la boxe dans un cadre bienveillant et nous veillerons à l'acquisition d'une réelle technique. Elle constitue également un véritable moyen de se défouler et d'améliorer sa condition physique.

Cours accessibles à tous les niveaux.

Dimanche 10h-11h30

Contact Anaïs : 06 67 47 38 03

Tarif : 280 €

ASSOCIATION DE DANSE INDIENNE

Samedi de 13h à 16h

Contact : 06 95 08 92 08

COUTUMES ET TRADITIONS DU MINHO

Danse folklorique portugaise

Vendredi : 21h30-00h

Tél : 06 08 88 18 60

Email : actmfolklore@orange.fr

AGENDA

Par l'Association des centres sociaux et culturels

FORUM DES ASSOCIATIONS Dimanche 3 septembre

TROC & PUCES Dimanche 24 septembre

SEMAINE BLEUE Du 2 au 8 octobre

NOËL DES FAMILLES Mercredi 20 décembre

RÉVEILLON DE LA SAINT SYLVESTRE Dimanche 31 décembre

JOURNÉE BIEN-ÊTRE Samedi 9 mars

Par le Centre social et culturel

PUCES DES COUTURIÈRES D'AUTOMNE Dimanche 5 novembre

BOURSE AUX JOUETS Dimanche 19 novembre

FÊTE DES 6^{ÈME} Vendredi 5 avril

PUCES DES COUTURIÈRES DE PRINTEMPS Dimanche 28 avril

INTER JEUX'NESSE Avril/mai

CONCERT CHORALE DÉMONS ET MERVEILLES Juin

Par le Centre social et culturel Mosaïque

SEMAINE PORTES OUVERTES du 11 au 15 septembre

JEU-ENQUÊTE DU VIEUX PONTAULT Samedi 16 septembre

DANS LE MIROIR DE L'INSTITUTEUR PETIT (en partenariat avec l'association Pontault Patrimoine, la médiathèque Thiriot et les Passerelles)

OCTOBRE ROSE Octobre

SEMAINE EUROPÉENNE DE LA RÉDUCTION DES DÉCHETS Novembre

LA SEMAINE DES DROITS DES FEMMES ON EST TOUTES CAPABLES ! Mars

LA FOIRE AUX PLANTES Dimanche 24 mars

LA FÊTE DU VOISINAGE ET DU JEU Vendredi 24 mai

LE LOTO VENDREDI 28 juin

CENTRE SOCIAL ET CULTUREL MOSAÏQUE

Place du Général Leclerc,
77340 Pontault-Combault

CONTACTS ET HORAIRES

01 82 33 04 24

csc.sud77340@gmail.com

cscpontault.centres-sociaux.fr

Le CSC est ouvert :

Lundi, mardi, et jeudi de 9h à 12h et de 14h à 19h

Mercredi de 10h à 12h et de 14h à 19h

Vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 19h

Le CSC Mosaique est un lieu de ressources pour toutes et tous. Sa mission d'accueil : vous écouter et vous orienter.

L'accueil représente la porte d'entrée pour toute demande concernant vos démarches ou vos projets.

Venez découvrir le CSC Mosaique à l'occasion de la semaine portes ouvertes du **11 au 15 septembre 2023**.

C'est le moment idéal pour rencontrer l'équipe et découvrir les animations du centre.



ENFANCE ET JEUNESSE

GÉNÉRATION MOSAÏQUE

Les mercredis après-midi, venez passer un moment de loisirs en famille ou inscrire vos enfants.

Des activités sont proposées :

- L'éveil des petits de la naissance à 5 ans.
- Activités manuelles ou de création de 6 à 12 ans.
- Activités jeux de société/collectif de 7 à 12 ans.
- Jardinage à partir de 7 ans.
- Atelier goûter de 5 à 12 ans : à partir de recettes ludiques, réalisation en famille ou non de gourmandises, faciles et équilibrées à refaire à la maison.

Tarif : famille avec enfant inscrit au CLAS 18 € le trimestre / non inscrit au CLAS 25 €

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ DANS LE CADRE DU CLAS

Du CP au CM2 de 16h45 à 18h (*hors vacances scolaires*) : 1^{er} groupe lundi et jeudi

2^e groupe mardi et vendredi

Réservé prioritairement aux enfants des habitants du quartier et des écoles Dubus, Marcel-Pagnol et Anne-Frank.

Les animateurs et bénévoles accompagnent les enfants tout en construisant des projets ensemble autour de la découverte culturelle, l'écriture et les jeux Olympiques 2024.

Inscription à partir du 4 septembre et reprise le lundi 2 octobre.

Tarif : 48 € / an

MES PREMIERS PAS VERS L'ANGLAIS

Le mardi de 16h45 à 18h en direction des 6 à 11 ans.

Tarif : 105 € / an

HISTOIRES POUR LES PLUS GRANDS

Des histoires qui feront réfléchir les plus grands, jusqu'aux adultes, tirées de contes de sagesse de tous les pays. Le deuxième mercredi du mois de 18h à 19h15. Atelier animé par Co-Lectif, à partir de 7 ans.

Tarif : 15 € / an

FAMILLES

MES PREMIERS MOIS DE LA NAISSANCE À 3 ANS

Un moment d'éveil et de socialisation pour vos enfants de 0 à 3 ans accompagnés d'un parent, pour jouer, rêver, échanger, partager et faire connaissance.

Venez discuter et rencontrer d'autres parents. Notre référente familles se fera une joie de vous accueillir. Des ateliers thématiques seront mis en place tout au long de l'année.

Les jeudis matin de 9h30 à 11h. 30 € à l'année (10 € / trim).

INFO FAMILLE

Un espace d'accueil et d'information pour vous écouter et vous orienter sur tous sujets relatifs à la famille et à la parentalité. Des rencontres à thème seront organisées en présence de professionnels.

À partir de janvier 2024, le 1^{er} mardi du mois de 10h à 11h20.

PAPO'THÉ

Un moment pour se poser, échanger, questionner et transmettre son savoir-faire et mieux se connaître entre parents dans la bienveillance autour d'un café ou d'un thé.

Une fois par mois le jeudi de 13h30 à 16h.

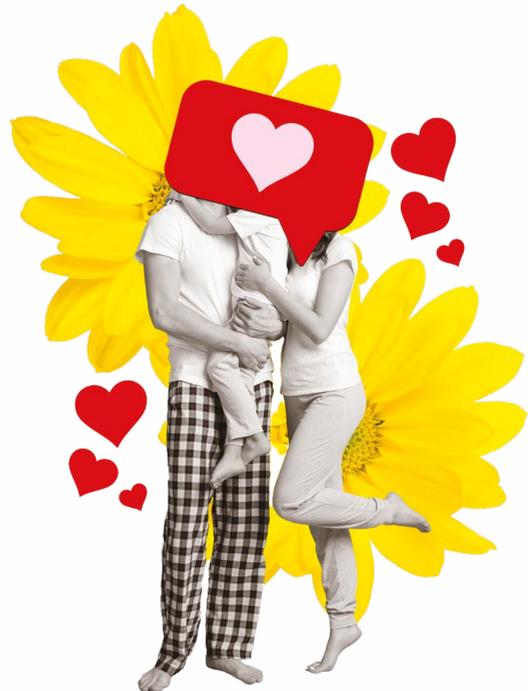
ACCOMPAGNEMENT DES PROJETS VACANCES

Le CSC Mosaïque accompagne les familles, sous certaines conditions, pour construire leur projet de vacances avec leurs enfants. Des temps de présentation des dispositifs d'aide au départ en vacances (VACAF, ANCV, BSV...) seront organisés.

Pour tout renseignement se rapprocher de l'animatrice référente familles.

PROGRAMME DES VACANCES SCOLAIRES

Durant chaque période de vacances scolaires, des animations diverses et variées sont proposées aux familles, aux enfants et aux adultes en veillant à satisfaire les envies de tous. Des spectacles, des sorties et animations hors les murs sont organisés.



ADULTES ET SENIORS

LA MATINALE

C'est un moment à ne pas manquer chaque semaine (hors vacances scolaires) pour venir s'informer sur les actualités du centre autour d'un buffet participatif et passer un moment convivial d'échange et de partage entre habitants.

C'est aussi le moment de rencontrer des professionnels afin d'échanger sur les problématiques du quotidien (la santé, la parentalité...).

Le vendredi matin de 8h30 à 10h.

ATELIERS DU PRIF

ATELIER MÉMOIRE

Exercices ludiques destinés à mobiliser la mémoire en développant l'attention et en stimulant la curiosité. Inscription à l'accueil. Conférence d'information concernant l'atelier Mémoire le lundi 2 octobre 2023 à 10h.

Mise en place des ateliers les lundis du 9 octobre au 18 décembre de 10h à 12h.

SOLIDARITÉ INFORMATIQUE

Être accompagné pour aller d'étape en étape et acquérir les compétences nécessaires pour utiliser l'outil informatique.

Jours à définir

BLA-BLA BOOKS

Envie de partager et d'échanger sur vos lectures ? Rendez-vous le 1^{er} vendredi de chaque mois de 18h30 à 20h30.

Tarif : 15 € / an

LES CUISTOTS

Les passionnés de cuisine pourront transmettre leurs recettes pendant un moment de convivialité partagé autour d'un repas avec des convives ! Le 2^{ème} jeudi du mois.

Tarif : 10 €

ESPACE PUBLIC NUMÉRIQUE

• En autonomie :

Le CSC met à disposition une borne internet pour vous permettre d'accomplir vos démarches administratives sur internet (CAF, impôts, sécurité sociale...) : consultation, impression de situation, déclaration, demande de droits.

FILS ET AIGUILLES

Apprendre à se servir d'une machine à coudre, à faire du tricot, à raccommoder son pantalon... lors d'un moment convivial.

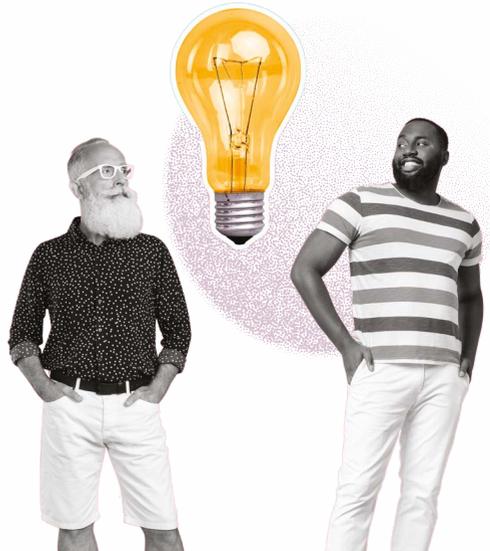
Le vendredi de 14h15 à 16h.

Tarifs : 3 € la séance ou 20 € le trimestre.

LES MARDIS DE FOLIE

Venez partager un moment autour du zéro déchet, du jardinage, des jeux de société, de cartes yam's, belote et autres jeux. Un karaoké tous les deux mois entre adultes !

Le mardi de 13h30 à 16h30.



SPORT ET BIEN-ÊTRE

LE PILATES

Des exercices physiques permettant le renforcement musculaire central et un bon équilibre du corps.

Le lundi de 14h à 15h.

Tarif : 246 € / an



LE YOGA FLOW - ASSOCIATION POSSIBLES

Le principe de ce type de yoga est de coordonner les mouvements et la respiration pour passer d'une posture à l'autre.

Le mardi de 19h à 20h.

Tarif : 200 € / an

LA SOPHROLOGIE - UN SOUFFLE POSITIF

Ensemble de pratiques visant à dominer les sensations douloureuses (physiques ou psychiques).

Le vendredi de 10h à 11h15.

Tarif : 120 € (10 séances) trimestre thématique.



LE YOGA DOUX

Le jeudi de 15h15 à 16h15.

Tarif : à la carte

LE QI GONG

Le jeudi de 18h à 19h.

Tarif : 200 € / an



PARTICIPATIONS DES HABITANTS

LE COLLECTIF DES HABITANTS

Tout au long de l'année le Collectif des Habitants (CdH) se veut une instance d'écoute, de concertation et de proposition pour le développement et l'animation du centre social et culturel Mosaïque. Son fonctionnement est démocratique. Vous pouvez vous aussi y participer et être force de proposition, imaginer de nouvelles actions, aider à développer des projets.... Dans une ambiance conviviale, d'écoute et de partage.

Le 3^e mercredi du mois de 18h à 20h.

EN RÉFLEXION :

Découverte des danses du monde au trimestre, ateliers sociolinguistiques, écrivain public... Nous sommes ouverts à toutes vos suggestions !





CENTRE SOCIAL ET CULTUREL

4 rue de l'Orme au Charron,
77340 Pontault-Combault

CENTRE SOCIAL ET CULTUREL MOSAÏQUE

Place du Général Leclerc,
77340 Pontault-Combault

