



Bienvenue au CSC

Le CSC est un lieu d'animation, de rencontres, d'échange et de vie sociale qui propose des activités et des services en direction de la population de Gex et des communes voisines.
Vous souhaitez pratiquer des activités, être accompagné dans vos projets, proposer vos idées, participer à la vie de votre ville, de votre quartier...

ça se passe ici !



INSCRIPTION
à partir du
2 septembre



DEBUT DES ACTIVITÉS
semaine du **16 septembre**



**FIN DES
ACTIVITES SAISON**
à partir du **29 Juin**



ACTIVITES ESTIVALES
semaine du
6 Juillet



CSC EN PAUSE
23 décembre au 5 janvier
et du **3 au 29 Août**

Découvrez les activités de cette nouvelle saison. Elles ne sont pas exhaustives.

Le programme est donc susceptible d'être enrichi au fil de la saison.
Toute l'équipe est à votre écoute pour recevoir vos suggestions et vos idées.
C'est ça l'esprit du **Centre SocioCulturel**.



Horaires, tarifs et jours précis des activités disponibles au CSC.
Modalités d'inscriptions en dernière page.

Sommaire

Suivez le guide !

P. 3

ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

P. 4

ENFANCE ET JEUNESSE

P. 5 et 6

FAMILLE, LOISIRS ET PARENTALITÉ

P. 7

SENIORS ET INTERGÉNÉRATIONNEL

P. 8

LA LUDOTHÈQUE

P. 9 et 10

LES RDV FESTIFS

P. 11

INFOS PRATIQUES

*Au plaisir de vous accueillir
Bonne saison !*



Accompagnement social

Restons connectés, un service à la population

Un lieu convivial d'information, d'accompagnement et d'orientation du public

- Un cyber-Kfé
- Des ateliers informatique
- Une aide administrative
- Un écrivain public

★ **Sur place, à votre disposition**

- Des ordinateurs, un photocopieur, une imprimante
- Matériel et fournitures pour réaliser vos documents

★ **L'accueil du public**

+ **Charpak K-Fé**

→ Consultation internet - Accès libre

Lundi et vendredi 14h -18h

Mercredi 9h-12h

+ **Ecrivain public sur RDV**

→ **Mardi de 9h-12h**

+ **Coup de pouce**

→ Aide administrative accompagnée

Jedi 14h-18h





Enfance et Jeunesse

ESPACE JEUNES 11/15 ANS

REPRISE LE 9 OCTOBRE

Le mercredi après-midi, le vendredi soir et durant les vacances scolaires.

Rendez-vous au CSC, pour pratiquer :

- ★ Des activités sportives, culturelles et de loisirs, des soirées jeune et des camps de 3 à 7 jours. Sur place ou en sortie, à la carte et/ou sous forme d'ateliers réguliers



PROJETS DE JEUNES

- ★ Possibilité d'organiser avec les animateurs des séjours, des sorties... des loisirs
- Au CSC les jeunes ont tout leur place.

PRÉSENCE DANS LES COLLÈGES DE GEX

- ★ Durant le temps du midi, 1 fois par semaine, le CSC organise des ateliers et présente les activités du CSC.

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ 6/17 ANS

- ★ Un temps pour accompagner les enfants et les jeunes dans l'acquisition de méthodes et mettre en pratique les savoirs scolaires par le jeu, la découverte et l'expérimentation. Une activité encadrée par des animateurs et bénévoles disponibles et compétents



L'ACCUEIL :

- ★ Accessible aux élèves des écoles élémentaires, des collèges et, des lycéens
 - 2 jours au choix par semaine
 - Toute l'année, des sorties ludiques et pédagogiques pour les enfants
- **DU 30 SEPT 2019 AU 15 MAI 2020** semaines scolaires
- **LUNDI, MARDI, JEUDI, VENDREDI** de 16H30 à 18H00

INFOS PARENTS

- ★ Des temps d'accueil spécifiques communs à tous les niveaux.
- Inscription obligatoire, réunion d'information le Lundi 16 septembre 18h30 au CSC

LES SORTIES ADOS

- **MERCREDI 9 OCTOBRE**
 » Accrobranche / Divonne-les-Bains
- **MERCREDI 20 NOVEMBRE**
 » Bowling / Genève
- **SAMEDI 7 DÉCEMBRE**
 » Aquaparc / Le Bouveret (CH)
- **MERCREDI 15 JANVIER**
 » Patinoire Patinoire / Meyrin (CH)
- **SAMEDI 15 FÉVRIER**
 » Ski / Plateau du retard
- **MERCREDI 18 MARS**
 » Raquette - La faucille
- **MERCREDI 13 MAI** » Via Ferrata
 ou accrobranche / Fort l'Ecluse

Ces programmes d'activités sont susceptibles d'être modifiés et adaptés en fonction de la météo ou pour tout autres raisons imprévues.

Les jeunes sont les bienvenus pour participer à l'organisation de toutes autres activités.

LES SOIRÉES JEUNES

- ★ **À la salle des fêtes-Gex**
- **VENDREDI 6 DÉCEMBRE** de 19H30 à 22H30 » Soirée DJ / Fluo
- **VENDREDI 31 JANVIER** de 19H30 à 22H30 » Soirée DJ / Light Painting
- + **2 SOIRÉES À VENIR** vacances d'hiver de printemps
- ★ **Gex (lieu à confirmer)**
- **VENDREDI 3 JUILLET** » Summer Party 1
- **VENDREDI 31 JUILLET** » Summer Party 2

LES SÉJOURS ADOS 11/14 ANS

- **VENDREDI 25 > DIMANCHE 27 OCTOBRE** Week-end à Lyon
- **SAMEDI 22 FÉVRIER > SAMEDI 29 FÉVRIER** Séjour Londres
- **LUNDI 20 AVRIL > VENDREDI 24 AVRIL** Séjour dans le Jura
- + **2 AUTRES SÉJOURS** sont prévus à l'été 2020





Famille... Loisirs et Parentalité

Au centre socio-culturel, les familles sont au cœur de l'action et sont accueillies dans des locaux bien aménagés. Elles disposent pour les rencontres et ateliers, d'une cuisine équipée, d'une salle d'activité et d'une ludothèque.



LE CAFÉ DES PARENTS, UN RDV MENSUEL

★ Avec ou sans enfants, un RDV pour partager vos expériences, vos trucs et astuces, enrichir ses connaissances de parents.

Un espace de libre parole animé par des professionnels et des bénévoles.

LE VENDREDI À LA LUDOTHÈQUE
DE 9H30 À 11H00

NOUVEAU

*Un thème et un intervenant

→ **27 SEPTEMBRE, 18 OCTOBRE***

L'enfant et la lecture, animé
par Aurélie MILLERET

→ **8 NOVEMBRE, 29 NOVEMBRE***

L'enfant et le jeu, animé
par Aurélie MILLERET

→ **20 DÉCEMBRE, 24 JANVIER***

L'allaitement, animé par Aurélie MILLERET

→ **7 FÉVRIER, 28 FÉVRIER***

Le Bien-être, animé par Anaïs DUCOMMUN

→ **VENDREDI 20 MARS***

L'enfant et le jeu, animé
par Aurélie MILLERET

→ **3 AVRIL ET 29 MAI**

LES ATELIERS PARENTS-ENFANTS

L'occasion pour les parents de partager et de vivre des moments privilégiés avec son enfant autour de d'activités variées et adaptées.

★ **Atelier créatif 4-8 ans**

L'arts dans tous ses états animé
par Anaïs DUCOMMUN et Julie TANGUY

→ **LE MERCREDI DE 14H30 À 16H30**

16 oct, 13 et 27 Nov, 11 Déc, 15 Janv
12 Fév, 11 Mars, 22 Avril, 6 et 29 Mai

★ **Ateliers cuisine du monde 4-8 ans**

animé par Anaïs DUCOMMUN et Julie TANGUY
Vous découvrez, élaboriez et dégustez,
avec votre enfant.

→ **LE MERCREDI DE 14H30 À 16H30**

2 et 30 Oct, 18 Déc, 29 Janv, 26 Fév,
25 Mars, 8 Avril, 20 Mai

*Professionnels, amateurs, et si vous animiez
aussi un atelier ? Parlez-en à l'équipe.*



★ **Ateliers 1-3 ans
Eveil sensoriel et mouvement**

Manipulation, motricité, peinture
animé par Anaïs DUCOMMUN

→ **Salle Les Abeilles - Quartier Clos des Abeilles
TOUTE L'ANNÉE, LE JEUDI DE 9H30 À 10H30**

3 Oct, 17 Oct, 7 Nov, 21 Nov, 5 Déc
19 Déc, 9 Janv, 23 Janv, 6 Fév, 20 Fév
12 Mars, 26 Mars, 9 Avril, 7 Mai, 14 Mai

★ **Yoga parent-enfants 4/7 ans et 8/12 ans,**

animé par Anne SCHMITT

Une activité relaxante pour un moment
privilégiée à partager avec votre enfant

**2 CYCLES OU À L'ANNÉE
LE JEUDI DE 9H15 À 10H30**

→ **Salle Bégard** - Ecole des Vertes Campagnes - Gex
1 samedi/mois de 9H à 10H (4-8 ans)
et 10H30 à 11H30 (8 - 12 ans)
21 sept, 5 et 19 oct, 16 nov, 14 déc
18 jan, 15 fév, 21 mars, 4 avril et 6 mai

POUR LE TOUT-PETIT

★ **Massage bébé 0/1**

animé par Aurélie Milleret

Apprendre à masser son bébé, à développer
et renforcer la relation entre bébé et parent.
Échanger avec les autres parents et tisser
des liens.

→ **3 CYCLES DE 4 SÉANCES
LES JEUDIS DE 9H15 À 10H30**

du 10 oct au 14 nov
du 28 nov au 19 déc
du 26 mars au 16 avril



★ Langue des Signes 6 mois à 18 mois

animé par Aurélie MILLERET
Permettre à l'enfant de s'exprimer et se faire comprendre avant l'arrivée du langage.

→ LES JEUDIS DE 9H30 À 10H30

30 janv, 6 Fév, 13 Fév, 20 Fév

★ Sophrologie naissance

animé par Aurélie Milleret
Gagner en confiance et bien se préparer à l'accouchement. Mais aussi rencontrer d'autres mamans et tisser des liens

→ 2 CYCLES DE 4 SÉANCES LES VENDREDIS DE 9H15 À 10H30

1^{er} CYCLE du 31 janv au 21 fév

2^e CYCLE du 27 Mars au 17 Avril



LES SORTIES FAMILLE

Chaque sortie fait l'objet d'un programme de visite et/ou de moment de loisirs.
Programme établi suite aux propositions des familles.

★ Transports en minibus - Départ du CSC

→ SAMEDI 21 SEPTEMBRE

- Musée, atelier des Savoires Faire
- Ravilloles (39) - Départ à 10h

→ JEUDI 24 OCTOBRE

- Musée de la Vache qui rit
- Lons-Le-Saunier (39) - Départ à 10h



→ JEUDI 31 OCTOBRE

- (Événement d'Halloween)
- Swiss Vapeur Parc
- Le Bouveret (Suisse) - Départ à 10h

→ SAMEDI 14 DÉCEMBRE

- Patinoire des Vergers
- Meyrin (Suisse) - Départ à 13h30

→ SAMEDI 18 JANVIER

- Randonnée raquette
- Col de la Faucille - Départ à 13h

→ JEUDI 27 FÉVRIER

- Ecomusée Maison Michaud
- Chapelle des Bois (25) - Départ à 10h

→ JEUDI 5 MARS

- Randonnée raquette et repas
- Chalet de la Frasse (39) - Départ à 16h

→ JEUDI 30 AVRIL

- Cascades du Hérisson + Parc Animalier
- Doucier (39) - Départ à 9h

→ SAMEDI 16 MAI

- Mines de sel
- Bex (Suisse) - Départ à 11h

→ JEUDI 9 JUILLET

- Grotte aux Fées
- Vallorbe (Suisse) - Départ à 13h

→ JEUDI 16 JUILLET

- Parc des épouvantails
- Andilly (74) - Départ à 13h

→ JEUDI 30 JUILLET

- Zoo et piscine des Marécottes
- (Suisse) - Départ à 9h

LES SEJOURS POUR TOUS

Familles, adultes, ados

★ Pour garantir le maintien et la bonne organisation des séjours.

* Important

Il est vivement conseillé de vous renseigner dès le mois de septembre pour anticiper et organiser avec vous les modalités de règlement et/ou de financement des sorties et/ou séjours.



Transports en minibus - Départ du CSC

→ DU SAM 30 NOV AU DIM 1^{ER} DÉC.

- Marché de Noël
- Strasbourg (67)

→ DU SAM 29 FÉV AU LUN 2 MARS

- Métabief (39)

→ DU SAM 25 AU LUN 27 AVRIL

- Paris

→ DU MERC 22 VEND 24 JUILLET

- Vallée de la Maurienne (73)

→ DU LUN 27 JUILLET AU VEND 1^{ER} AOÛT

- Ardèche (07)

AIDE AU DÉPART EN VACANCES

Familles

Partir, ça fait du bien à tout le monde, organiser des temps privilégiés avec ses enfants, c'est possible.

Le CSC peut vous aider

Organisation, choix du lieu, transport, aides financières... Rejoignez le groupe départ vacances pour être accompagné par l'équipe du centre. Pour cela il suffit de vous rapprocher de l'animatrice famille.



Seniors



Le CSC renouvelle ses actions de prévention autour du « bien vieillir », avec la volonté de lutter contre l'isolement, et favoriser la solidarité et l'intergénérationnel.

Besoin d'un accompagnement pour vous déplacer. N'hésitez pas à nous contacter.

LES SORTIES POUR TOUS

L'occasion de se détendre et rencontrer du monde le temps d'une journée.

→ DIMANCHE 29 SEPTEMBRE

- Musée du Chemin de Fer
- Blonay-Chamby (CH) - 9h30-18h

→ VENDREDI 14 FÉVIER

- Maison et château
- Gruyère (CH) - 9h30-18h

→ VENDREDI 10 AVRIL

- Cité médiévale
- Pérouge (01) - 9h-19h

→ LUNDI 11 MAI

- Croisière • Lac de Vouglans (39)
- + Musée de la maquette - 9h-18h

→ LUNDI 6 JUILLET

- Jardin des secrets
- Vaulx (74) - 10h-18h

LES ATELIERS INFORMATIQUES

animé par Claire LOZINGOT et Charly MARTIN

★ Des cours proposés selon votre niveau

→ DU MARDI 1^{ER} OCTOBRE AU 12 MAI

- 10H00 à 11H30 > **Débutant**
 - Découvrir et mieux utiliser les tablettes, smartphones et autres appareils connectés
- 14H30 à 16H00 > **Intermédiaire**
 - Apprendre et/ou renforcer ses connaissances sur l'utilisation des logiciels



BIEN-ÊTRE ET RELAXATION

animé par Solveï DE CHASSEY

Dans une ambiance apaisante et conviviale proposer des situations et techniques de relaxation

Idéal pour les personnes cherchant à entretenir ses capacités cognitives, physiques et morales.

→ 1 VENDREDI TOUS LES 15 JOURS DE 14H À 15H / Dès le 4 Octobre 2019

- 18 oct, 15 nov, 29 nov, 13 déc, 10 janv, 24 janv, 7 fév, 21 fév, 20 mars, 3 avril
- Salle des St Ange à Gex



MÉMOIRE ET EXPRESSION

animé par Solveï DE CHASSEY

Un moment pour Favoriser la relation dans un moment de partage sensoriel et émotionnel.

Stimuler votre mémoire à partir d'écoute et musique, de jeux musicaux ou autour de textes et d'images.

→ LE VENDREDI TOUS LES 15 JOURS DE 14H À 15H

- 8 nov, 22 nov, 6 déc, 20 déc, 17 janv, 31 janv, 14 fév, 13 mars, 27 mars, 10 avril
- Salle des St Ange à Gex

LES CONFÉRENCES SPECTACLE

Un spectacle sur un thème (la retraite, le bien-être, bien vieillir...) présenté par une compagnie professionnelle suivi d'un débat avec le public.

Une manière originale d'aborder des sujets de la vie qui préoccupent plus particulièrement les séniors.



Programme détaillé disponible au CSC.



La ludothèque des Abeilles



UN LIEU DE JEUX POUR TOUS

La ludothèque est aménagée selon différents espaces, en fonction de l'âge des enfants et des types de jeux,

Un espace petite enfance, jeux de construction, de plateau et de société, jeux d'imitation...

Et maintenant jouer !

Jeu sur place, prêt de jeux, ateliers parents-enfants, accueil de groupes extérieurs, soirées jeux et organisation de temps forts et organisation de temps forts

Un panel de + de 250 jeux variés et 25 jeux surdimensionnés

→ **MARDI ET JEUDI** : 9H - 12H

→ **MERCREDI** : 9H - 12H / 14H - 17H30

- Présence d'une animatrice professionnelle.

LE CAFÉ - JEUX

Un moment entre amis ou en famille, pour s'initier à un jeu de société, de plateau ou encore faire découvrir à d'autres un jeu que l'on aime. Petite restauration sur place.

→ **Le vendredi avant les vacances de 18h30 à 21h**

- 11 OCT, 13 DÉC, 21 FÉV, 17 AVRIL ET 26 JUIN





Les rendez-vous festifs

DEMANDEZ LA PLAQUETTE DES ANIMATIONS CULTURELLES DE LA SAISON

MÉMO-AGENDA

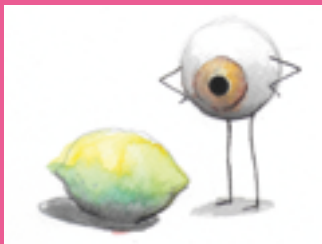
LES P'TITS DÈJ SPECTACLE



→ **SAMEDI 5 OCTOBRE** 10h15 et 16h

CITRON *Cie le bruit des casseroles*

- Marionnette sur table
- Dès 2 ans - 25 mn



→ **SAMEDI 16 NOVEMBRE** 10h15

EN ATTENDANT COCO

Cie Le loup qui zozotte

- Marionnettes et objets
- Dès 3 ans - 40 mn



→ **SAMEDI 14 DÉC.** 10h15 et 16h

LE PETIT CIRQUE *Laurent Bigot*

- Concert d'objets
- Dès 8 ans - 30 mn



→ **SAMEDI 1^{ER} FÉV.** 9h30 - 11h et 16h

POC ET WOUAF *Cie Nez sur terre*

- Marionnette
- De 2 à 7 ans - 30 mn



→ **SAMEDI 21 MARS** 10h15 et 16h

EL CIRCO PLUMO

Cie La remueuse

- Théâtre d'objets burlesque
- Dès 3 ans - 45 mn



POUR LES SPECTACLES / Réservation indispensable - Nombre de place limité • tarifs : Adultes 8€ / 5€* - de 18 ans 5€ / 3€* *adhérent CSC

GUINGUETTE EN FAMILLE

2^{ème}
édition



Un moment ludique et éducatif dédié aux parents, grands-parents et enfants

→ **SAMEDI 1^{ER} FÉVRIER**

• Espace Perdtemps, Rue de Paris - Gex

QUARTIER EN FÊTE



→ **SAMEDI 19 OCTOBRE** de 14h à 19h

• Quartier Charpak - Gex

→ **SAMEDI 3 AVRIL** de 14h à 19h

• Quartier Clos des Abeilles - Gex

TÔT OU T'ARTS, FESTIVAL DES ARTS DE RUE

du mercredi 3
au samedi 13 juin 2020
à Gex et dans le Pays de Gex.

Tout le programme sur
www.festivaltotoutarts.com

19^{ème}
édition





Infos pratiques

RÈGLEMENT DES ACTIVITÉS ET INFORMATIONS PRATIQUES



- Pour toute inscription à une activité, l'adhésion est obligatoire et n'est pas remboursée.
Enfant : 10 € / adulte : 15 € / famille : 30 €
- Selon l'activité, en cas de besoin les jours et horaires précis sont disponibles au CSC
- Toutes les activités sont soit animées par des intervenant(e)s spécialisé(e)s qualifié(e)s, soit par des bénévoles motivés et compétents
- Dès que possible, le montant des cotisations varie selon le quotient familial du foyer.
- Réduction possible par la CAF, Chèques vacances acceptés, règlement en plusieurs fois étudié
- Epargne individualisé possible pour des projets spécifiques.



L'ADHÉSION AU CSC DONNE DROIT À



- Des réductions sur les spectacles et certaines activités CSC
- Un pouvoir de participation et de vote à l'Assemblée Générale
- AG du CSC, vendredi 20 mars 19h

Possibilité d'une
SÉANCE D'ESSAI
Selon l'activité

ACCUEIL ET SECRÉTARIAT



- **Semaines scolaires**
Lundi 14h - 18h30 / Mardi, jeudi 9h - 12h et 14h - 18h30
Mercredi 9h - 12h / Vendredi 14h - 18h30
- **Vacances scolaires**
Du lundi au vendredi 14h-18h



LE CSC C'EST QUOI ?

Un espace d'animation locale à vocation sociale et culturelle au service des habitants.
L'association fonctionne grâce à la participation de bénévoles accompagnés par les professionnels.



..... N'hésitez pas à nous rejoindre !

ACCUEIL DES BÉNÉVOLES

Il y a de la place pour tout le monde ! Vous pouvez nous aider dans l'organisation des activités

- Participation au Conseil d'administration du CSC
- Encadrement d'ateliers et de sorties
- Projet festival : programmation, hébergement des artistes, installation et déco du site du festival, communication...

Pour en savoir plus, se renseigner, réserver, contactez-nous

Centre Socio Culturel « LES LIBELLULES »

228 avenue des Alpes - 01170 Gex / 04.50.28.34.17



www.festivaltotoutarts.com

POUR NOUS
SUIVRE



CENTRE
SOCIO CULTUREL
LES LIBELLULES

