

ACTIVITÉS DE LA SAISON 2017 - 2018

THEATRE // DESSIN // GUITARE // ZUMBA // ANGLAIS // ESPAGNOL
DANSE AFRICAINE // YOGA // QI GONG // ATELIERS ASL-FLE
INFORMATIQUE // SORTIES // ATELIERS PARENTS-ENFANTS
LUDOTHEQUE // SOPHROLOGIE



MAISON POUR TOUS - Centre Social et Culturel
33 rue Paul Vaillant Couturier ou 12 rue Circulaire
92000 NANTERRE
01.41.37.64.80 / mpt@laposte.net

PLANNING HEBDOMADAIRE DES ACTIVITES 2017 / 2018

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
ASL-FLE Cours de français	Fermé	10h00-17h00 18h30-20h00	10h00-17h00 18h30-20h00	10h00-17h00 18h30-20h00	10h00-17h00 18h30-20h00	
Couture	Fermé					10h-12h / 14h-16h30
Théâtre	Fermé			19h30-21h30**		
Dessin	Fermé	18h30-20h00**				
Guitare	Fermé					9h45-11h45
Informatique	Fermé		10h00-12h00			10h00-12h00
Danse africaine	Fermé			20h00-21h30 Palais des sports		
Zumba	Fermé			19h00-20h00 Palais des sports		10h30-11h30 Salle P.Picasso
Cours d'anglais	Fermé		18h30-19h30			
Cours d'espagnol	Fermé				16h30-18h00 Niveau débutant 18h00-19h30 Niveau Intermédiaire	11h00-12h30 Niveau avancé
Bien-être et détente (Massages)	Fermé				10h00-12h30* 14h00-18h00 Sur rendez-vous	
Qi-Gong	Fermé					10h00-11h15*
Yoga	19h00-20h15 Salle Joliot Curie					
Cours de soutien maths/physique/chimie Niveau 3ème / 2nde	Fermé					14h00-16h00
Permanence psychologue	Fermé	10h30-12h00 Sur rendez-vous				
Ecoute et relaxation	Fermé				14h00-17h00	
Ludo-gouter	Fermé					14h30-16h30
AMAP	Fermé			18h00-19h30		
Permanence UFC-Que choisir?	Fermé				16h00-18h00 sur rendez-vous	
Permanence aide aux démarches EcrivaIn public	Fermé			10h00-12h00*		10h00-12h00
MPT Café	Fermé					14h30-16h30

* selon planning ** sous réserve du nombre d'inscrits

Adhésion annuelle: 8€ (+ 1€ par membre de la même famille supplémentaire)
Renseignements et inscriptions au: 01.41.37.64.80

Horaires d'ouverture de l'accueil: du Mardi au Vendredi de 10h à 12h30 et de 14h à 19h
Le Samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h // Fermé le lundi



Les activités du Centre Social et Culturel - Maison Pour Tous



Ateliers d'apprentissage du français oral et écrit - ASL - FLE

Destinées aux adultes, de septembre à juin, du Lundi au Vendredi. Inscriptions à l'année.

Cours de langues, espagnol et anglais

Pour ceux qui aiment voyager ou s'intéressent à d'autres cultures. Apprentissage des notions et pratique de la conversation. Les cours sont ouverts aux ados et adultes.

Ateliers culturels et artistiques

Ateliers théâtre
Pour découvrir l'acteur que vous êtes!
Initiation, expression, corps, émotion, etc. Destiné au public à partir de 12 ans. Il a lieu tous les Jeudis soirs.

Ateliers dessin

Initiation et ou perfectionnement en dessin. Cet atelier est ouvert aux plus de 12 ans. Il a lieu tous les mardis soirs.

Guitare

Apprendre à jouer l'instrument, partage de plaisir de la musique. Cet atelier est ouvert aux plus de 12 ans. Il a lieu tous les samedis matins.

Danse africaine et Zumba

Ces ateliers vous accueillent, que vous soyez débutant ou confirmé dans la danse. Ils sont ouverts au public adulte. Ils ont lieu tous les jeudis soirs et samedis matins.

Citoyenneté

Journées et soirées thématiques
Conférences et débats sur les sujets de société.



Ateliers de loisirs

Atelier couture

Faire une boutonnière, un ourlet, poser une fermeture, etc.

Ateliers et repas cuisine du monde

Lieu de rencontres et d'échanges (et transmission) de savoirs culinaires soit entre adultes soit entre parents et enfants. Se renseigner auprès de notre accueil.

Ateliers parents-enfants

Les mercredis et vacances scolaires. Demandez le programme.

Les sorties

Sorties familiales et culturelles

Pour découvrir d'autres lieux, le patrimoine culturel, pour changer d'air sur une journée ou un week-end, que vous soyez seul ou en famille.

Sorties spectacles: des spectacles à un tarif réduit (concerts, cirques, théâtre, matchs sportifs), à La Maison de la Musique, au théâtre des Amandiers, etc.

Renseignez-vous auprès de notre accueil ou consultez notre programme.



Le bien-être

Permanence d'écoute et relaxation et permanence d'un psychologue
Entretien individuel de soutien pour le bien-être au quotidien.

Sur rendez-vous.

Massage sur rendez-vous.

Yoga L'activité est ouverte aux adultes.

Qi Gong

Gymnastique douce d'entretien du corps d'origine chinoise.

L'activité est ouverte aux adultes. Il a lieu le Samedi matin.

Inscriptions à l'année ou à la séance.

Nouvelles activités

-Cours d'arabe

-Ludothèque

-Sophrologie

Renseignements à l'accueil.

Activités Nature et Bio

AMAP

Pour promouvoir l'alimentation saine et l'agriculture paysanne.

Distribution chaque semaine des paniers de légumes bio, inscriptions à l'année.

Ateliers jardinage

Entretien du jardin, culture fruits et légumes, échange de savoirs.

Mercredi et Samedi.

L'Épicurie de la Maison Pour Tous

Valorisation des produits du jardin. En vente toute l'année: confitures, raisins... selon les récoltes.



La solidarité

Permanence d'aide aux démarches /Ecrivain public.

Pour vous aider dans vos courriers ou démarches administratives.

Cette permanence gratuite sans rendez-vous est ouverte tous les samedis et certains jeudis matins.

UFC QUE choisir

L'association UFC Que choisir vous conseille gratuitement si vous avez un souci d'ordre juridique (contrat, crédit, etc.) La permanence est ouverte le 3ème Jeudi du mois sur rendez-vous.

Informatique

Accompagnement individuel et collectif, utilisation de l'ordinateur. Initiation, traitement de texte, internet...

Les jeudis et samedis. Inscription à la séance.

La bibliothèque solidaire

Venez emprunter vos outils gratuitement ou participez aux ateliers bricolages... Les mardis et samedis.

Jeunesse

Accompagnement éducatif

Soutien scolaire en mathématiques les samedis. Niveau collège et Lycée.

Appui au montage de projet

Voyages, soirées à thèmes...

Mirthe café

Nous vous attendons pour échanger autour d'un goûter. Tous les samedis à partir de 15h.