

**Cohérence cardiaque : découvrez ses bienfaits**

| Mardi 17 mars, 14h-16h

**Café seniors : être vieux et heureux**

| Jeudi 26 mars, 14h-16h

**On joue à la ludothèque**

| Mardi 31 mars, 14h-16h

## ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

### ATELIERS CRÉATIFS

**Marché de Noël solidaire : fabrication d'objets**

| Lundi, 14h-16h

**Sculpture en papier mâché**

| Vendredi, 14h-16h

### ATELIER ÉQUILIBRE ET MÉMOIRE

| Mercredi, 9h15-10h15 ou 10h30-11h30

### PÉTANQUE

| Mercredi, RDV à 14h45 au Puzzle

### SCRABBLE

| Vendredi, 14h-17h



## LA LUDOTHÈQUE

**Pour jouer sur place ou pour emprunter des jeux**

Lundi : 15h-17h30, Mardi : 15h-17h30

Mercredi : 9h-12h & 13h30-17h30, Jeudi : 15h-17h30

Vendredi : 9h-12h & 15h-17h30

## INFOS PRATIQUES

**Sauf mention contraire, toutes les animations sont sur inscription**

**Accueil téléphonique et physique**

Du lundi au vendredi 8h30-12h, 13h30-17h30

(excepté le mardi matin)

Tél. : 02 33 01 81 70 - [puzzle@cherbourg.fr](mailto:puzzle@cherbourg.fr)

Facebook : Centre social le puzzle

25 rue Jean Moulin - 50120 Cherbourg-en-Cotentin

En bus : Ligne 3 : arrêt Brécourt

Ligne 2 ou A : Centre aquatique ou Hameau de la mer

Conception et impression : Ville de Cherbourg-en-Cotentin. Illustration : AdobeStock



**CENTRE SOCIAL**  
CHERBOURG-EN-COTENTIN

# PROGRAMME

## MARS 2026



**CHERBOURG**  
en Cotentin

## MODALITÉS PRATIQUES

**Adhésion** annuelle 5,10€/adulte et 9,20€/famille.

**Inscriptions à l'accueil** à partir d 24 février.

Sauf mention contraire, **tous les ateliers sont sur inscription** auprès de l'accueil.

## LES RENDEZ-VOUS DU MOIS

**Spectacle d'humour : Lou Trotignon**

| **Jeu**di 5 mars, RDV à l'Agora 19h45

| **Tarif** : 2,60€



**Sortie graff et ramassage de déchets**

| **Mercredi 25 mars, 15h-16h30**

Le temps d'un après-midi, marquage au sol à la bombe de peinture écologique et ramassage de déchets autour du centre social.

## RENDEZ-VOUS À VENIR

**Carnaval de la petite enfance**

| **Mercredi 1<sup>er</sup> avril**

## ACTIVITÉ POUR LES FAMILLES

### LES ATELIERS DE LA CABANE

Ateliers parents-enfants pour s'exprimer, bouger, ressentir,... rencontrer d'autres enfants et d'autres parents. Sur inscription.

**Pour les 0-4ans**

**Motricité**

| **Mercredi 4 mars, 10h-11h**

| **Mercredi 11 mars, 16h30-17h15**

| **Mercredi 25 mars, 16h30-17h15**

**Éveil sensoriel**

| **Mercredi 18 mars, 10h-11h**

**Pour les 4 ans et +**

**Cuisine des petits chefs**

| **Mercredi 11 mars, 10h-11h30**

**Patouille**

| **Mercredi 25 mars, 10h-11h30**



## DES TEMPS POUR LES PARENTS

### QU'EST-CE QU'ON MANGE ?

**L'alimentation des 0-3 ans**

| **Vendredi 13 mars, 9h-11h**

Avec les puéricultrices de la PMI.

Prévoir des contenants Les enfants sont les bienvenus.

### ATELIER CUISINE

**Avec l'association d'Aide familiale populaire**

| **Vendredi 20 mars, 9h-11h**

Garde d'enfants possible. Inscriptions auprès de l'AAFP : 02 33 53 71 75.



## ACTIVITÉS JEUNESSE

**Atelier couture**

| **Mercredi 4 mars, 14h-16h**

**Cuisine ados**

| **Mercredi 18 mars, 14h-16h**

## ACTIVITÉS ADULTES

### CUISINE ET REPAS PARTAGÉ

| **Lundi 9 mars, 10h-13h30**

Dans les cadre dans ateliers cuisine, en partenariat avec le Secours populaire français. Partez à la découverte des cuisines d'ici et d'ailleurs.

### LA TABLÉE DU PUZZLE

**Pom, Pom, Pom, Pom !!**

| **Jeu**di 26 mars, 10h-14h

On cuisine et on partage le repas Tarif : 3 pommes.

### LES RENDEZ-VOUS

**Chant**

| **Jeu**di 5 mars, 14h-15h30

Avec Léna Quignette. Venez pousser la chansonnette.

**Atelier mémoire**

| **Jeu**di 12 mars, 14h-16h

Faites travailler votre mémoire.

