

Les ateliers

Saison
2023/2024

du secteur familles

& Séniors



Centre social
de la vallée de l'Authre

☎ 04.71.47.24.10

Pour la mobilité, pensez à covoiturer, nous pouvons vous aider !

Portes ouvertes

**du 25 septembre
au 6 octobre 2023**

Inscriptions

**lors des ateliers du
9 au 20 octobre 2023**

**Début des
ateliers**

**25 septembre
2023**

Depuis 2004, retrouvez-nous dans toutes les salles et toutes les communes de votre territoire
Communes de Crandelles Jussac Laroquevieille Marmanhac Naucelles Reilhac Teissières de Cornet

Le secteur familles & Séniors

- **Des activités pour soi,**
à partager en familles ou entre amis, qui s'adressent à tout le monde, de 4 à 140 ans !
- **Le secteur familles/ séniors :**
un secteur dynamique en perpétuel mouvement : une idée ? Une envie ? N'hésitez pas à venir nous en parler.
- **Besoin d'une écoute, d'une orientation ?**
Un accompagnement individuel est également possible par la référente Famille.

Les animations musicales

L'atelier Chorale "L'Authre Voix"

Entre rires et chansons : rejoignez notre chorale encadrée par Raphaël Broussier, musicien professionnel.

- A partager en famille dès 16 ans
- Tous les jeudis de 20h15 à 21h45 (hors vacances scolaires)
- Au buron de Naucelles

Tarifs à l'année

Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
Territoire	60,90€	64,05€	67,20€	70,35€	73,50€
Hors Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
Hors Territoire	73,08€	76,86€	80,64€	84,42€	88,20€

L'atelier Guitare

Une multitude de sons et de rythmes à découvrir, encadré par Raphaël Broussier

GUITARE ADULTES

- Tous les samedis de 10h00 à 11h00 (hors vacances scolaires)
- Adultes débutants : 9h30 à 10h30
- Adultes confirmés : 10h00 à 11h00
- A la salle polyvalente de Teissières de Cornet

GUITARE ENFANTS

- Tous les samedis
- Enfants débutants : de 11h à 12h
- Enfants confirmés : de 11h30 à 12h30 (hors vacances scolaires)
- A la salle polyvalente de Teissières de Cornet

1er trimestre :
septembre à décembre 2023

2ème trimestre :
janvier à avril 2024

3ème trimestre :
avril à juin 2024

Tarifs Adulte pour un trimestre

Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
Territoire	42€	47,25€	52,50€	57,75€	63€

Hors Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
Hors Territoire	50,40€	56,70€	63€	69,3€	75,6€

Tarifs Enfant pour un trimestre

Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
Territoire	31,50€	36,75€	42€	47,25€	52,50€

Hors Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
Hors Territoire	37,80€	44,10€	50,40€	56,70€	63€

L'atelier Lecture

Gratuit

Venez partager votre passion pour la lecture en toute convivialité

- Animé par une bénévole du territoire
- A partager en famille dès 16 ans
- Le deuxième mardi de chaque mois
- De 20h15 à 22h00
- à la salle d'activités de Jussac



L'atelier Numérique Pour tous

Gratuit

Débutant ou confirmé, rejoignez-nous

- Animé par un bénévole du territoire et Mélissa, animatrice et conseillère numérique.
- Tous les vendredis :
deux groupes : 13h30-15h00 et 15h30 -17h00
en fonction des besoins et des niveaux
(hors vacances scolaires)
Mélissa est aussi disponible en individuel.
Accompagnement individuel et collectif gratuit
(associations, étudiants, bénéficiaires MSA).



Mélissa



**CONSEILLER
NUMÉRIQUE
France
services**

L'atelier Tricot

Gratuit

Venez-vous initier au tricot dans une ambiance chaleureuse,

- Animé par une bénévole du territoire
- A partager en famille dès 16 ans
- Tous les mercredis de 20h à 22h
(hors vacances scolaires)
- A la salle des associations de Reilhac



L'atelier Échange de savoirs Intergénérationnels

- Ponctuels
- A partager en famille dès 6 ans

Tarifs

Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	0,53€	1,05€	1,58€	2,10€	2,63€
Hors Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	0,64€	1,26€	1,90€	2,52€	3,16€

Les animations sportives

Éveil à la danse



Enfants nés en 2019/2018/2017 (4/6 ans)

- Tous les samedis de 10h à 11h00 (hors vacances scolaires)
- Au centre de loisirs de Jussac

Tarifs à l'année

Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	52,50€	54,60€	56,70€	58,80€	60,90€
Hors Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	63€	65,52€	68,04€	70,56€	73,08€



Encadré par Julie RAFFO



Possibilité d'utiliser les PASS CANTAL pour les ateliers sportifs de 3 à 17 ans

La Zumba Adultes

À partager en famille dès 15 ans

- Tous les mercredis de 18h30 à 19h30
- A la maison des loisirs de Crandelles (hors vacances scolaires)
- Tous les mardis au foyer de Marmanhac de 20h45 à 21h45 (hors vacances scolaires)
- Encadré par Julie RAFFO



Encadrés par Alexandra MAURE

Tarifs à l'année pour un cours par semaine

Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
	63€	65,10€	67,20€	69,30€	71,40€
Hors Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
	75,6€	78,12€	80,64€	83,16€	85,68€



Tarifs à l'année pour 2 cours par semaine

Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
	105€	109,20€	113,40€	115,50€	117,60€
Hors Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
	126€	131,04€	136,08€	138,6€	141,12€

Tarifs 15 ans à 18 ans

Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
	52,50€	54,60€	56,70€	58,80€	60,90€
Hors Territoire	QF<427	427<QF<660	660<QF<1397	1397<QF<2202	QF>2202
	63€	65,52€	68,04€	70,56€	73,08€

Possibilité de tarif préférentiel pour des clubs de gym du territoire.

Les animations autour du goût

Les Sorties Papilles en Éveil

Sorties gourmandes ponctuelles

- Découvertes culinaires, dégustations avec explications...

Tarifs

Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	1,50€	2,10€	3,15€	4,20€	5,25€
Hors Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	1,80€	2,52€	3,78€	5,04€	6,30€

Les Ateliers Cuisine Adultes

Partage de recettes entre habitants, intervenants ponctuels

- Animé par une bénévole du territoire
- A partager en famille dès 16 ans
- Une fois par mois à 19h à la salle polyvalente de Laroquevieille

Tarifs à l'année

Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	31,50€	33,60€	35,70€	37,80€	39,90€
Hors Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	37,80€	40,32€	42,84€	45,36€	47,88€

Tarifs à la séance : (inscription obligatoire deux semaines à l'avance auprès du centre social)

Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	4€	4,5€	5€	5,5€	6€
Hors Territoire	QF<427	427< QF < 660	660< QF < 1397	1397< QF<2202	QF>2202
	4,80€	5,40€	6€	6,60€	7,20€

Nous pouvons également proposer des ateliers cuisine pour les enfants, si vous êtes intéressés, dites-le-nous !



Les ateliers autour de la parentalité

Ateliers Parents/ Enfants

*À partager en famille
dès 3 ans*

- Ponctuels



Ateliers la Pause des Parents

*Vous êtes parent et vous aimeriez échanger avec
d'autres parents sur différents thèmes ?*

N'hésitez pas à nous contacter, Marion organise régulièrement des animations spécialement faites pour les parents, pour s'octroyer une pause !



Événement départemental

Planètes Parents

Le vendredi 24 novembre 2023 au centre social de Marmiers

Des ateliers sur le thème de la parentalité
Programme détaillé à venir.

Les animations spécifiques séniors

Ateliers ponctuels



En partenariat avec l'ARSEPT, le CLIC, la MSA, la Mutualité Française et la conférence des financeurs.

Animations "Marchons avec Léo"

- Une marche douce et gourmande est proposée par Léo chaque mois.
- Des promenades intergénérationnelles organisées pendant les temps d'activités périscolaires.

Atelier Jeux de Société

- Les jeudis de 14h à 17h
- A la salle polyvalente de Reilhac
- Animé par une bénévole du territoire (hors vacances scolaires)



Atelier "Du jardin à l'assiette"

- Nous vous proposons des séances d'initiation à la marche nordique durant le mois de septembre
- En partenariat avec l'ARSEPT

Si vous êtes intéressés, venez nous aider à jardiner, entre petits et grands !

Événement départemental

Les journées séniors

La semaine du 16 au 20 octobre

De nombreuses animations seront proposées et mises en lumières sur tout le département. Programme détaillé à venir.

Gratuit



Animation itinérante... Non, ce ne sont pas les pompiers, mais c'est bien l'équipe du centre social qui vient à la rencontre des habitants du territoire avec son nouvel outil l'amb'ance ! Programme détaillé à venir.



Portes ouvertes

**Entrée libre
aux différents ateliers
du 25 septembre
au 6 octobre 2023**



Inscriptions

Pendant les ateliers du 9 au 20 octobre 2023

Merci de vous munir

- d'une photocopie de votre attestation de quotient familial ou de votre dernier avis d'imposition
- d'un certificat médical d'aptitudes pour les activités sportives.

**Possibilité de télécharger le dossier d'inscriptions
notre site csiva.fr**

Tarifs adhésion obligatoire au centre social

Territoire	Adulte	Enfant	Famille
	6,50€	4,50€	12€
Hors Territoire	Adulte	Enfant	Famille
	8€	6,50€	14€

Référents



Marion



Léo

**Priorité aux habitants du territoire
et adhérents de la saison 2022/2023**

Centre social de la vallée de l'Authre

2 PLACE DES ECOLES - 15250 NAUCELLES

04.71.47.24.10

www.csiva.fr

centre.social.vallee.authre@csiva.fr

Horaires d'accueil du centre social :

Du lundi au vendredi : 9h00 - 12h15 / 13h00 - 17h00

Le mercredi après-midi par téléphone : De 13h00 à 16h00

Ou renseignements auprès du secrétariat de votre commune

Au cours de l'année, le centre social est susceptible d'adapter les ateliers en fonction de l'évolution du contexte sanitaire (diminution des effectifs, annulation d'ateliers, évolution du protocole « covid-19 », etc). Nous vous remercions de votre compréhension.

Communes de Crandelles Jussac Laroqueville Marmanhac Naucelles Reilhac Teissières de Cornet

