

Espace de Vie Sociale Bâtiment 25

Qu'est-ce qu'on fait en janvier ?

Poussez la porte

2 permanences tous les jeudis de 14h30 à 17h30 au foyer

Le café papote.

Pour tout public (gratuit / sans réservation)



Venez passer un moment de détente autour d'un café ou d'un thé auprès de Véro et de notre équipe de bénévoles. Faites des rencontres, discutez, jouez, lisez, renseignez-vous sur les activités du lieu et des structures du quartier...

À vos souris !

Pour toute personne ayant une question sur le numérique (gratuit / sans réservation)



Venez vous familiariser avec l'ordinateur, la tablette ou le smartphone, Jérôme vous accompagne pour consulter vos mails, faire une recherche sur internet, compléter un formulaire ou vous orienter vers nos ateliers numériques ou autres structures pouvant vous aider.

Le temps des bambins

Activités pour parents et enfants les mercredis et jeudis

Atelier sensoriel 1000 1ers jours.

Tous les jeudis de 09h30 à 12h
(Participation libre/ sans réservation)



Un moment d'activités, de partage et de conseils en parentalité, accompagné de Véro. Entre parents, enfants de 0 à 3 ans, grands-parents et toutes les personnes en charge de l'éducation d'un enfant.

Ma bulle et moi.



Un mercredi sur deux de 10h30 à 11h30 : le 08 et 22 janvier (4€ par enfant / gratuit pour les accompagnants) enfants de 5 à 10 ans

Marine et Véro vous proposent un atelier bien-être, gestion des émotions, renforcement des liens...
Moment de partage entre enfants et adultes.

Un temps pour soi

Accordez-vous un temps pour souffler, maintenir du lien, avoir un temps de répit, le mercredi, samedi et dimanche.



J'active mes neurones.

Un mercredi sur deux de 10h30 à 11h30, le 13 et 27 janvier (4€ par adulte/ gratuit pour les enfants/ sur réservation), tout âge.

Gym cérébrale et maintien cognitif pour les séniors, mais pas que ! Atelier ouvert à tous.

Profitez d'un moment de détente, d'exercices et de jeux ludiques renforçant l'activité cérébrale et l'apaisement, guidé par Marine.

Naître parents, le grand chamboulement.

Un samedi par mois, le 11 janvier de 10h à 12h pour les futurs et jeunes parents (participation libre / sur réservation) Garderie prévue pour les enfants

Groupe d'échanges entre parents afin de vivre sereinement l'arrivée de bébé et le post-partum . Floriane vous offre un espace d'échanges, de ressources et de soutien. Vous accompagnant en douceur sur le chemin de la parentalité.



Mon Moment Magique.

Le quatrième dimanche du mois, le 26 janvier de 10h à 11h parents enfants 3/6 ans et de 11h15 à 12h15 parents enfants 6 ans et + (Participation libre / sur réservation)

Floriane vous accompagne dans cet atelier, les parents et les enfants vivent un moment privilégié, nourrissent leur lien de complicité à travers un temps de jeu, de partage et de détente ! Ils se fabriquent des souvenirs communs, apprennent à mieux se connaître, à développer leur confiance en eux à travers des propositions ludiques qu'ils pourront réinvestir à la maison pour plus de partage en famille !

Qu'est-ce qu'on fait en janvier ?

Le coin des jeunes

Le club 25 !

Soutien scolaire.

Tous les mardis et jeudis de 17h à 18h30 pendant les périodes scolaires
(Gratuit/ sur inscription)

Dans chaque séance Alexandra et Catherine combinent : un temps d'accueil, d'apprentissages par des méthodes ludiques et adaptées aux profils des enfants et un temps d'ouverture culturelle. Les parents peuvent échanger avec les intervenants avant ou après la séance.

Bien dans tes Baskets,
bien dans ta vie.

Groupe de parole pour adolescents de 14 à 18 ans
1 mercredi sur deux - 15 et 29 janvier de 17h30 à 19h
(Participation libre / sur réservation)

Moment d'échange ayant pour but de libérer la parole et avoir un lieu d'écoute en toute confidentialité, accompagné par véro. Sujets libres et au choix des adolescents et/ou jeux éducatifs amenant vers les sujets les concernant (difficultés relationnelles, scolaires, émotions, addictions, dangers, interdits...).

Les rendez-vous thématiques

Apprivoiser mon ordinateur.



Atelier numérique jeudi 09 janvier de 18h30 à 20h30 (5€ par personne)

Ouvert à tout public, ce premier atelier permettra de faire le point sur vos besoins et vous proposer une aide pour apprendre les astuces et les bases, auprès d'Alexandra et Jérôme.

(Venir avec votre ordinateur, tablette ou smartphone).

Être parents d'ados, parlons-en !



1 mardi par mois 14 janvier de 18h30 20h30

(Participation libre/ sur réservation)

Être parent d'ados n'est pas toujours facile. Floriane vous propose un temps d'information, d'échange et de partage d'expériences (guidance parentale). Ouvert aux parents et toutes les personnes en charge de l'éducation d'un jeune de 11 à 18 ans.

"Ciao Bazar !"



Atelier d'initiation à l'organisation
Le 18 janvier de 10h30 à 12h30
(participation 12€ / sur réservation)

Ce premier atelier va vous ouvrir tous les possibles pour une meilleure organisation : de votre espace de vie ou de travail, du tri administratif, des objets qu'on ne remarque même plus, ... Habiba vous guide vers un art de vivre qui libère votre esprit et fait du rangement un art.

Réseaux sociaux, les bases.



Atelier numérique jeudi 23 janvier de 18h30 à 20h30 (5€ par personne)

Ouvert à tout public, cet atelier a pour but de connaître vos questions et besoins concernant l'utilisation et la maîtrise des réseaux sociaux, afin de coconstruire les prochains thèmes avec Alexandra et Jérôme.

On a tout prévu !

Possibilité de laisser les enfants ne participant pas aux ateliers auprès d'un.e animateur.trice EVS, qui leur fera faire des activités ludiques.

Merci de nous prévenir lors de l'inscription pour l'organisation.

Notre équipe est à votre écoute pour toute information complémentaire et inscription :

Tel : 0625521015

Mail: sensartvm@mail.com

Web: <https://batiment25.dokos.cloud/events>