

ACTIVITÉS PERMANENTES.....

.....EN PÉRIODE SCOLAIRE

Toutes les activités sont sur inscription

LUNDI

19H-20H : Qi Gong/ Spirale

MARDI

9H30-11H : Qi Gong

11H-12H30 : Taï Chi/ Spirale

13H-13H55 : Gym après cancer/La Polle

18H-20H : Cours de langue des signes/ASNC

19H15-20H15 : Gymnastique volontaire/AGV

20H30-23H : Théâtre/Alexis et Cie

MERCREDI

7H30-18H : Accueil de loisirs de 3 à 12 ans / Francas

18H-20H : Cours de langue des signes

JEUDI

12H15-13H15: Gym après cancer

18H-20H : Cours de langue des signes

18H30-20H : Chorale Lzée/Cultur'Elles

20H15-21H15 : Gymnastique volontaire

VENREDI

17H-20 H : Chant et théâtre / A Fleur de Mots

ACCUEIL PÉRISCOLAIRE / FRANCAS

Lundi, Mardi, Jeudi, Vendredi 16H30-18H

CENTRE DE LOISIRS/ FRANCAS

Mercredi 7H30/18H

REMISE À NIVEAU ADULTES / INFREP

Lundi, Jeudi, Vendredi 9H-12H/

Mardi 9H-12H / 13H30-17H

JARDIN PARTAGÉ

- Temps collectifs de jardin (cf programme)
- Ouvert à tous sur nos horaires d'ouverture. Accès libre jardin ou simplement se détendre.

ATELIER AUTONOME TRICOT ET

COUTURE

Lundi et Mardi 13H30/16H

Initiation et conseils

SERVICES

DÉMARCHES ADMINISTRATIVES & AIDE NUMÉRIQUE

Accueil individuel sur rdv

PRATIQUE DE L'INFORMATIQUE

Accès libre autonome aux ordinateurs
(sur nos heures d'ouvertures)

PROMENEURS DU NET SUR FACEBOOK

Clotilde, référente famille : **jeudi 9H - 10H30**

PERMANENCE BIBLIOTHÈQUE SONORE

Mardi et Vendredi 9H-12H sans rendez-vous

PERMANENCE ASNC

(association des sourds du nord Cotentin)

Du **Lundi** au **Vendredi** 10H à 12H - 14H à 16H

Prendre rendez-vous au 02 33 44 54 43

PERMANENCE MÉDIATION ÉNERGÉTIQUE ASTRE

Mercredis 6 et 20 Septembre 9H-11H

Prendre rendez-vous à l'accueil de la structure

PERMANENCE ASSISTANTE SOCIALE

Lundi 14H -16H30 : Prendre rendez-vous au Centre médico-social au 02 33 88 77 10

PERMANENCE MISSION LOCALE

Jeudi 8H30-12H et 13H30-17H

Prendre rendez-vous à la mission locale : 02 33 01 64 65

ACCUEIL, RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Du lundi au vendredi : 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h30

18h mercredi et vendredi en période scolaire

Accueil fermé le lundi matin



ligne 3 arrêt Bremerhaven

centre ou Bremerhaven haut

1, rue du Neufbourg -Cherbourg-Octeville

50100 Cherbourg -en-Cotentin



02 33 54 44 54



maison.francoise-giroud@cherbourg.fr



MFGcherbourgencotentin

Centre Social FRANÇOISE GIROUD PROGRAMME SEPTEMBRE 2024



CENTRE SOCIAL
CHERBOURG-EN-COTENTIN



ALLOCATIONS
FAMILIALES

CHERBOURG
en Cotentin

Fermée pour inventaire
le mercredi 4 et vendredi 6



LUDO LATULU

MERCREDI ● 9H30 / 11H30 ET 16H / 18H

VENDREDI ● 16H / 18H

Emprunt des jeux et livres:
3 livres - 3 jeux pendant
3 semaines. Gratuit, entrée libre.

DU 2 AU 6 SEPTEMBRE

LUNDI 2 ● 13H30 / 16H

Reprise des Ateliers autonomes tricot / couture.

MARDI 3 ● 9H15 / 11H

Le temps des petits

Lieu d'accueil destiné aux enfants
de moins de 3 ans accompagnés d'un parent.



JEUDI 5

**● Journée de rentrée des ateliers adultes
gratuit, sur inscription :**



10H00/12H : Bilan et programmation des ateliers loisirs
adultes.

12H/13H30 : Déjeuner partagé (**offert aux participants à
la journée**).

13H30/16H : Bilan et programmation des ateliers Rendez-
vous bénévoles

● 19H Présentation de la Saison culturelle de Cherbourg

à Buisson, suivi d'un spectacle de tango.

Sur inscription - rendez-vous à 18H30 à la MFG



VENDREDI 6

● 9H / 12H Accueil fermé

● 9H00 / 17H00

**Jardin partagé ouvert à tous : Chaque vendredi accès
libre**, pour jardiner ou simplement se détendre ou
papoter.

SAMEDI 7

**FORUM DES ASSOCIATIONS - Cité de la mer ,
Retrouvez-nous au stand des centres sociaux**



DU 9 AU 13 SEPTEMBRE

MARDI 10 ● 10H / 11H30

Activité 0-3 ans en famille : Lecture au jardin

Gratuit sur inscription

JEUDI 12

● 8H30 / 10H

Café rentrée parents :

Retrouvez-nous sur le parvis de la MFG

● 13H30 / 16H

Ateliers loisirs adultes:

Programme à venir, info à l'accueil

VENDREDI 13

● 9H00 / 17H00

Jardin partagé ouvert à tous



DU 16 AU 20 SEPTEMBRE

MARDI 17 ● 9H15 / 11H

Le temps des petits (voir mardi 3)

JEUDI 19

● 9H / 10H

Café rentrée parents :

Un temps pour échanger des idées, des informations.



● 13H30 / 16H

Atelier loisirs adultes:

Programme à venir, info à l'accueil.

VENDREDI 20

● 9H / 17H

Jardin partagé ouvert à tous (voir vendredi 6)

● 9H30 / 11H

Marche nordique:

1^{er} rdv mensuel du cycle santé marche.

Au départ de la MFG. Gratuit, sur inscription.



● 13H45 / 16H15

"Je prends soin de moi" - atelier n°1

Avec la Mutualité française - Gratuit, sur inscription
pour le cycle de 5 ateliers.

DU 23 AU 1 OCTOBRE

MARDI 24 ● 10H / 11H

Activité 0-3 ans en famille : Motricité au jardin

Gratuit sur inscription

JEUDI 26

● 9H / 11H00

Atelier parents

Programme à venir, info à l'accueil.

● 13H30 / 16H

Rendez-vous bénévoles

On prépare Octobre rose!



VENDREDI 27 ● 13h45/16h15

"Je prends soin de moi" - atelier n°2

SAMEDI 28

**INAUGURATION du centre
Niki de Saint Phalle de Tournlaville.**

Pour visiter le nouveau centre social et
venir rencontrer les bénévoles.

Directement sur place ou au départ de la MFG
sur inscription.



MARDI 1 OCTOBRE ● 17H30 / 19H30

**ATELIER D'INTELLIGENCE COLLECTIVE EN
PARTENARIAT AVEC LA MEF**

"Transition énergétique et développement durable.

➤ Comment réduire la vulnérabilité
des populations face aux changement climatique ?

➤ Quels projets "verts" pour le quartier?"
Ouvert à tous à partir de 11 ans.