

Le centre social est ouvert à tous, dans une ambiance conviviale, collaborative et solidaire.

Vous pouvez y trouver des activités, des projets, ou juste venir discuter autour d'un café.

La maison est un lieu ressource pour tous les projets, idées et initiatives !

Les espaces disponibles :

L'ACCES LIBRE A L'EPN

SUR LES TEMPS D'OUVERTURE DU CENTRE SOCIAL

L'ACCES LIBRE A L'ATELIER MENUISERIE

SUR LES TEMPS D'OUVERTURE DU CENTRE SOCIAL

L'ESPACE FAMILLES

OUVERTURE RESERVEE AUX TOUT PETITS

LES MATINS DE 9H - 11H

OUVERTURE AUX FAMILLES

LES APRÈS-MIDIS 16H-17H45,

SAUF MERCREDI 14H-17H

-Accueil, jeux, activités pour les enfants, échanges avec les parents..

ACCUEIL DES ADOS

MARDI, JEUDI, VENDREDI


16H30-18H30

MERCREDI | 14H-18H

-Avec les animateurs de la Maison Pour Tous

Accueil, renseignements et inscriptions :

Du lundi au vendredi : 8h30-12h00 / 13h30-18h00
(17h le mercredi)

 Centre Social Flora Tristan 33 rue de Bougainville,
50130 Cherbourg-en-Cotentin - 02 33 94 58 59



Bus ligne 1 arrêt : Les Fourches



maison.flora-tristan@cherbourg.fr

Les actualités du quartier :

Projet avec l'école la Polle tous les mardis

CENTRE SOCIAL FLORA TRISTAN

Programme Novembre 2024



*Seul on va plus vite,
ensemble on va plus loin !*

ouvert à tous

LES ACTIVITÉS PERMANENTES

Les projets ouverts à tous :
Projet Paris

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
LE TEMPS DES TOUT-PETITS 9H/12H	GYM SUR RDV 9H/11H30 LE TEMPS DES TOUT-PETITS 9H/12H PERMANENCE DES ASSISTANTES SOCIALES 9H/12H DÉCOUVERTE CUISINE 10H/13H30	LE TEMPS DES TOUT-PETITS 9H/12H	GYM COLLECTIVE 10H LE TEMPS DES TOUT-PETITS 9H/12H	ATELIER BIEN-ÊTRE 10H/12H Tous les 15 jours LE TEMPS DES TOUT-PETITS 9H/12H PERMANENCE DES ASSISTANTES SOCIALES 9H/12H
LA P'TITE BOUTIQUE 14H/17H ATELIER CRÉATIF 14H/17H ATELIER INFORMATIQUE 16H30/17H30 LA PAUSE CARTABLE 16H30/18H	PETITE MARCHÉ 14H/16H Tous les 15 jours PERMANENCE ASTRE SERVICES le 12/11 de 14H à 16h LA PAUSE CARTABLE 16H30/18H	LA P'TITE BOUTIQUE 14H/17H LIEU D'ACCUEIL PARENTS / ENFANTS 14H/17H	MARCHE DE 9 KM 13H30/19H Avec l'association Les Marcheurs des Vallons LA P'TITE BOUTIQUE 14H/17H LA PAUSE CARTABLE 16H30/18H	JEUX DE CARTES 14H/18H POINT ÉCOUTE HABITANTS (SUR RDV) 14H/18H Accompagnement par un psychologue SORTIE SENIORS 14H LA PAUSE CARTABLE 16H30/18H

RETROUVEZ CE MOIS CI :

DU 04 AU 08 NOVEMBRE

Mardi 05 novembre:

10h30-11h30: Gym sur rdv

10h: Atelier cuisine

Gratin de butternut | clémentines au fromage blanc

14h: Petite marche - Ruffosses

16h-18h: Porteur de paroles à l'école Bayet - votre point de vue nous intéresse "Comment vivez-vous la fin de journée en famille?"

Mercredi 06 novembre:

14h-17h: Accueil ludo'familles

Vendredi 08 novembre:

10h: Cuisine ACREA

15h: Spectacle ASAM song (à confirmer)

DU 11 AU 15 NOVEMBRE

Lundi 11 novembre:

FÉRIÉ

Mardi 12 novembre:

10h: Atelier cuisine

Hachis à la volaille | muffins au potiron

14h: "Je cuisine solidaire" - soupe de citrouille

16h-18h: Porteur de paroles à l'école de la Polle - votre point de vue nous intéresse "Comment vivez-vous la fin de journée en famille?"

Mercredi 13 novembre:

10h: "Si on se parlait"

14h-17h: Accueil ludo'familles

10h: Atelier préparation du goûter pour le 15/11 n°1

Jeudi 14 novembre:

10h: Cuisine MFR Urville

Vendredi 15 novembre:

10h: Atelier préparation du goûter pour le 15/11 n°2

10h: Atelier bien-être

Je m'occupe de moi: balnéo, vernis, masque

14h: Sortie pour tous - point du jour

DU 18 AU 22 NOVEMBRE

Lundi 18 novembre:

14h-16h: Atelier bois - bac pour le jardin

16h30: Découverte EPN

retouche de base d'une image

Mardi 19 novembre:

9h: Gym sur rdv

10h: Atelier cuisine

Soupe thaï au poulet | mousses de lait de coco au citron vert

14h: Petite marche - très petite marche de 2km départ de la Saline vers Querqueville

14h-16h: Atelier bois - bac pour le jardin

Mercredi 20 novembre:

14h-17h: Accueil ludo'familles

14h-16h: Atelier bois - bac pour le jardin

Jeudi 21 novembre:

10h: Gym collective

Vendredi 22 novembre:

18h: La course du 18-20 pour "le mois de la parentalité" - café parents à l'école de la Polle avec l'Union départementale des associations familiales de la manche (garderie sur inscription)

DU 25 AU 29 NOVEMBRE

Mardi 26 novembre:

10h: Atelier cuisine

Papillote de saumon à l'indienne | crème brûlée aux fraises tagada

Mercredi 27 novembre:

14h-17h: Accueil ludo'familles

14h-16h: "Mois de la parentalité" fabrication d'un calendrier de l'avent géant et collectif au Quasar (sur inscription)

Jeudi 28 novembre:

10h: Gym collective

20h30: Le Montespain - spectacle au théâtre des miroirs (inscription avant le 21/11)

Vendredi 29 novembre:

10h: Atelier bien-être

Je m'occupe de moi: balnéo, vernis, masque