



BÉNÉVOLE, POURQUOI PAS VOUS ?

Vous avez envie de participer à l'élaboration de nos programmes, de vous impliquer dans la vie du Centre socioculturel, d'animer des ateliers ?

Venez rejoindre l'équipe du CSC !



À VOS AGENDAS !

Spectacles en partenariat avec le Dôme Théâtre

Mercredi 22 mai de 14h à 16h

Atelier cuisine en famille : venez confectionner du pain d'épices que nous proposerons à la dégustation le vendredi 24 mai lors du spectacle *Gretel, Hansel et les autres*
Atelier gratuit - sur inscription

Vendredi 24 mai à 20h - *Gretel, Hansel et les autres*

Printemps des marmots

organisé par le service petite enfance d'Arlysière du 21 mai au 1^{er} juin

Programme des activités disponibles auprès des services Arlysière



Sortie en famille du samedi

Samedi 25 mai - *Grandes Médiévales d'Andilly*

Rdv à 8h15 à la maison de quartier du Champ de Mars
Retour 21h environ.

Inscription le mercredi 15 mai dès 8h30 auprès de l'accueil du Centre socioculturel - Nombre de places limité - Adhésion obligatoire

Tarifs selon QF : Albertvillois : 7 € à 21,10 €
Extérieurs : 10,60 € à 31,70 €



Semaine de la parentalité

du 24 mai au 2 juin

Programme détaillé page suivante



SEMAINE DE LA PARENTALITÉ

« Le répit parental » du 24 mai au 2 juin

Mardi 28 mai de 9h30 à 10h30 : **Atelier pilates**

animé par *Équilibre Digital*

Renforcez corps et esprit en participant à un atelier pilates. Un moment de détente dans un quotidien surchargé.

Maison de l'enfance Simone Veil - 805 rue Commandant Dubois
Atelier gratuit sur inscription

de 14h à 15h30 : **Atelier auto massage** Sur inscription

animé par *la Roulotte du Masseur*

Découvrez les secrets d'un auto-massage revigorant. Des techniques simples et efficaces à emporter chez vous pour une détente à portée de mains.

Maison de l'enfance Simone Veil - 805 rue Commandant Dubois
Tarifs : Albertvillois : de 3 € à 9 € - Extérieur : 4,50 € à 13,50 €

Mercredi 29 mai de 10h30 à 11h30 : **Atelier enfants/parents**

Découvrez un atelier bricolage spécial émotions ! Petits artistes jusqu'à 5 ans et parents, rejoignez-nous pour un moment de lecture douillet suivi de créations magiques en famille.

LAEP - Local de la Roseraie - 986 av. Commandant Dubois
Atelier gratuit sur inscription

Jeudi 30 mai de 19h à 21h : **Conférence « La charge mentale, et si on partageait ??? »**

animée par *Sandrine Donzel*

La charge mentale, ça se partage. Une conférence pour aborder de façon concrète la question de la charge mentale familiale, comprendre ses mécanismes pour enfin l'alléger. Une intervention garantie sans injonction à lâcher-prise... et qui, comme la charge mentale, se partage mieux en couple !

Salle Michel Seurat - Cité Scolaire Jean Moulin
Atelier gratuit sans inscription

Vendredi 31 mai de 10h à 10h45 : **Atelier massage bébé**

animé par *les Ateliers de Marie*

Plongez dans l'univers tendre du massage bébé. Une expérience sensorielle qui renforce le lien avec votre tout-petit, favorisant calme et sérénité.

LAEP - Local de la Roseraie - 986 av. Commandant Dubois
Tarifs : Albertvillois : de 3,30 € à 9,80 € - Extérieur : 4,90 € à 14,60 €

Inscriptions auprès de l'accueil du Centre socioculturel à partir du vendredi 17 mai

Nombre de places limité

2 rue Armand Aubry - 73200 Albertville
04 79 89 26 30 / accueil.csc@albertville.fr



- Ville d'Albertville
Centre socioculturel

PROGRAMME d'avril à juin 2024 du Centre socioculturel



Ville d'Albertville

www.albertville.fr

PROGRAMME D'AVRIL À JUIN 2024

ACCÈS AUX DROITS

ESPACE NUMÉRIQUE *Familles/Adultes*

L'espace numérique propose :

- Un accès « libre autonome » (ordinateurs, accès internet, imprimante, scanner sont mis à votre disposition pour vos démarches quotidiennes).
- Un accès « pratique accompagnée » (un animateur multimédia est présent pour vous aider).
- Un accès « accessibilité » (pour les personnes déficientes visuelles et sur rendez-vous).
- Des ateliers numériques « créatifs 3D » (pour s'initier à la création et l'impression d'objets en 3 dimensions).



POINT RELAIS CAF *Familles/Adultes*

Un agent est disponible pour :

- Un accompagnement des allocataires sur le site www.caf.fr, pour prendre un rdv et/ou compléter votre dossier de demande d'allocations
- Informations de premier niveau sur vos droits

ATELIERS RÉGULIERS

Hors vacances scolaires / Adhésion annuelle obligatoire

ATELIER COUTURE *Adultes*

Lundi de 13h45 à 16h15

Initiation, découverte et petites confections.

Mardi de 8h45 à 11h15

Confection de vêtements et accessoires à l'aide de patrons pour des couturières et couturiers expérimenté(e)s.

Maison de quartier du Champ de Mars

Inscription au trimestre - Tarifs : Atelier régulier en fonction du QF

ATELIER SOCIOLINGUISTIQUE *Adultes*

Approfondissement et pratique de la langue française adaptée à la vie de tous les jours.

Mardi de 14h à 15h30 : Niveau 2 dans l'apprentissage du français

Jeudi de 9h à 10h30 : Niveau 1 dans l'apprentissage du français

Maison de quartier du Champ de Mars

Gratuit - Sur inscription pour un cycle (année scolaire)



JARDINS PARTAGÉS



Familles/Adultes

Participez à l'élaboration et l'entretien du jardin partagé, des semis à la récolte tout au long de l'année.

Mardi et jeudi de 10h à 12h

Maison de quartier du Champ de Mars
Accueil libre et gratuit sans inscription



BALADE DU JEUDI

Adultes

Découvrez Albertville et ses environs, au rythme de chacun. Prévoir de bonnes chaussures, une bouteille d'eau et une tenue adaptée à la météo.

Jeudi de 8h45 à 11h45

16 mai - 6 juin

23 mai : plantes sauvages

Rdv au Centre socioculturel - Sur inscription

Tarifs : Atelier régulier en fonction du QF

ATELIER BRICO/DÉCO



Adultes

Confectionnez des objets de déco, venez tester vos talents, découvrez ou partagez les astuces et recettes de grand-mères...

Mardi de 14h à 16h30

14 mai : déco avec pinces à linge

11 juin : brico en pâte Fimo

Maison de quartier du Champ de Mars - Sur inscription

Tarifs : Atelier régulier en fonction du QF



ATELIER CUISINE

Adultes

Rencontre et échanges autour de la cuisine. Venez partager des recettes sucrées, salées et confectionner des plats à plusieurs mains.

Vendredi de 9h à 11h30

3 mai : gaufres, salées et sucrées

17 mai : muffins, salés et sucrés

31 mai : crumbles, salés et sucrés

14 juin : Amuses-bouche, repas de clôture



Maison de quartier du Champ de Mars
Sur inscription
Tarifs : Atelier régulier en fonction du QF

PARENTALITÉ

Hors vacances scolaires

LIEU D'ACCUEIL ENFANTS PARENTS (LAEP) À P'TITS PAS

Espace de jeux et d'échanges pour les parents et leurs enfants jusqu'à 4 ans.

Mardi et jeudi de 8h30 à 11h30

LAEP - Local de la Roseraie

986 av. Commandant Dubois

Accueil libre et gratuit sans inscription



ATELIER ENFANTS/PARENTS

Jusqu'à 5 ans

Barbouille et patouille - ateliers créatifs pour les moins de 5 ans, découverte des 5 sens, éveil et motricité.

Mercredi de 10h à 11h30

15 et 29 mai - 5 juin

LAEP - Local de la Roseraie - 986 av. Commandant Dubois

Gratuit avec adhésion annuelle au Centre socioculturel - Sur inscription

CUISINE EN FAMILLE

Atelier Parents/Enfants

Venez partager un moment d'échanges et convivial avec vos enfants autour de la cuisine, et repartez avec vos préparations à déguster en famille.

Mercredi de 9h30 à 11h30

15 mai : pop cake, salé et sucré

5 juin : mini pizza et cookies

Maison de quartier du Champ de Mars

Tarifs : Atelier régulier en fonction du QF



CYCLE MASSAGE BÉBÉ

Jusqu'à 9 mois

Les bienfaits des massages sont reconnus. Dès la naissance, vous pouvez masser votre bébé pour communiquer avec lui, le sécuriser, l'apaiser et développer ses facultés motrices.

Vendredi de 10h à 10h45

3 et 17 mai - 14 juin

LAEP - Local de la Roseraie - 986 av. Commandant Dubois

Tarifs : Albertvillois : 3,30 € à 9,80 € - Extérieurs : 4,90 € à 14,60 €

