

## EVENEMENTS

REPAS DES FEMMES DE "MARMITES ET FAMILLE D'ABORD" (ANCIEN APMV)

Jeudi 14 Mars  
Jeudi 11 Avril 2024

### SORTIE ESCAPADE DECOUVERTE

Découverte du Cerdon  
Jeudi 11 Avril

### ATELIER VIE QUOTIDIENNE

Connaitre ses droits, mieux comprendre pour mieux maîtriser ses dépenses de santé  
Jeudi 21 Mars à 14h00

### REUNION SEJOUR ETE

Chambon sur Lignon (23 au 26 Juillet)  
Jeudi 04 Avril à 13h30

### INFORMATION COLLECTIVE RANDSTAD

Emploi Elivia  
Mardi 05 Mars à 09h00

### CARSAT (+60 ans)

D-Marche Séniors

Programme d'accompagnement pour remettre la marche dans votre quotidien  
Les Jeudis 28 Mars / 02 Mai / 06 Juin

**ASSEMBLEE GENERALE  
JEUDI 4 AVRIL A 18H00  
FOYER GRUMBACH**

## STAGES

### FLAMENCO

SAMEDI 16 MARS

SAMEDI 13 AVRIL

35€/PERSONNE - 14H A 16H00

### VANNERIE

SAMEDI 16 MARS : NICHOR A OISEAUX

32€/PERSONNE - 09H30 A 12H30

### DANSE AFRICAINE

SAMEDI 09 MARS

20€/PERSONNE - 14H A 16H00

## PERMANENCES

### ADATE

(DROITS DES ETRANGERS)

LES JEUDIS MATIN SANS RDV

### CAF

LES LUNDIS SUR RDV (PRISE DE RDV LE LUNDI D'AVANT)

### CHEQUIERS

LES DEUX PREMIERS MERCREDIS DE CHAQUE MOI  
APRES MIDI - SUR RDV

centre social  
du  
roussillonnais



16 Avenue Jean Jaurès  
38150 ROUSSILLON  
04.74.29.00.60

centre social  
du  
roussillonnais



# ATELIERS DE DECOUVERTE

## MARS-AVRIL 2024



*Bien-Etre*

*Sport*

*Créativité*

*Parentalité*

Numérotez les ateliers de votre choix par ordre de priorité et retournez ce bulletin au Centre social du Roussillonnais avant le

**VENDREDI 22 FEVRIER 2024**

## Bien-Être Yoga

L'animatrice Claire Patch, vous initiera aux bienfaits du Yoga



Objectifs :

- Découvrir une technique de relaxation
- Avoir des outils et des postures pour apprendre à se détendre
- Renforcer la confiance en soi et le bien-être individuel

LES VENDREDIS  
DU 08 MARS AU 12 AVRIL  
DE 14H A 15H15

## Créativité Poterie



Création et décoration d'objets en terre avec une animatrice poterie, Huguette.

Objectifs :

- Découvrir les sensations du toucher et de manipulation de la terre
- Laisser libre court à sa créativité
- Partager une activité ludique en groupe

LES MERCREDIS  
DU 06 MARS AU 10 AVRIL  
DE 14H00 A 16H00

## Parentalité Poterie

Découvrir la poterie en famille, grâce aux sensations du toucher et de la manipulation de la terre



Objectifs :

- Partager un moment de détente et de création en famille
- Prendre le temps avec son ou ses enfants hors de la maison
- Rencontrer et échanger avec d'autres familles

LES MERCREDIS  
DU 06 MARS AU 10 AVRIL  
DE 16H15 A 17H15

## Sport Marche

Découvrir ou redécouvrir les joies de la marche

Objectifs :

- Partager ou reprendre une activité physique en douceur
- Partager une activité en groupe



LES LUNDIS  
DU 04 MARS AU 01 AVRIL  
ET LE VENDREDI 12 AVRIL  
DE 14H00 A 16H00

BIEN-ÊTRE

PARENTALITÉ

CRÉATIVITÉ

SPORT

NOM: .....

PRENOM: .....

DATE DE NAISSANCE: .....

ADRESSE:.....

.....

.....

TEL: .....

Souhaitez vous un rdv individuel pour vous présenter ces ateliers? Si oui, merci de préciser vos disponibilités:

.....

Je m'engage à suivre les 5 séances de l'atelier choisi

Date: ..... Signature:

Tarif au Quotient  
familial (CAF ou impots)  
Pour l'ensemble des séances  
0 à 200 : 3€  
200 à 400 : 4€  
400 à 600 : 5€  
Plus de 600 : 6€  
(carte d'adhésion obligatoire)