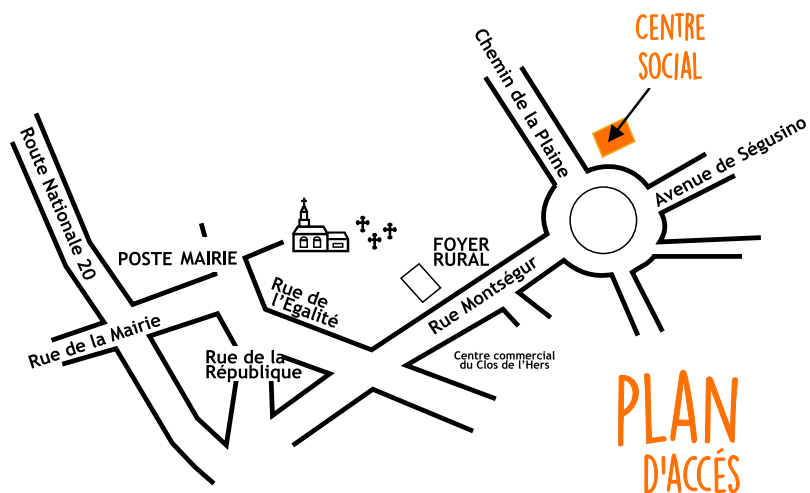


TOUS LES ATELIERS SONT ANIMÉS PAR UN ANIMATEUR ET/OU UN BÉNÉVOLE/ADHÉRENT.  
VOUS VOULEZ PRENDRE DU TEMPS POUR VOUS ?  
VOUS SOUHAITEZ TRANSMETTRE UNE IDÉE, UNE PASSION ?  
ALORS VENEZ FAIRE NOTRE CONNAISSANCE ET DÉCOUVRIR NOS ATELIERS ET ACTIVITÉS !



## ACCÈS LIBRE INFORMATIQUE

MARDI DE 9H À 12H — DE MERCREDI À VENDREDI DE 9H À 12H ET DE 14H À 17H00



### Conditions d'accès au Centre Social :

Avant toute adhésion, vous pouvez venir visiter la structure et découvrir les activités. L'adhésion au Centre Social est ensuite indispensable.

### Montant de l'adhésion :

- (commune de Saint-Jory et extérieur)
- Gratuite : pour la 1ère participation à une activité.
- adulte 10 € - enfant 2€ par an
- sorties :
- de 30km : 3€ par famille
- + de 30 km : 5€ par famille

**Centre Social**  
2 Chemin de la Plaine  
31790 SAINT-JORY  
05.61.35.06.35  
06.26.14.45.05  
centre.social@saint-jory.fr

RETROUVEZ-NOUS SUR :



# CENTRE SOCIAL

## PLANNING D'ACTIVITÉS



## LES LUNDIS

APRÈS-MIDI  
ATELIER COUTURE  
14H00-16H00

ATELIER ANGLAIS  
avec Elisabeth  
« atelier conversation »  
18h45 - 20h



## FERMÉ LE MATIN

Anglais conversation  
avec Elisabeth

ATTENTION Elisabeth absente  
les 4, 11 et 18 novembre,  
Reprise le lundi 25 novembre

Atelier couture  
« attention ça pique »  
Avec Brigitte et Marie

Projet de novembre  
mini sac pliable

TOUTES LES ACTIVITÉS  
SONT SUR INSCRIPTIONS,  
SAUF CAFÉ PAPOTE ET  
ACCÈS LIBRE INFORMATIQUE

## LES MARDIS

CAFÉ PAPOTE  
ou CAFÉ DES IDÉES  
DE 9H30 À 11H30



COURS DE FRANÇAIS &  
LANGUES ÉTRANGÈRES (FLE)  
avec Aleksandra et Carla  
9H15-10h45



ESPAGNOL avec Martine  
14H30 À 15H 30



NOUVEAU

Jeudi matin 11H-12H  
Espagnol Débutant  
avec Martine



## ATELIERS PONCTUELS

DANS LE CADRE DU MOIS  
DE SENSIBILISATION AU DÉPISTAGE  
DES CANCERS MASCULINS

ATELIER NATUROPATHIE  
avec Laurie

Mercredi 8 novembre 9h 30 à 11h  
« un autre regard Sur la maladie »  
Vendredi 15 novembre 14hH-15H30  
« un autre regard sur l'homme »

ATELIER « RAMÈNES TA BARBE  
OU TA MOUSTACHE »  
avec Patrick barbier coiffeur  
Lundi 18 novembre après midi  
et mardi 19 novembre après midi

## LES MERCREDIS

APRÈS-MIDI  
ATELIER FAMILLE  
OU INTERGÉNÉRATIONNEL  
14H30-16H30

Mercredi 6 novembre  
origami, cartes et livres  
« on se plie en 4 pour les  
décorations de Noël »

AF

Mercredi 13 novembre  
plantations au jardin

AI

Mercredi 20 novembre  
confection goûter surprise  
bon pour la santé avec des  
ingrédients mystère !

AF

Mercredi 27 novembre  
sortie surprise !

AI

## LES ATELIERS

Ateliers d'expression libre  
Avec Aleksandra  
Mardi 12 novembre 11H-12H  
Mardi 19 novembre 20H-21H  
Sur le thème philosophie  
de la rencontre  
« la place que j'ai avec les autres,  
que les autres ont pour moi »

Mardi 26 novembre 11H12H  
Report atelier du 8 octobre sur le  
thème « la place sous mon toit  
que je m'octroie »

Atelier chanté respiration  
libération  
Vendredi 15 novembre 10H45-12H

## LES JEUDIS

MATIN  
ATELIER CUISINE  
DU BRUIT DANS LA CUISINE  
9H30 -11H30

APRÈS-MID  
LES BASKETS EN SORTIE  
VISITES ET DÉCOUVERTES  
14H30-16H30

MATIN  
« Du bruit dans la cuisine »

Jeudi 7 novembre  
Recette zéro gaspi  
Avec Vanessa et Marie Noëlle  
de Graines d'avenir  
« soupe à la banane »  
& « gâteau au chocolat »  
Repas partagé



Jeudi 14 novembre  
encore des

Chouquettes sucrées et salées  
Avec Elisabeth pour ceux qui  
Ont loupé la première fournée



Jeudi 21 novembre  
recette légumineuse avec  
Vanessa et Marie Noëlle  
De « graines d'avenir »  
« curry de pois chiches »  
Et « gâteau aux haricots blancs »



Jeudi 28 novembre  
et encore des chouquettes  
avec Elisabeth  
Pour la dernière fournée !



## LES RENDEZ-VOUS

Atelier jeux découverte  
sur le handicap  
Avec Anne  
Vendredi 22 novembre de  
14H à 16H  
(à noter le vendredi 6  
décembre 14H 16H les  
conseils d'Anne pour guider  
une personne déficiente  
visuelle)

Pause lecture  
Avec Yéhvé et Sandrine  
Mardi 26 novembre de  
16h00 à 17h30  
« les coups de cœur de  
l'automne »

APRÈS - MIDI  
« Les baskets en sortie »  
« Les baskets en sortie »  
en pause pour le centre social  
Mais la marche se poursuit en dehors !

Elisabeth vous propose  
des « balades papote »  
Le long du canal pour être ensemble  
Rendez-vous le jeudi après-midi  
À 14h15 au centre social  
(Prévoir co voiturage)  
Ou à 14h30 au parking  
route de St Caprais  
(Rond-point au bord du canal  
direction Grenade)

C'est une marche libre guidée par  
Elisabeth bénévolement  
en dehors du centre social sous  
votre propre responsabilité  
Annulé si météo défavorable ou  
indisponibilité d'Elisabeth  
Pour les personnes intéressées :  
Contactez Elisabeth par SMS  
uniquement en précisant votre  
prénom au 06 22 91 19 82