

# EDITO

Une nouvelle rentrée nous attend et avec elle la joie de découvrir les richesses du quartier de la Montagne verte : ses habitant-e-s, ses associations, ses coins de verdure, ses commerces et son Centre socioculturel (CSC) !

Cette rentrée se fait sous le signe de la solidarité et de l'engagement après une année d'élaboration du projet associatif qui met au cœur de l'action du CSC l'accompagnement du pouvoir d'agir des habitant-e-s, la coopération des acteurs, l'accueil inconditionnel, toutes formes de solidarité et l'animation du territoire.

Le CSC aura le plaisir d'accueillir vos initiatives pour l'amélioration des conditions de vie du quartier mais aussi d'accompagner une démarche culturelle au sein du quartier avec le soutien de la Ville de Strasbourg. Cette démarche vise à ce que des habitant-e-s pilotent une programmation culturelle à la Montagne verte en intégrant très largement toutes les composantes du quartier ! Nous y parlerons culture(s) populaire(s), valorisation du quartier, programme sur l'espace public ! Nous avons hâte de vivre avec vous cette aventure collective !

Vous avez été nombreux-ses à participer toute l'année et pendant l'été à nos animations de quartier, ce sont des moments précieux pour créer la rencontre, initier des amitiés, échanger sur le quartier, se détendre et mieux vivre ensemble ! Notre défi fou pour cette année serait de vous impliquer davantage dans nos actions. Vous avez un talent, du temps, toute sorte de compétences et avez envie de faire bouger votre quartier, nous sommes là pour vous accompagner, faire avec vous, vous soutenir !

En cette rentrée, nous n'oublions pas les difficultés que traversent de nombreux-ses habitant-e-s, dans un contexte d'inégalités sociales croissantes et dans un climat où le rejet de l'Autre devient banal. Nous nous efforcerons de porter tant en actes que par nos prises de position, la voix de celles et ceux que l'on n'entend pas.

Je vous souhaite une belle année dans le quartier de la Montagne verte, riche de sa diversité et de ses habitant-e-s engagé-e-s

La Présidente, Delphine TERNES

**POUR NE RIEN RATER DES ACTIONS DU  
CENTRE SOCIOCULTUREL, ABONNEZ-VOUS  
A LA LETTRE MENSUELLE DU CENTRE !**

*inscription sur :*

*[cscmontagneverte.centres-sociaux.fr](http://cscmontagneverte.centres-sociaux.fr)*



# L'EQUIPE

## LE BUREAU

**Présidente :** Delphine TERNES

**Vice-Président :** José RODRIGUES

**Secrétaire :** Marie KLEE

**1ère Secrétaire-adjointe :** Latifa BENREKIA

**2ème Secrétaire-adjointe :** Geneviève HERING

**Trésorière :** Angélique DEMARLY

**1ère Trésorière-adjointe :** Vesna TRAJCEVSKI

**2ème Trésorière-adjointe :** Nadia JRIDA



Centre Socio Culturel  
de la Montagne Verte

## LES PROFESSIONNELS

### DIRECTION & ADMINISTRATION

**Directeur :** David GALL

**Comptable :** Mubeyla DOGAN

**Secrétaire :** Élodie BROSSIER

**Chargée d'accueil :** Kadriye SAS

### LOGISTIQUE & ENTRETIEN

**Amar AMRI, Khadija EL KHOUMASI**

### EQUIPE SOCIO-EDUCATIVE

**Chef de projet / animation globale :** François PORTAL

**Référente familles Murhof/Westhoffen :** Gabrielle GRENIER / Laëtitia ASIN-HILAIRE

**Référente familles Molkenbronn :** Aurélie DUCHET

**Coordinateur enfance jeunesse :** Vincent RITT

**Adjointe pédagogique enfance :** Céline MISBACH

**Animateur coordinateur jeunesse :** Kévin CANAVY

**Animatrices enfants :** Miroslava ASANI, Ozlem SIMSEK, Priscilla SRHALI

**Animatrices CLAS :** Najat AMRI, Nina HUTT

**Coordinatrice formation :** Fabienne VELTZ

**Formatrices :** Housna BELAIDI, Bouchra CHAWA

**Médiateur social :** Fayez ALJASSEM

**Coordinateur école de musique :** Philippe RIEHL

**Professeurs de musique :** Johan EDELMANN, Sébastien GROB, Juliette MILONE, Anne BALTA, Andréa SOARE,  
Caroline BERTRAND, Lilit TADEVOSYAN

**Couture :** Marianne SICHLER



# VIE DE QUARTIER

Améliorer la vie à la Montagne verte !

RENFORCER LE POUVOIR D'AGIR DES HABITANTS  
ACCOMPAGNER LES INITIATIVES COLLECTIVES  
ANIMER LE QUARTIER

Référent : François PORTAL

✉ [f.portal@cscmontagneverte.asso.fr](mailto:f.portal@cscmontagneverte.asso.fr)

☎ 06-45-78-63-48

Le Centre socioculturel accompagne les initiatives d'habitant·e-s visant à améliorer la vie sur le quartier. N'hésitez pas à solliciter l'association pour obtenir le soutien nécessaire à la réalisation des propositions et revendications que vous pourriez avoir pour l'intérêt collectif.

## INITIATIVES EN COURS

### VRAC *Vers un Réseau d'Achats en Commun*

En lien avec l'association du même nom, les habitant·e-s investi·e-s se regroupent avec d'autres collectifs sur l'Eurométropole de Strasbourg pour commander ensemble des produits alimentaires et ménagers, afin de faire baisser les coûts financiers et écologiques des consommations quotidiennes.

Une fois par mois.



## COMPOSTS

Le Centre accompagne trois sites de compostage collectifs à travers la Montagne verte. Gérés par des collectifs d'habitant·e-s, les rencontres qui s'y nouent sont à la fois l'occasion de fédérer des dynamiques de quartier et de réduire les déchets.



## JARDINS PARTAGES

Le Centre accompagne un collectif d'habitant·e-s ayant la gestion du jardin partagé situé quai de Traenheim. Il est encore possible de rejoindre cette aventure collective ! Un groupe accompagné par le Centre Médico Social et le CSC gère également le jardin collectif rue d'Ostwald



# CLUBS D'HABITANTS

Le Centre accompagne le lancement et la vie de groupes se réunissant autour d'une idée ou d'une activité portée par des habitant·e·s. Les clubs sont autonomes et pour les rejoindre, il est nécessaire de prendre contact avec eux. Vous pouvez contacter le CSC pour lancer un club !

## CLUB SCRABBLE DUPLICATE

Jouer ensemble au jeu éponyme.  
Le lundi de 14h à 16h aux Bains.

## CLUB PLAISIR DE LA DANSE

Pour le plaisir de danser à tout âge, avec Jasmine  
(les enfants doivent être accompagnés d'un parent)

Le mardi de 18h à 19h aux Bains.



## CLUB D'ANGLAIS

Faire découvrir l'anglais de façon ludique à des enfants du CE1 au CM2  
Le vendredi de 17h15 à 18h15  
aux Bains.

## CLUB CULTURE & DECOUVERTES

Se retrouver pour organiser des sorties et des activités culturelles.  
Le vendredi après-midi selon programme.



## CLUB NATURE

Accompagnés par Céline, animatrice nature, des habitant·e·s organisent des sorties & activités autour de la découverte de la nature et de l'environnement.

# ANIMATIONS & MANIFESTATIONS

Le Centre organise avec les habitant·e·s et les partenaires du quartier des temps de débats, d'animations et de fêtes tout au long de l'année. Pour ne rien rater, restez connecté·e aux diffusions de l'association (newsletter, affichage, réseaux sociaux...).

## ANIMATIONS DE FIN D'ANNEE

### CARNAVAL

### FETE DU PARC NATUREL URBAIN

### MTV EN FETES

### MTV PLAGE

### PROJECTIONS DEBATS...



# SECTEUR ENFANTS

Apprendre à devenir grand !

FAVORISER L'EPANOUISSEMENT DES ENFANTS

PERMETTRE LE VIVRE ENSEMBLE ET LA LAICITE

FAVORISER LE RESPECT, LA TOLERANCE ET LA CITOYENNETE

**Référent: Vincent RITT**

✉ [v.ritt@cscmontagneverte.asso.fr](mailto:v.ritt@cscmontagneverte.asso.fr)

☎ 06-45-72-23-41

Au secteur enfants, différents temps d'accueils collectifs vous sont proposés pour permettre à chaque enfant de se construire et de s'épanouir tant individuellement que collectivement au sein d'un groupe dans une démarche de coéducation entre le temps scolaire et familial.

Lieu d'expression de ses idées, ses envies et ses besoins, d'écoute des autres, de découverte de son environnement, c'est à travers des jeux et activités que l'enfant se développe.



## ASSEMBLEE DES ENFANTS

*A partir de Novembre*

### LIEU

**LES BAINS** 1, quai de la Flassmatt

Ce projet a pour ambition de donner la parole aux enfants de 8 à 11 ans. Mais aussi, à l'image des assemblées de quartier pour les adultes, de permettre aux enfants de pouvoir donner leur avis à l'échelle de leur quartier. Ils y vivent, s'y construisent, qui de mieux placés pour nous raconter leur quartier ?



# ACCUEIL DE LOISIRS



## LES MERCREDIS

A LA JOURNEE  
7h45-18h15

### LIEU

**LES BAINS** 1, quai de la Flassmatt, pour tous les enfants

**POUR LES PRIMAIRES A PARTIR DU CP**

### TARIFS

Quotient familial 0-300 301-500 501-700 701-900 901-1100 1101-1500 1501-1900 + 1900

Journée  
avec repas 10€ 12€ 14€ 16€ 18€ 20€ 30€ 40€

## VACANCES SCOLAIRES

C'est l'occasion de proposer aux enfants des semaines d'activités et d'animation thématiques, des sorties culturelles, sportives, de découvertes pour que chaque enfant passe des vacances inoubliables !

**Les inscriptions se feront à la semaine toute la journée.**

**Les enfants seront accueillis le matin entre 7h45 et 9h et pourront être cherchés entre 17h et 18h15.**

### TARIFS

Quotient familial 0-300 301-500 501-700 701-900 901-1100 1101-1500 1501-1900 + 1900

Semaine 50€ 60€ 70€ 80€ 100€ 120€ 150€ 170€



## ACTIVITES DE LOISIRS ENFANTS 3-12 ANS

### KARATE

**Jeudi 17h30-18h30 ou 18h30-19h30**

Au Centre, 10 rue d'Ostwald

120 € l'année



### DANSE RYTHMIQUE

**Mercredi 14h-15h**

Au Centre, 10 rue d'Ostwald

ou

**Samedi 9h-10h**

Aux Tanneries, 305 Route de Schirmeck

120 € l'année



# SECTEUR JEUNES

Accompagner les jeunes vers l'autonomie !

ETRE A L'ECOUTE DES JEUNES  
ENCOURAGER LES JEUNES DANS LEURS PROJETS  
PROPOSER UN LIEU D'ACCUEIL CONVIVAL

**Référent: Kévin CANAVY**

✉ [k.canavy@cscmontagneverte.asso.fr](mailto:k.canavy@cscmontagneverte.asso.fr)

☎ 07-88-12-37-43

*Le secteur jeunes accueille tous les jeunes de 11 à 25 ans. C'est un espace d'échange, de rencontres et d'activités dans lequel chacun-e peut trouver sa place et une oreille attentive auprès de l'équipe d'animation. C'est aussi un espace pour faire naître des projets collectifs portés par les jeunes du quartier.*



## ACCUEIL JEUNES

### LIEU

#### LE CENTRE

10, rue d'Ostwald

### HORAIRES

*Du mardi au vendredi*

**16h-20h**

**14h-20h le mercredi**

*Des programmes sont prévus à chaque période de vacances, renseignez vous auprès de l'accueil et de l'animateur !*

### ADHESION JEUNES

**3 € pour les  
11-17 ans révolus**



# PROJETS EN COURS

## DEBATS

*Viens échanger, construire ton point de vue, argumenter sur des sujets d'actualité et en lien avec la jeunesse.*

## BORNES D'ARCADE

*On rénove les bornes et on installe de nouveaux jeux ... et si on les créait nous même les jeux??*



## LE SECTEUR JEUNES

### C'EST AUSSI...

**DES JEUX**

**DU SPORT**

**DES SORTIES**

**DES SOIREEES...**

**...ET CE QUE VOUS**

**SOUHAITEREZ EN FAIRE !**

## ECHANGE

### INTERCULTUREL

*Il reste 4 places si tu veux rejoindre le groupe qui participe au projet interculturel qui aura lieu pendant les vacances d'octobre (du 25 au 31) et d'avril (du 11 au 17) Strasbourg-Stuttgart !*

### INSERTION PRO

*Les animateurs peuvent t'accompagner dans la rédaction de ton cv et de ta lettre de motivation et échanger avec toi sur ton parcours de formation et d'entrée dans la vie professionnelle.  
Pour les 16-25 ans.*





# SECTEUR FAMILLES

Être parent, ça s'apprend ?

ACCUEILLIR, ECHANGER, PARTAGER

INFORMER, ACCOMPAGNER LES PARENTS ET LEURS PROJETS  
PROPOSER DES TEMPS DE LOISIRS EN FAMILLE, CREER DU LIEN

**Référente Murhof/Westhoffen : Gabrielle GRENIER**

✉ [g.grenier@cscmontagneverte.asso.fr](mailto:g.grenier@cscmontagneverte.asso.fr)

☎ 07-85-55-15-85

**Référente Molkenbronn : Aurélie DUCHET**

✉ [a.duchet@cscmontagneverte.asso.fr](mailto:a.duchet@cscmontagneverte.asso.fr)

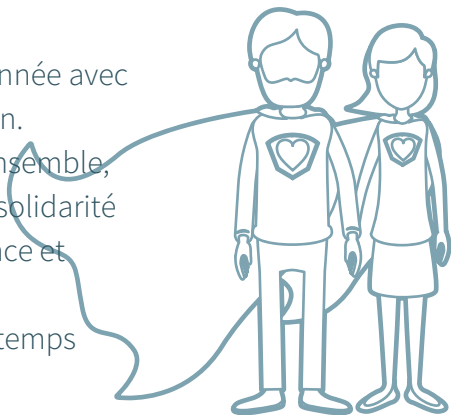
☎ 06-45-78-62-65

Le secteur familles vous accompagne dans votre rôle parental en s'appuyant sur les besoins et les attentes des parents et des enfants.

Les projets se construisent tout au long de l'année avec vous pour être au plus proche de votre quotidien.

S'exprimer, échanger, s'informer, construire ensemble, partager des bons moments, créer des liens de solidarité entre les familles pour que chacun trouve sa place et s'épanouisse.

Soutenir chaque parent dans son rôle via des temps collectifs ou d'accompagnement individuel.



## S'EXPRIMER, ECHANGER

**PARENT'AISE** *En matinée, un vendredi sur 2, aux Tanneries ou au Centre.  
Des temps d'accueil, de ressources et d'échanges pour les parents.*

### DES TEMPS DES PARENTS DANS LES ECOLES

*Plusieurs thèmes sont abordés avec différents intervenants tout au long de l'année. Une fois par trimestre dans chaque groupe scolaire.*

### DES TEMPS D'ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUELS

*Sur rendez-vous, aux Bains, au Centre ou aux Tanneries.*



# S'INFORMER

## DES ATELIERS DES PARENTS

*Pour mieux communiquer avec son enfant et son adolescent.*

## DES ATELIERS CUISINE

*Animés par une diététicienne de la Maison Sport Santé de Strasbourg ou par l'association VRAC, pour manger mieux et moins cher.*

## DES ATELIERS THEMATIQUES

*Choisis et/ou animés par les familles.*

# CONSTRUIRE ENSEMBLE

## UNE COMMISSION FAMILLES MENSUELLE

*Pour construire le projet familles.*

## DES RENCONTRES COLLECTIVES

*Pour soutenir vos projets liés à la parentalité.*

**TEMPS D'ACCUEIL  
DES PARENTS ET LEURS  
ENFANTS DE 0 A 3 ANS**

*Le lundi matin  
de 8h30 à 10h30*

*Aux Tanneries  
à partir du 18 septembre  
Hors vacances scolaires*

# ET AUSSI...

## DES ATELIERS PARENTS-ENFANTS

## DES SORTIES LUDIQUES, CULTURELLES, SPORTIVES...

## DES SEJOURS DE PROXIMITE, DE VACANCES...



# SECTEUR FORMATION

Pour l'intégration de tou·te·s à la vie de la Cité

APPRENTISSAGE ET PERFECTIONNEMENT DU FRANCAIS  
ACCOMPAGNEMENT DANS LA RECHERCHE D'EMPLOI  
OUVERTURE SOCIALE ET CULTURELLE

**Référente : Fabienne VELTZ**

f.veltz@cscmontagneverte.asso.fr

06-45-78-62-70

Les niveaux indiquent la compétence de communication en langue française d'après le cadre Européen de référence pour les langues (CECRL).

## FLE DEBUTANT

**LE CENTRE** 10, rue d'Ostwald

Niveau A1.1 vers A1

Lundi 14h-17h  
Vendredi 14h-16h

Formatrice :  
Housna BELAIDI

## FLE DEBUTANT 2

**LE CENTRE** 10, rue d'Ostwald

Ayant quelques notions à l'oral  
niveau A1

Mardi 9h-11h  
Vendredi 10h30-12h

Formatrices :  
Bouchra CHAWA  
Housna BELAIDI

## FRANCAIS ECRIT DEBUTANT

**LE CENTRE** 10, rue d'Ostwald

Niveau A1.1 à l'écrit

Lundi 9h30-11h30

Formatrice :  
Martine BRONNER

## FRANCAIS ORAL ET ECRIT INTERMEDIAIRE

**LE CENTRE** 10, rue d'Ostwald

Niveau A1 vers A2

Lundi 9h45-11h45  
Jeudi 10h-12h

Formatrices :  
Claudine PFLEGER  
Bouchra CHAWA



## PRATIQUE DU FRANCAIS

**LE CENTRE** 10, rue d'Ostwald

**Niveau A1.1 à l'oral**

**Judi 9h-10h30**

**Formatrice :**  
**Eliane WOHNHAAS**

## PERFECTIONNEMENT DE L'EXPRESSION ECRITE

**LE CENTRE** 10, rue d'Ostwald

**Niveau A1 à A2**

**Lundi 18h30-20h30**

**Formatrice : Cécile WEBER**

## FLE A VISEE PROFESSIONNELLE

**LE CENTRE** 10, rue d'Ostwald

**Niveau A1 à A2**

**Vendredi 9h-12h**

**Formatrice :**  
**Chawa BOUCHRA**

## FLE AVANCE

**LE CENTRE** 10, rue d'Ostwald

**Niveau A2 vers B1**

**Judi 14h15-16h15**

**Vendredi 9h-10h30**

**Formateurs :**  
**Housna BELAIDI**  
**Daniel VETTER**

## FLE DEBUTANT

**AUX TANNERIES**

*305, rte de Schirmeck*

**Niveau A1.1**

**Mardi 14h-16h**

**Judi 14h-16h**

**Formatrice :**  
**Housna BELAIDI**

## FLE INTERMEDIAIRE

**AUX TANNERIES**

*305, rte de Schirmeck*

**Niveau A1 vers A2**

**Mardi 9h-11h**

**Judi 8h30-10h30**

**Formatrices:**  
**Fabienne VELTZ**  
**Housna BELAIDI**

## INSCRIPTION

Lundi, mercredi et vendredi de 9h à 12h  
Adhésion obligatoire avant l'entrée en  
cours.

5€50 de frais de fournitures.

Le secteur formation participe  
également à la vie du CSC et du  
quartier !

# ECOLE DE MUSIQUE

De la musique, à tout âge à partir de 3 ans

PROPOSER DES COURS D'INSTRUMENT  
ENCOURAGER LES PRATIQUES COLLECTIVES  
JOUER EN PUBLIC

Référent : Philippe RIEHL

✉ [p.riehl@cscmontagneverte.asso.fr](mailto:p.riehl@cscmontagneverte.asso.fr)

☎ 06-45-78-62-43

La musique est un langage universel ! Apprendre à chanter ou jouer d'un instrument, quel que soit son âge est toujours profitable ; surtout si l'on joue à plusieurs... et plus encore si l'on joue en public.

## COURS INDIVIDUELS

### ACCORDEON



Mardi ou jeudi  
entre  
17h et 20h  
avec Philippe RIEHL



### VIOLON

Jeudi entre  
16h et 20h  
avec Juliette  
MILONE



### FLUTE

Lundi entre  
17h et 20h  
avec Caroline  
BERTRAND

### BATTERIE



Lundi, jeudi ou  
vendredi  
entre 16h et  
20h30h  
avec Sebastien  
GROB



### GUITARE

Mardi entre  
16h et 20h  
avec Johan  
EDELMANN



### PIANO

Mardi  
entre 16h et 21h  
Mercredi entre  
8h30 et 12h30  
avec Lilit  
TADEVOSYAN



### COURS DE CHANT

Mardi  
(horaires à  
définir)



### SYNTHETISEUR

Mardi ou jeudi  
entre  
17h et 20h  
avec Philippe  
RIEHL

## LIEU

LES BAINS 1, quai de la Flasmatt



# COURS COLLECTIFS

## APPRENONS LE LANGAGE MUSICAL SOLFÈGE

Pour les enfants à partir du CP  
Samedi  
de 11h à 11h45  
Aux Bains avec  
Andréa SOARE

## LES PETITS EN MUSIQUE EVEIL MUSICAL

Pour les 3-4 ans  
Samedi  
de 9h30 à 10h15  
Aux Bains avec  
Andréa SOARE



## CHORALE DU TEMPS LIBRE

Mardi de 14h30 à 16h30  
Au Centre  
Intervenante :  
Anne Balta  
Venez revisiter le répertoire  
de la chanson française en  
toute convivialité.  
70 € à l'année 32 séances

## OUVREZ VOS YEUX ET VOS OREILLES INITIATION MUSICALE

Pour les 5-6 ans  
Samedi  
de 10h15 à 11h  
Aux Bains avec  
Andréa SOARE



## ATELIER MUSIQUE TRAD

Mardi entre  
18h15 et 19h15  
Aux Bains  
avec Philippe  
RIEHL

## ENSEMBLE DE PERCUSSIONS

Jeudi entre  
19h et 20h  
Aux Bains  
avec Sébastien  
GROB

## TARIFS ANNUELS

Quotient familial	0-500	501-825	826-1150	1151 et +
Cursus complet	370 €	385 €	400 €	415 €
Pratique collective seule	90 €	100 €	110 €	120 €

**Des aides financières sont accordées par la Ville de Strasbourg si votre QF est inférieur à 900.**

**Le règlement doit se faire en début d'année et peut être fractionné sur trois mois (septembre-octobre-novembre).**

## ORGANISATION

Les cours individuels durent 30 minutes. Les cours collectifs de 45 à 90 minutes. Ils sont hebdomadaires et démarrent à compter du 16 septembre, pour 32 séances. Il n'y a pas de cours durant les vacances scolaires.

# SECTEUR ADULTES

Se rencontrer, s'épanouir

FAVORISER LES RENCONTRES

PROPOSER DES TEMPS DE LOISIRS POUR TOUS

Référente : Fabienne VELTZ

✉ [f.veltz@cscmontagneverte.asso.fr](mailto:f.veltz@cscmontagneverte.asso.fr)

☎ 06-45-78-62-70

Partager avec d'autres des temps d'échanges, de découverte, des ateliers... Pour que chaque personne puisse aller à la rencontre des autres, apprendre, expérimenter et s'épanouir au sein du quartier.

## LE PASS'ACTIVITES

C'est un bouquet d'ateliers variés tout au long de la semaine, avec un tarif léger.

QF 0 à 500 : 20 € / trimestre

QF 501 à 825 : 35 € / trimestre

QF 826 à 1150 : 45 € / trimestre

QF supérieur à 1151 : 55 € / trimestre



### GYM D'ENTRETIEN

Lundi

De 10h à 11h

Au Centre

Avec François Suplon

Pour rester en forme, fortifier et développer le corps par des exercices physiques appropriés à visée d'entretien articulaire, musculaire et global

### GYM FITNESS

Jeudi

De 9h à 10h

Au Centre

Avec Orane Suarez

Pour améliorer sa condition physique et son hygiène de vie, dans un souci de bien-être.

### GYM SANTE

Jeudi

De 10h à 11h

Au Centre

Avec Orane Suarez

Pour faire du sport tout en douceur et travailler sa souplesse, son équilibre, sa coordination et son endurance.

### CUISINE

Mardi

De 14h à 16h30

Au Centre/aux Tanneries

une séance sur deux

Avec Latifa Bouasria

Cuisinez ensemble des plats salés ou sucrés de vos terroirs ou venus d'ailleurs.

### ATELIER COUTURE

Mardi

De 19h à 21h

Jeudi de 14h à 16h

Aux Bains

Avec Marianne Sichler

En présence d'une professionnelle, venez apprendre ou vous perfectionner et réaliser des créations textiles, confectionner des rideaux, transformer ou raccommoder un de vos vêtements.

### JEUX D'ECRITURE

Jeudi de 14h à 15h30

Au Centre

Avec Fabienne Veltz

Venez écrire et tenter vos premières lignes, stimuler votre spontanéité à partir de supports variés, jeux de langages, situations vécues ou rêvées, photos et propositions ludiques.



**Attention** : inscription possible pour un seul cours de gym et couture

# CLUBS

## Infos et inscriptions auprès de l'accueil du CSC



### TRICOT

*Jeudi de 10h à 11h  
Au Centre  
Un temps pour apprendre à tricoter, se perfectionner, se rencontrer...*

### CLUB CULTURE & DECOUVERTES

*Vendredi après-midi  
selon programmation  
Aux Bains  
Des habitant-e-s se retrouvent  
pour organiser des sorties et  
activités culturelles.*

### SCRABBLE

*Lundi de 14h à 16h  
Aux Bains  
Un groupe de passionné-e-s  
se réunit depuis plusieurs  
années pour pratiquer la  
version duplicata du célèbre  
jeu.*

### CHORALE DU TEMPS LIBRE

*Mardi de 14h30 à 16h30  
Au Centre  
Intervenante :  
Anne Balta  
Venez revisiter le répertoire  
de la chanson française en  
toute convivialité.  
70 € à l'année 32 séances*

### PLAISIR DE LA DANSE

*Mardi de 18h à 19h  
Aux Bains  
Avec Jasmine, pour le plaisir  
de danser à tout âge  
(les enfants doivent être  
accompagnés d'un parent)*

## ACTIVITES DE LOISIRS

### HATHA-YOGA

*Lundi de 17h30 à 18h30  
Au Centre  
Intervenante :  
Sophie Nanshan Yoga  
145 € l'année. 32 séances.*

### HATHA-YOGA ET MEDITATION

*Lundi de 18h30 à 20h  
Au Centre  
Intervenante :  
Sophie Nanshan Yoga  
210 € l'année. 32 séances.*



### QI-GONG

*Mardi 12h30 à 13h30  
Au Centre  
Intervenante :  
Myriam Wendling  
175€ l'année. 30 séances.*

## SERVICES

### ECRIVAIN PUBLIC

*Mercredi de 9h30 à 11h30  
Au Centre  
Bénévole :  
Christine Secouet  
Besoin d'aide pour vos écrits, vos  
courriers administratifs ? De  
façon bénévole, l'écrivain public  
vous accompagne dans vos  
démarches (sauf dossiers  
administratifs).*

### BILLETERIE IRCOS-CEZAM

*Les adhérents de l'association peuvent  
bénéficier de billets à tarifs réduits et  
accéder à une multitude de services et  
d'activités dans différents domaines  
(culture, sport, loisirs, tourisme et vie  
pratique).  
A l'accueil du Centre*

