

CENTRE SOCIAL DE MABLY



Un lieu convivial

SAISON

2021/2022

des activités pour tous !

**Semaine découverte des activités
du 13 au 17 SEPTEMBRE 2021**

hors accueil de loisirs (venir les jours et heures indiqués dans le tableau "horaires et tarifs")



avenue de Noyon - 42300 Mably
04.77.72.97.44

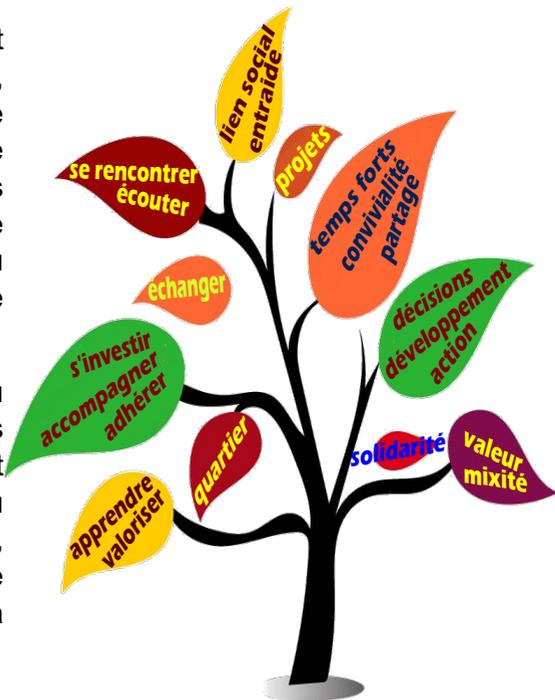
csmably.direction@outlook.fr
Site : 42csmably.centres-sociaux.fr
facebook : Centre Social de Mably

LE CENTRE SOCIAL DE MABLY, association ouverte à tous les habitants !

Adhérer au Centre Social, c'est l'opportunité de se rencontrer, d'échanger, d'apprendre, de participer à des moments de convivialité, de pratiquer des activités de loisirs, de construire des projets individuels et/ou collectifs, de s'investir dans la vie de son quartier et de l'association.

C'est aussi soutenir l'action du Centre Social, approuver les valeurs portées par l'association et contribuer à l'existence et au développement de celle-ci, prendre part aux décisions de gestion et d'actions en votant à l'assemblée générale annuelle...

Si vous souhaitez vous engager dans la vie du centre, en fonction de vos disponibilités ou de vos envies, vous pouvez intégrer l'équipe de bénévoles pour une aide ponctuelle ou régulière, pour créer votre propre activité, apporter vos idées, au sein des commissions, prendre des décisions au sein du conseil d'administration.



DIFFERENTS TEMPS FORTS PEUVENT ETRE ORGANISES

(conférences, soirées jeux, barbecue, crêpes, karaoké.....)

*Vous avez des idées, des expériences à partager,
des envies pour votre quartier, votre commune...*

REJOIGNEZ-NOUS!

NOUS REMERCIONS NOS PARTENAIRES ET FINANCEURS
POUR LEUR CONFIANCE ET LEUR ENGAGEMENT A NOS COTES



Loire
LE DÉPARTEMENT



Merci également à nos partenaires annonceurs qui ont permis la réalisation de cette plaquette.

Merci aussi à tous les bénévoles grâce à qui cette dernière a pu être distribuée dans vos boîtes aux lettres.

INSCRIPTIONS

COMMENT NOUS JOINDRE :

L'accueil du Centre Social est ouvert le **LUNDI** de 14h00 à 18h30, le **MARDI, MERCREDI, JEUDI** de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h30 et le **VENDREDI** de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h30.

CONDITION D'INSCRIPTION :

Etre adhérent au Centre Social (carte familiale et annuelle du 01/09/2021 au 31/08/2022).
Mably et Arsenal Roanne 13€ - Autres communes 17€.

MODE DE REGLEMENT :

Par carte bancaire, chèque bancaire, espèces, chèques vacances, césu pour les 4/6 ans dans le cadre de l'accueil de loisirs.

Pour les activités socio culturelles (dances, yoga, gym....)

ESSAI :

Un seul essai est possible pour les personnes dont l'activité est nouvelle.

REMBOURSEMENT :

Uniquement sur présentation d'un certificat médical pour un arrêt de 4 semaines minimum consécutives. **LA CARTE D'ADHESION N'EST PAS REMBOURSABLE.**

SERVICES AUX HABITANTS

Mise à disposition d'une salle (avec cuisine) d'une capacité de 40 personnes maximum.
Renseignement à l'accueil du Centre Social.

PHOTOCOPIES :

A l'accueil du Centre aux heures d'ouverture au public..



BOITES A LIVRES

à l'accueil du Centre Social
aux heures d'ouverture au public

Prenez un livre ! Lorsque vous l'avez lu, vous le rapportez et vous pouvez en prendre un autre si vous le souhaitez!

ACCUEIL DE LOISIRS



ACCUEIL DES ENFANTS :

de 7h30 à 12h15 et de 13h00 à 18h00

TARIFS :

en fonction du quotient familial,
disponibles à l'accueil et sur notre site
internet.

REPAS :

livrés par un prestataire agréé (sauf pour
les sorties à la journée où un pique-nique
sera fourni par les parents)

INSCRIPTIONS :

Les enfants peuvent être inscrits selon
plusieurs formules :

- demi-journée avec ou sans repas
- journée avec ou sans repas

Pour les mercredis : en fin de mois pour
le mois suivant avec règlement à
l'inscription.

Pour les vacances scolaires :
renseignements à l'accueil du Centre
Social et sur notre site internet.

L'accueil de loisirs est ouvert à tous
les enfants âgés de 4 à 12 ans (et
de 11 à 14 ans pendant les
vacances d'été).

Une équipe d'animateurs accueille
les enfants les mercredis et les
vacances scolaires (hors vacances
de Noël).

Pour chaque tranche d'âge et
chaque période de fonctionnement,
un programme d'activités est
disponible à l'accueil du Centre
Social, sur notre site internet et
facebook.

A partir du projet éducatif et
pédagogique, sont proposées des
activités qui permettent à l'enfant
de :

- s'ouvrir sur l'environnement
naturel et humain
- développer son imagination, sa
créativité, son autonomie
- pratiquer des activités ludiques et
conviviales
- s'initier et découvrir des activités
variées (culturelles, artistiques,
sportives, d'éveil...)
- se socialiser à travers la vie
collective du groupe.





Un accueil spécifique est mis en place
pour accueillir les jeunes 11/14 ANS
pendant les vacances d'été.

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

En lien avec les écoles primaires Jacques Prévert et Les Tuileries, le Centre social propose aux enfants et aux familles des ateliers pédagogiques autour de la scolarité.

Renseignements auprès d'Irène PONS, responsable Enfance Jeunesse, les mardis, mercredis, jeudis et vendredis au Centre Social ou par mail : csnoyon.centreloisirs@orange.fr

HORAIRES ET TARIFS	JOURS ET HEURES					TARIFS					
	ACTIVITES <i>* fournitures comprises **fournitures non comprises</i>	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	TARIFS AU TRIMESTRE SELON QUOTIENT FAMILIAL				
							+1200 €	901 € à 1199 €	701 € à 900 €	601 € à 700 €	0 € à 600 €
ACTIVITES PHYSIQUES											
GYM MÉMOIRE ET EQUILIBRE séniors					10h45 - 11h45						
GYM DOUCE	17h00 - 18h00				10h45 - 11h45	8h30 - 9h30 9h30 - 10h30	55,00	50,00	38,00	28,00	17,00
GYM VARIEE	18h30 - 19h30	18h30 - 19h30			8h30 - 9h30		49,00	44,00	33,00	25,00	15,00
PILATES	8h30 - 9h30 9h30 - 10h30	19h30 - 20h30									
CIRCUIT CARDIO-TRAINING		19h00 - 20h00									
ZUMBA		20h00 - 21h00									
RENFORCEMENT MUSCULAIRE (mixte)				17h00 - 18h00							
CROSS TRAINING (mixte)					17h15 - 18h15						
MARCHE NORDIQUE		14h00 - 15h00									
DETENTE PEDESTRE		départ du Centre à 13h30		départ du Centre à 13h45		PRENDRE L'ADHESION UNIQUEMENT					
ACTIVITES DE RELAXATION											
AUTO-HYPNOSE	17h30 - 19h00						78,00	71,00	55,00	40,00	25,00
MEDITATION (1 fois toutes les 2 semaines)					17h15 - 18h30		27,00	24,00	20,00	15,00	10,00
RELÂCHEMENT CORPOREL					9h30 - 10h30		49,00	44,00	33,00	25,00	15,00
QI GONG					9h15 - 10h15 10h30 - 11h45		52,00	46,00	36,00	26,00	16,00
SOPHROLOGIE	18h00 - 19h15	9h00 - 10h15									
VINIYOGA			19h00 - 20h15	18h30 - 19h45							
YOGA HATHA		8h45 - 9h45 10h00 - 11h00					42,00	38,00	32,00	25,00	15,00
METHODE EDUCATIVE 3 C 3 à 12 ans		18h00 - 19h00					63,00	57,00	45,00	35,00	25,00
ATELIERS DETENTE ET ARTISTIQUES											
WELCOME EVERYBODY (ANGLAIS)					14h00 - 15h15		63,00	52,00	40,00	30,00	20,00
ATELIER CHANSONS					18h30 - 20h00		66,00	60,00	45,00	34,00	22,00
DESSIN - PEINTURE ADULTES			18h30 - 20h30				68,00	62,00	48,00	35,00	25,00
TAPISSERIE**					9h00 - 12h00		168,00	153,00	127,00	90,00	60,00
DANSES DE SALON					18h30 - 19h30		54,00	48,00	35,00	25,00	15,00
DANSE ROCK perfectionnement			20h00 - 21h00				43,00	38,00	30,00	25,00	15,00
DANSE ROCK débutant			19h00 - 20h00								
DANSE EVEIL 4 à 5 ans					17h15 - 18h00		49,00	44,00	33,00	25,00	15,00
DANSE MODERN JAZZ 6 à 8 ans					17h15 - 18h15		54,00	48,00	35,00	25,00	15,00
DANSE MODERN JAZZ 8 à 11 ans					18h00 - 19h00						
DANSE MODERN JAZZ + 11 ans					18h15 - 19h15						
ATELIER THÉÂTRE ENFANTS 8 à 12 ans			17h30 - 18h45				52,00	47,00	35,00	25,00	15,00
DESSIN - PEINT./LOISIRS CREATIFS ENF*			17h00 - 18h30				53,00	48,00	36,00	26,00	16,00



PAUSE DES JEUDIS

Un temps pour les parents autour d'activités choisies ensemble (activités manuelles, cuisine, sorties...) dans la convivialité et le respect de chacun.

Le jeudi de 14h00 à 16h30 (hors vacances scolaires).
Gratuit ou participation modique selon l'activité.



SORTIES FAMILIALES

Partir à la journée en groupe pour découvrir notre région et accéder aux loisirs, pour rencontrer et échanger avec d'autres personnes.

Programmation sur quelques samedis dans l'année (consulter régulièrement notre site internet ou facebook). Tarif en fonction du quotient familial.

ATELIERS PARENTS/ENFANTS

Pour partager un temps de loisirs et de complicité avec vos enfants autour d'une activité.

Gratuit. Programmation à consulter au cours de l'année.



VACANCES EN FAMILLE

Partir en groupe dans le cadre d'un premier départ en vacances, séjour encadré par une équipe d'animation.

Projet construit avec les familles partantes



ATELIERS DE FRANCAIS



Ils s'adressent aux adultes ne maîtrisant pas ou peu la langue française. Ces ateliers permettent d'acquérir ou d'améliorer le vocabulaire nécessaire à la vie quotidienne (contact avec l'école, l'administration ou l'entourage).

Renseignements à l'accueil

TEMPS DES SENIORS

Ces moments permettent d'échanger et aussi de rencontrer de nouvelles personnes.

Des propositions de projets pourront voir le jour en fonction des besoins et des envies de chacun.

Mardis et jeudis de 14h00 à 16h30



**Rencontre JEUX ET CAFE
en toute convivialité !**

POINT INFO ET AIDES ADMINISTRATIVES

Florelle vous accompagne dans vos démarches administratives et vos projets individuels (CAF, Pôle emploi, départ en vacances...)



JARDIN PARTAGÉ, un espace de...

convivialité, de rencontre entre les générations, de découverte et de partage du plaisir du jardinage, des pratiques respectueuses de la nature.

Chacun(e) d'entre vous peut devenir acteur de cet espace.

Mercredis de 9h30 à 12h00

Florelle COLLOT, référente familles, reçoit, écoute, informe, conseille celles et ceux qui se questionnent sur le quotidien les mardis, les mercredis, les jeudis et vendredis.

Vous pouvez aussi la contacter par téléphone au 04.77.72.97.44 ou par e-mail csnoyon.familles@orange.fr

ACTIVITES PHYSIQUES

GYM MEMOIRE ET EQUILIBRE SENIORS

Renforcer la vigilance, les fonctions d'équilibre et de mémorisation, l'ouverture à d'autres personnes.

GYM DOUCE

S'entretenir, se muscler, s'étirer... à son rythme.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Fortifier et développer son corps avec de nombreux exercices physiques.

PILATES

Renforcement des muscles profonds sur fond musical avec ou sans ballon.

DETENTE PEDESTRE

Petites ou grandes randonnées... A vous de choisir !

MARCHE NORDIQUE

Marche technique en plein air avec l'utilisation de bâtons spécifiques. Elle vise l'amélioration de la condition physique générale (80% des muscles du corps sollicités). Elle peut être pratiquée par tous et à tout âge !

CIRCUIT CARDIO-TRAINING

Travail cardio-musculaire intense à travers un enchaînement d'exercices visant un renforcement musculaire de tout le corps.

GYM VARIEE

Travail cardio-vasculaire et renforcement musculaire.

ZUMBA

Cours collectif de danse-fitness d'inspiration latine.

ACTIVITES RELAXATION

QI GONG

Gymnastique chinoise axée sur la respiration, agissant autant sur le corps que sur l'esprit.

RELACHEMENT CORPOREL

Travail sur le ressenti, étirements importants, travail de perception, de connaissance des articulations.

AUTOHYPNOSE

Faites de votre inconscient le meilleur des partenaires pour agir efficacement sur votre santé, votre moral et vos automatisations (stress, sommeil, addictions, mal-être...).

LA FORCE DE L'ATTENTION avec la Méthode Educative 3C Concentration - Calme - Contrôle

Pratique psychocorporelle ludique issue du yoga et de la relaxologie, adaptée à tous les enfants.

Objectifs : relâcher les tensions, jouer avec le rythme, gérer ses émotions, travailler l'équilibre, la concentration, la confiance en soi...

SOPHROLOGIE

Relaxation dynamique à partir d'exercices simples basés sur la respiration.

MEDITATION

Travail d'intériorisation basé sur des techniques reposant sur la pleine conscience (attention - présence et respiration).

YOGA HATHA

Exercices de posture, respiration et relaxation. Adapté à tout public.

VINIYOGA

Yoga fluide, dynamique, accessible à tous les niveaux.



ACTIVITES DETENTE ET ARTISTIQUES

DANSES DE SALON

Seul ou accompagné, venez danser dans une ambiance conviviale !

ATELIER CHANSONS

Travailler sa voix en revisitant nos chansons françaises.

ROCK

Venez danser le rock en toute convivialité ! Ici les seuls mots à retenir sont plaisir, partage et bonne humeur.

TAPISSERIE

Restaurer fauteuils, chaises anciennes avec les conseils avisés de l'animatrice.

WELCOME EVERYBODY !

Vous souhaitez vous familiariser avec la langue de Shakespeare à des fins culturelles, pour vos voyages ou simplement pour votre plaisir ? Alors, venez rejoindre un petit groupe sympathique dans une ambiance décontractée.



DANSES MODERN JAZZ 4/15 ANS

Les enfants et les jeunes travailleront souplesse et coordination, tout en préparant des chorégraphies.

Les jours et horaires étant fonction de l'âge, merci de vous reporter au tableau "horaires et tarifs".

DESSIN / PEINTURE ENFANTS 8/15 ANS

Découverte et/ou perfectionnement de différentes techniques : crayon, gouache, acrylique, collage, modelage...

ATELIER JEUX THEATRE 8/12 ANS

Une découverte du théâtre par le biais de jeux et d'exercices ludiques, menant progressivement à un travail de petites scènes.

DESSIN / PEINTURE ADULTES

Atelier libre pour découvrir ou se perfectionner.



NOUVEAUX PROJETS 2021/2022

INCLUSION NUMERIQUE

Le Centre social va développer un projet d'inclusion numérique. Un bus, équipé de matériel informatique, ira dans les différents quartiers de Mably, vous proposer des ateliers.

PERSONNES AGEES ISOLEES

Le Centre social, la Municipalité de Mably, l'association UNIS CITE Roanne, ont construit un projet en direction des personnes âgées isolées, pour leur permettre de créer du lien social et partager des temps conviviaux.

Des bénévoles et des services civiques iront à domicile.

NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES POUR CETTE ACTION



TOUT POUR LE BUREAU

Florence GARNERIN

1269 Rue Pierre Semard - 42153 RIORGES
Tél. 04 77 23 52 74 - 06 30 09 43 23
Fax 04 77 23 07 37
florence@toutpourlebureau.com



Moussière
ASSURANCES

J.F et J.M MOUSSIERE Agents Généraux exclusifs
9 Rue Anatole France 42332 ROANNE
Tel 04 77 72 11 72 - agence.moussiere@axa.fr



EQUILIBRE
Architectes

CONSTRUISONS ENSEMBLE POUR DEMAIN

1, place de Verdun - 42300 MABLY
Tél. 04 77 70 08 67
equilibre@e-architectes.eu



CARS & VOYAGES

BIERCE

Z.A La Vilette
998, rue Louise Michel - BP 43
42153 RIORGES Tél. 04 77 72 19 22 - Fax. 04 77 70 88 21



Maison
Grisard

Bouchers
Charcutiers
Traileurs

Halles Diderot - ROANNE
Tél. 04 77 70 21 44

Avenue Centrale - ARSENAL
Tél. 04 77 68 34 05 - Fax 04 77 71 08 41
www.maison-g



rbi SPÉCIALISTE DE L'ORGANISATION
BUREAUTIQUE ET INFORMATIQUE
TERTIAIRE

- Infrastructure, sécurité et réseau
- Matériel Informatique
- Gestion du document
- Système d'impression

ZA Les berges du Rhins 1 - 42120 Parigny
T. 04 77 67 26 88 - rbi42.fr



ACI Votre Service Informatique de Proximité

AC INFORMATIQUE

5, rue Joanny Augé - 42300 ROANNE
04 77 23 17 53 - 06 80 89 96 09



Le Sans Façon
Bar & Restaurant

*Ici, on aime
le fait maison!*

71 rte de Briennon MABLY
0983078753



CAISSE D'EPARGNE
LOIRE DROME ARDECHE

LA BANQUE. NOUVELLE DÉFINITION.

AUTO ECOLE de MABLY
J.J. PERRIER

Permis Voiture (B, AAC, conduite supervisée)
Boîtes manuelles, automatique

199, route de Briennon
42300 MABLY
Tél. : 04.77.67.76.61
Identification /27 042 0139 0



SUD OFFSET
imprimerie