

# Agenda MAI 2023

## tous en Scène



### 1<sup>ERE</sup> PARTIE THE EXTERIORS POP ROCK

MOSAÏC Centre Socioculturel  
Espace Coluche - 10 rue du Serre Blanc  
26130 SAINT PAUL TROIS CHATEAUX  
Tél. 04 75 00 82 30

mosaic26130.wixsite.com/sp3c | facebook : Mosaic 26130

► Atelier PARENTS ENFANTS | 14h > 16h30  
à partir de 4 ans - Gratuit, inscription conseillée  
Mercredi 03 | FABRIQUE JEUX EXTERIEUR  
Mercredi 17 | ATELIER FLORAL  
Mercredi 31 | ATELIER PATISSERIE

► 04 - 09 - 25 | TULETTE salle paroissiale de 14h à 15h30  
ATELIER DE CHANT à partir de 60 ans  
animé par GAËLLE MARCHERAT

► Vendredi 05 & mardi 09 | 10h > 11h30  
ATELIER NUMERIQUE  
COMMENT FAIRE SA DÉCLARATION D'IMPÔTS ?  
Formation gratuite ouvert à tous

► Vendredi 5 | 19h30 > 22h30 | Gratuit ouvert à tous  
SOIRÉE TARTES & JEUX en partenariat avec Happi Fourmis  
Tout le monde apporte un jeu et une tarte salée ou sucrée

► Samedi 13 | 16h > 17h30 | 10€ | atelier animé par Nathalie RIAL  
MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE  
Communication & écoute active

► Samedi 13 | 17h > 19h30 TOUS EN SCÈNE - 5€ - 3€ adhérent  
Avec les élèves de musique et chant  
1<sup>ere</sup> partie | THE EXTERIORS - pop rock

► Mardi 16 | 15h - 17h  
Réunion AIDE AUX AIDANTS TRICASTIN  
CES TROUBLES QUI NOUS TROUBLENT ?

► Mardi 23 | ASSEMBLÉE GÉNÉRALE - 18h30

► Vendredi 26 | 18h > 20h | 13/26 ans  
DÉBAT JEUNES - Suivi d'un apéro - Gratuit

#### ► ACTION CRÉATION

Mardi 02 - ATELIER FLORAL - 14h / 16h  
Vendredi 05 - SOPHROLOGIE - 14h / 15h  
Mardi 09 - NEURO MEMO - 14h / 16h  
Vendredis 12-26 - DEMO DE DANSE - 14h / 15h30  
Lundis 15 - 22 - GYM ADAPTEE - 10h45 / 11h45  
Lundis 15 - 22 - DECOUVERTE DU CHANT - 14h30 / 16h  
Mardi 16 - GROUPE DE PAROLE - 13h30 / 15h  
Mardi 23 - YOGA - 14h / 15h15  
Mardi 30 - PERGAMANO - 14h / 16h

#### ► ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE

Du Lundi au Vendredi : Accueil libre - 9h30 > 12h | 13h30 > 17h  
Mardi après-midi : Ateliers Seniors  
Jeudi : Accompagnement recherche d'emploi  
Ordinateurs en accès libre  
de 10 à 100 ans | Gratuit sur inscription

#### ► ACCUEIL JEUNES

Accueil libre et activités - Gratuit, hors vacances scolaires  
Tous les mercredis et samedis | 14h à 18h  
Lundi, mardi, jeudi et vendredi | 17h à 19h

► Tous les Jeudis | de 14h à 16h | Gratuit, tout public  
ESPACE ÉCRIRE POUR EXISTER Animé par Brigitte  
Ateliers de lecture, d'écriture, d'illustration,  
Dessin, peinture, art visuel...