

Ateliers Hebdomadaires

ADMINISTRATION ET MOI

« Besoin d'aide pour vos papiers »
Tous les **lundis de 9h à 12h** aux Bressons
Avec Anne-Marie

ATELIER NUMERIQUE

« @telier numérique # mon quotidien »
Tous les **lundis de 14h à 16h**
Avec Gilles, au Pôle de Proximité la Ruche

ATELIERS LINGUISTIQUES

Le lundi de 9h00 à 11h00
« Compréhension et expression orales et écrites »

Le lundi de 13h30 à 15h30
« Le Français par le numérique »

Le mardi de 9h à 12h
« Expression orale »

Le Mardi de 13h30 à 15h30
« Le Français par le numérique »

Le Jeudi de 9h00 à 11h00
« Compréhension et expression orales et écrites »

Le jeudi de 13h30 à 16h
« Expression orale sur thématique prédéfinie »

Le vendredi de 9h à 11h
« Compréhension et expression orales et écrites »

Avec Anne-Marie, Marie-Thérèse, Nadia, Christine,
Martine, Liviu, Ingrid et Geneviève.

Ouverture du Point d'appui aux étrangers

Si vous cherchez des réponses aux questions
liées aux droits des étrangers (droit de séjour et
de travail, visas, nationalité, droits sociaux etc)

Une juriste vous accueille les :

- * Les mercredis (sans RDV) de 9h à 12h
au 9 rue des frères Lamanon
- * Jendis sur rendez-vous

ADHESION :

Individuelle : **5€**

Familiale : **8€**

Afin que vous puissiez profiter de la
programmation, une liste d'attente sera
mise en place si des personnes venaient à
se désister.

Le paiement est obligatoire lors de
l'inscription pour toute sortie organisée.



BONNE ANNÉE

2020

Programme

"ADULTES - FAMILLES"

Janvier 2020

ACCUEIL ET INSCRIPTIONS

BRESSONS :

Du lundi au vendredi 14h / 18h

Mardi 14h / 17h

9, rue des Frères Lamanon Salon de Pce

04.90.44.80.87

MONAQUE : 9h / 12h - 14h / 17h

Sauf vendredi 9h / 11h

Pôle de proximité la Ruche

57, rue Aurélienne Salon de Pce

04.42.86.03.14

Email : accueil@centremosaïque.fr

Site : <http://mosaïque.centres-sociaux.fr>



Plateau du mardi

Venez prendre le petit déjeuner avec nous.
Tous les mardis matin à partir de 9h00
à La Ruche,
jusqu'à la réouverture des Bressons.

Le 07 janvier

« **Pourquoi et comment consommer les produits de la mer ?** »
avec Angélique de Salon Action Santé

Le 14 janvier

« **Psycho-sophro** »
avec Carla

Le 21 janvier

« **Bien manger quand on est seul(e)** »
avec Angélique de Salon Action Santé

Le 28 janvier

« **Psycho-sophro** »
avec Carla

Café Culture



Ecoute, discussions, débats..., autour d'un café
tous **les jeudis de 13h30 à 16h.**
à La Ruche, jusqu'à la réouverture des Bressons.
Avec Soraya et Anne-Marie

Le 09 janvier

« **Culture et Interculturalité** »
Animé par Anne

Le 16 janvier

« **Bien dans sa tête, bien dans son corps** »
Activité physique préventive
Atelier **Café santé** avec Isabelle

Le 23 janvier

« **Bien dans sa tête, bien dans son corps** »
Activité physique préventive
Atelier **Café santé** avec Isabelle

Le 30 janvier

Theodore Gericault : « **Le radeau de la méduse** »
Atelier Histoire de l'Art avec Juliette

Sorties, Animations & Soirées ...

Mercredi 8 janvier

« **La galette des rois** »

Après-midi conviviale en famille autour des différentes
galettes traditionnelles
Organisée par le CS Mosaïque et le CAVM



A partir de **14h00** à la Ruche
1€ par personne

Vendredi 10 janvier

« **Sénior et alors !** »

« **Jeux de stimulation** »

Venez jouer aux cartes à plusieurs, défier la chance ou
trouver le parfait mot compte triple et surtout stimuler
votre mémoire.

Atelier animé par Soraya et Lydia
de MOSAÏQUE et du CAVM
De **9h à 12h** à La Ruche



Vendredi 10 janvier

« **Questions de parents** »

Entre réflexions, quotidien et astuces, venez en parler...
à destination des parents du CLAS de la Ruche.
Animé par Pascale de Salon Action Santé
RDV à la Ruche à **13h30**

Jeudi 16 janvier

« **Connaissance du monde** »

« **Splendeur des lacs italiens** » de la Lombardie à Venise



RDV devant le cinéma des Arcades
à **19h00** / **20** places – **2€**

Mardi 21 janvier

« **Parents convaincus, familles détendues** »

« **Sensation et respiration** »

Atelier SOPHRO animé par Carla
à destination des parents du CLAS Bressons.

Mercredi 22 janvier

« **Sortie à Marseille** »

Venez découvrir l'un des plus beaux monuments de
Marseille, **le palais Longchamp**, qui ne manque pas
d'attrait, ni de charme et qui ne laisse personne
indifférent.

Au programme : visite guidée du musée des beaux-
arts, atelier pour les enfants, suivi d'une balade dans
le centre-ville.



Départ de la **piscine municipale**
à **8h30** / Retour à **18h00**

30 places / **4€** adulte et **1€** enfant

Vendredi 24 janvier

« **Sénior et alors !** »

Découverte des bienfaits de **l'aromathérapie**
Animé par Véronique

Avec Soraya et Lydia
de MOSAÏQUE et du CAVM
De **9h à 12h** à La Ruche



Lundi 27 janvier

« **Terre et Avenir** »

Film reportage « **Homéopathie** »
Dans le cadre de la 7ème édition du Ciné-festival qui
présente les enjeux liés au réchauffement climatique,
à la transition énergétique, aux bouleversements
économiques et sociaux....



RDV à **19h15** devant le cinéma les Arcades
15 places / **4€** par personne
En partenariat avec le CAVM