

## Animations et sorties culturelles

- Vendredi 30 Novembre: **Emission Radio publique** à 18h30 à Carré d'as.

**Une sortie par mois au cinéma** «la Salamandre», sélectionnée par un groupe d'habitants.  
3,50€ le ticket à l'accueil.

**Spectacle , concert...** Cf. plaquette sorties culturelles pour l'année 2018-2019, disponible à l'accueil.

## Formations bénévoles

- samedi 22 septembre de 9h30 à 16h : coopération bénévoles salariés par la fédération des centres sociaux
- lundi 1er et mardi 2 Octobre de 9h30 à 16h30: formation contes avec F. Quatromme
- Samedi 10 Novembre de 10 à 16h : formation maquillages

*Formation gratuite avec repas sur place le midi*

d'autres formations vous sont proposées par le RESAM (conf. plaquette à l'accueil)

## Un centre social ... c'est quoi ? une fabrique de possibles..!

Une équipe pour vous accueillir, vous accompagner  
et co-construire ensemble des activités et projets.

Engagement

Transmission

Partage



Convivialité

Vivre ensemble

Des partenaires qui soutiennent les actions :



# CARRÉ D'AS

## Sept - Déc 2018



Maison de Quartier Zoé Puyo

29 bis rue Camille Langevin 29600 MORLAIX

Tél : 02 98 63 83 90 - [www.carredas-morlaix.fr](http://www.carredas-morlaix.fr)

Email : [accueil@carredas-morlaix.fr](mailto:accueil@carredas-morlaix.fr)

Facebook : Carré D'As

HORAIRE D'ACCUEIL

Lundi: 9h-12h

Mardi au vendredi: 9h-12h et 13h30-17h

Adhésion: 5€/an/famille

CARRÉ  
D'AS

## Accueil et services

Café, thé,  
discussion

Dépôt  
paniers bio

Informatique  
libre accès

Espace « les  
P'tits Loups »  
(0-3 ans)

Permanences  
associatives

Presse

Bénévolat

Espace  
Echange

LA DEAMBUL' DANS LES QUARTIERS

le jeudi de 15h à 17h - Accueil et rencontre à l'extérieur

## Familles

**ATELIERS PETITE ENFANCE\*** les mercredis de 10h à 12h; Ateliers parent-enfant de 0 à 3 ans : éveil musical, éveil sensoriel, cabane à livres...

**ATELIERS MASSAGES POUR BEBES** (de 0 à 9 mois) Cycle de 4 séances: les vendredis 9, 16, 23 et 30 Novembre de 10h à 12h: entrer en relation avec son enfant à travers le toucher, découverte de techniques de massage. Intervenante certifiée AFMB. 20€/ cycle

**LES MERCREDIS EN FAMILLE** (à partir de 5 ans): 14h-17h.

- 26 septembre: Yoga (intervenante extérieur)
- 10 octobre: Promenons nous dans les bois, voir si les champignons y sont
- 14 novembre : Atelier théâtre en amont du spectacle « la Rage des Petites Sirènes »
- 21 novembre: spectacle « la rage des petites sirènes » à Ti an Oll\*
- 19 décembre: Création de carte de vœux

**LES VACANCES DE LA TOUSSAINT \***

- Mardi 30 octobre: 2 Spectacles de la Charrette aux Merveilles

**LES SAMEDIS EN FAMILLE** de 10h à 12h + Repas partagé

- 24 novembre : différents espaces de jeux pour tous.
- 15 décembre (gratuit): Atelier d'expression corporelle autour du spectacle « Sens » par la Cie Arcosm organisé par le théâtre de Morlaix à partir de 6 ans pour les personnes ayant vu le spectacle/ espace jeux pour les plus petits.

1€/personne, sauf spectacles de la Charrette aux Merveilles 2€/personne.

\*cf : programme détaillé disponible à l'accueil.



## Adultes

LUNDI

**COUTURE / TRICOT ECHANGE DE SAVOIRS:**

Partager des savoirs faire et préparation du marché de Noël. 14h à 17h.

**PISCINE** de Plourin Lès Morlaix. 3€/pers.

17h à 19h.

JEUDI

**LA FABRIC'** : Espace et outils de bricolage.

1 semaine sur 2. 10h à 12h, gratuit.

**COUTURE CREATIVE** : apprendre la couture et pratiquer en groupe. 14h - 17h.

3€/séance.

MARDI

**ATELIER MEDIAS\*** : Création d'un journal, réalisation vidéo et émission de radio.

de 10h à 12h. Gratuit.

**ATELIER CONFITURE:** confection de confiture maison, partager des savoirs faire.

10h 12h.

**BIEN ETRE POUR LES FEMMES / SPA** : 2 octobre, 6 novembre (14h/16h30) et Thalasso le 4 décembre (13h30/18h). 5€/ sortie

**SORTIES DECOUVERTES \***: Balades, visites...

de 13h30 à 17h. 3€/sortie.

**SOPHROLOGIE** : 17h à 18h15 ou 18h30 à 19h45. Asso Sophroharmonie. 6€/séance.

VENDREDI

**ATELIER CUISINE** : cuisiner et manger

ensemble. 10h - 12h. 3€/séance.

**CUISINE DU MONDE** : Repas sur inscription 5 octobre et 23 novembre. 8€.

**PASTEL / AQUARELLE** : sur les conseils de Jean-Pierre. Gratuit. 14h - 17h.

## Animations festives et Sorties pour Tous

EN OCTOBRE ...

- Vendredi 19 à partir de 18H **CARREMENT BREIZAMBROCAL** (soirée Bretonne / Créole).
- Mercredi 24 octobre : **sortie au Mont St Michel**.

EN DÉCEMBRE ...

- Samedi 8 décembre: **NOEL SUR LE PLATEAU**. Marche de Noël.
- Samedi 22 décembre **CARREMENT RÉVEILLON** spectacle et repas animé