Formations bénévoles

Stage contes avec France Quatrome : lundi 21 et mardi 22 octobre 9h - 17h. Gratuit sur inscription.

Formation crêpes : jeudi 24 octobre. Gratuit sur inscription.

Formation maquillage : samedi 12 octobre. 10h - 16h repas partagé le midi. Gratuit.

Atelier d'utilité sociale

6 volontaires en service civique, accompagnés par Carré d'as, s'engagent à partir du 1er octobre : Cintya, Cindy, Thomas, Thomas, Marine et Marion. Ils participeront à certains ateliers, mettront en place des projets et s'investiront dans la vie associative locale : au jardin Park Laouen, à Coup de Pouce, à Roul' Paniers, au rugby et à l' EHPAD de la Boissière.

Un centre social… c'est quoi ?

Une fabrique de possibles !

Une équipe vous accueille, vous accompagne, et co construit
avec vous des activités et projets.
Si vous avez des idées, des envies (rédaction d'un journal, animations…),
venez nous rencontrer pour les mettre en place ensemble.

Nos valeurs : l'engagement, la transmission, le partage, la solidarité,
la convivialité et le « vivre ensemble ».

Nous adhérons à la fédération des centres sociaux de Bretagne.

Des partenaires nous soutiennent :

PROGRAMME ADULTES CARRE D'AS

Septembre à décembre 2019

29 bis rue Camille Langevin 29600 MORLAIX
Tél : 02 98 63 83 90 - Email : accueil@carredas-morlaix.fr
Facebook : Carré D'As - Site internet : carredas-morlaix..fr

HORAIRES D'ACCUEIL
Lundi: 9h-12h
Mardi au vendredi: 9h-12h et 13h30-17h

Adhésion familiale et individuelle : 5 € / an / famille

Accueil et services

Aux horaires d'accueil, bénéficiez de plusieurs services :
café, thé, discussion, un espace échange/troc, la presse quotidienne régionale, des postes informatiques avec internet en libre service, dépôt de paniers de légumes des « Voisins bio », mise à disposition d'ordinateurs avec l'asso GOUPIL…

PERMANENCE NUMERIQUE : mardi matin 10h - 12h. Gratuit.
Accompagnement à l'utilisation de l'informatique et internet (CV, courrier, démarches administratives…)

Tickets cinéma La Salamandre (3,50 €) en vente à l'accueil pour les adhérents.

Permanences d'associations salle de Kérilis:

CRESUS	PAROLES	PLANNING FAMILIAL
vend 14h - 17h	mardi 14h- 17h	lundi 14h - 17h
07 77 97 40 77	07 51 65 97 61	06 41 27 57 40

Autres associations présentes :
MJC, LA BONNE PIOCHE, COUP DE POUCE, SOPHRO HARMONIE, CHORALE A PIACERE, CHORALE CLE DES CHANTS, PATIO, CHORALE DU LEON…

Animations festives

SOIREE CARREMENT BREIZH **samedi 5 octobre à partir de 19h.** Entrée gratuite.
19h : Chants de marins avec « Marins des Légendes »
20h : Repas moules frites sur réservation (10€/adulte et 5€/enfant)
21h : Fest noz avec « Faure/Poyard » et « Diramp »

SOIREE REVEILLON **samedi 21 décembre** : à organiser ensemble !

LE TY RESTO **vendredi 8 novembre et 6 décembre à 12h.** 8€ sur réservation.
Pour l'autofinancement d'action, un groupe de cuisiniers vous propose un menu.

EMISSION RADIO EN PUBLIC : jeudi 12 décembre. Libre et ouvert à tous.

Animations Adultes

Sur inscription, nombre de places limité !

LUNDI

ECHANGE DE SAVOIRS échanges de savoirs, de techniques et d'idées autour du tricot, de la couture… 14h - 17h, gratuit.

PISCINE mouvements dans l'eau, étirements, détente au centre aquatique de Plourin Lès Morlaix 17h -19h,
3€/pers. 30/09, 07/10, 4 et 25/11, 2 et 16/12.

MARDI

CUISINE ANTI GASPI : confection de soupes et confitures… animé par Roul' Paniers.
Gratuit. 10h à 12h.

SORTIES DECOUVERTES : Balades découvertes ou randonnées en pleine nature. Chacun pourra adapter son rythme en fonction de son état physique, en compagnie de personnes qui partagent la même envie : rencontre et plaisir.
De 13h30 à 17h.
le 1er oct à Ste Sève balade autour du plan d'eau,
le 22 oct aux Capucins à Brest (5€/adult)
le 29 oct abbaye de Daoulas « Liberté égalité diversité »
le 5 nov à Carantec visite ostréicole
le 26 nov à Guiclan herboriste
le 17 déc à Lampaul Guimiliau. visite de crèches du monde
3€/personne (sauf le 22/10).

JEUDI

COUTURE CREATIVE : pratiquer et échanger les techniques de couture en groupe.
14h - 17h. 3€/pers.

VENDREDI

ATELIER CUISINE : Partagez un moment convivial et d'échange autour de la cuisine. Apprenez et transmettez des recettes, des techniques. Découvrez de nouvelles saveurs, et de nouveaux produits. En partenariat avec Roul' Paniers.
10h - 12h. 3€/séance.
4 et 11 oct - 15 et 29 nov - 20 déc.

PASTEL / AQUARELLE : sur les conseils de Jean-Pierre, pratique et techniques de dessin et peinture. De 13h30 -16h ou 16h15-18h30, Gratuit.

RADIO « Moi, mon quartier, hier, aujourd'hui et demain ».
Créez et participez à une émission de radio : 3 ateliers prévus les vendredis 15 nov, 29 nov et 6 déc de 14h à 17h. Gratuit et ouvert à tous.
Découvrez les techniques de la radio : écrire une chronique, interviewer, sonoriser… Chacun trouvera sa place !
Emission publique jeudi 12 décembre.