

PROGRAMME VACANCES

LUDO'TECH # 4

Journée d'animation autour du jeu sous toutes ses formes !

Samedi 14 février, 10h-18h

Au Village numérique, avenue de Normandie (quartier Provinces)

Gratuit, ouvert à tous.

Sans inscription, directement sur place

SORTIE FAMILLE

Ciné filous : *Les toutes petites créatures 2*

Mercredi 18 février

À partir de 3 ans. Durée 40 min

2,60 € par adulte. Gratuit pour les enfants

Départ du centre social à 14h30, trajet en bus de ville

LUDO LATULU

Ouvertures de vacances de la ludothèque

Du lundi au vendredi

9h30-11h30 et 15h-17h

Gratuit, entrée libre

Emprunt des jeux et livres: 3 livres - 3 jeux pendant 3 semaines.



Jouons ensemble !

Des temps d'animations autour des nouveautés acquises par la ludo vous seront proposés l'après-midi !

Attention ! Ludothèque sera fermée les après-midis du lundi 16 et du jeudi 19 février.

PARCOURS DE MOTRICITÉ

Du lundi 23 au vendredi 27 février

De 9h30 à 11h30

Pour les 0- 6 ans accompagnés d'un adulte

Sur inscription

ACTIVITÉS JEUNESSE

Projet cuisine et rencontres avec la Brèche, Pôle national du cirque.
(voir rubrique jeunesse)

ACTIVITÉS DES PARTENAIRES

En période scolaire (sur inscription)

Lundi

19h-20h, Qi gong Spirale

Mardi

9h30-10h30, Qi gong Spirale

10h45-11h45, Tai chi Spirale

13h-13h55, gym après cancer, La Polle

18h-20h, cours de langue des signes, ASNC

19h15-20h15, gymnastique volontaire AGV

20h30-23h, Théâtre Alexis et Cie

Mercredi

7h30-18h, accueil de loisirs de 3 à 12 ans, Francas

18h-20h, cours de langue des signes

Jeudi

12h15-13h15, gym après cancer

18h-20h, cours de langue des signes

18h30- 20h, chorale Lzée

20h15-21h15, pilate AGV

Vendredi

17h-20h, Théâtre À Fleur de Mots

Accueil périscolaire Francas

Lundi, mardi, jeudi, vendredi, 16h30-18h

Remise à niveau adultes Infrep

Lundi, jeudi, vendredi, 9h-12h

Mardi, 9h-12h et 13h30-17h



SERVICES

Démarches administratives et aide numérique

Accueil individuel sur rdv.

Pratique de l'informatique

Accès libre autonome aux ordinateurs (sur nos heures d'ouverture).

Promeneurs du Net sur Facebook

Jeudi, 9h-10h30

Avec Clotilde référente famille.

Référente jeunesse sur les réseaux

Vous pouvez contacter Mélanie sur sa page facebook.

Permanence Bibliothèque Sonore

Mardi et vendredi, 9h-12h. Sans rendez-vous.

Permanence ASNC

Du lundi au vendredi, 10h-12h et 14h-16h

Association des Sourds du Nord Cotentin.

Prendre rendez-vous 02 33 44 54 43.

Permanence médiation énergétique Astre

Mercredis 4 et 18 février, 9h-11h

Prendre rendez-vous à l'accueil du Centre social.

Permanence assistante sociale

Lundi, 14h-16h30

Prendre rendez-vous au CMS au 02 33 88 77 10.

Permanence Mission locale

Jeudi, 8h30-12h et 13h30-17h

Prendre rendez-vous à la Mission Locale 02 33 01 64 64.

INFOS PRATIQUES

Accueil téléphonique et physique

Lundi : 13h30-17h

Du mardi au vendredi : 8h30-12h et 13h30-17h

Vacances scolaires 9h-12h et 13h30-17h

Inscriptions et tout questionnaire

02 33 44 54 44, Facebook : MFGcherbourgencotentin

Mail : maison.francoise-giroud@cherbourg.fr

Adresse

1 rue du Neufbourg

50100 Cherbourg-en-Cotentin

Bus

Ligne 3 arrêt Maupas-La Brèche





**Françoise
GIROUD**



CENTRE SOCIAL
CHERBOURG-EN-COTENTIN

PROGRAMME
FÉVRIER 2026

 **CHERBOURG**
en Cotentin

ÉVÉNEMENTS

GOÛTER PARTAGÉ

Vendredi 13 février, 16h45-17h45

Ouvert à tous

Pour fêter les vacances, venez partager un goûter préparé par les bénévoles du centre et les enfants du périscolaire.

EXPOSITION STREET BOX CAMÉRA

Du 18 février au 16 mars

Ouvert à tous

Les jeunes du quartier ont travaillé avec enthousiasme pour créer deux magnifiques boîtes à photos. Dans un second temps, ils ont utilisé la street box caméra pour réaliser des portraits uniques des habitants du quartier. Venez découvrir leurs créations.

ATELIERS LOISIRS ADULTES

Sur inscription

CUISINE ANTIGASPI

Un projet en 2 temps !

Visite de la Biocoop de Tournaville

Mardi 3 février

Rdv 13h30 au centre social ou 14h sur place

C'est quoi une biocoop ? D'où viennent les produits ? L'achat en vrac : comment ça marche et quels avantages ?

Les paniers anti-gaspi : qu'est-ce qu'on mange ? Surprise !

De retour au centre social avec des paniers anti-gaspi, **nous imaginerons un menu** sur la base des produits rapportés.

Atelier cuisine anti-gaspi et repas partagé

Jeudi 5 février, 9h-13h30

Les denrées complémentaires à la réalisation du menu seront bio ou issus de notre stock en cuisine !



TRICOT & COUTURE

Lundi et mardi, à partir de 13h30

Ouvert à tous

Collectif autonome. Initiation et conseils.

CYCLES SPORT SANTÉ

Sur inscription

Marche nordique

| **Vendredi 6 février, 9h30-11h. Gratuit**

| **Départ du centre social Niki de Saint Phalle**

Gym douce

| **Chaque lundi, 9h30-10h30,
jusqu'à la fin de l'année scolaire**

| **Tarif annuel : 80€ pour l'année
et 10€ pour les adhérents en gratuité activités**

RENDEZ-VOUS FAMILLES

Temps des petits

| **Mardi 3 février, 9h15-11h15**

| **Accès libre**

Lieu d'accueil destiné aux enfants de moins de 3 ans accompagnés d'un parent.

Ateliers 0-3 ans

| **Mardi 10 février, 10h**

| **Sur inscription**

Peinture et crabouillage.

Café parents

| **Judis 5 et 12 février, à partir de 8h30**

| **Accès libre**

Un temps pour échanger des idées, des informations, se retrouver autour d'un café.

Atelier réflexe santé

| **Vendredi 13 février, 9h30-11h30**

| **Au centre social la Mosaïque**

| **Sur inscription**

| **Thème : comment faire quand mon enfant a fait une chute ou ne cesse de pleurer ?**

Ateliers d'échange pour avoir les bons réflexes face aux petits maux des jeunes enfants (fièvre, difficultés à respirer...).



JEUNESSE

Café Jeune de décembre

Jeudi 5 février, 14h-16h

MJC la brèche

Envie de discuter, d'échanger ou de peaufiner ton CV ?



PROJET CUISINE ET RENCONTRES

Mardi 17 février, 9h-14h

Avec la Brèche, Pôle national du cirque

Sur inscription sur les deux dates (cycle)

À destination des jeunes de + de 11ans

Atelier cuisine avec la cheffe de la Brèche / repas partagé

Vous aimez cuisiner, cet atelier est fait pour vous ! Rejoignez-nous pour une journée conviviale où vous découvrirez les plaisirs de la cuisine tout en développant vos compétences culinaires. Le temps de repas sera partagé avec l'équipe de la Brèche et les artistes accueillis.

Présentation publique du spectacle *LIGNES*

Jeudi 19 février, 18h45

En résidence à la Brèche, deux artistes travaillent ensemble autour du tissu aérien pour évoquer le lien à l'autre et l'amitié.

LUDO LATULU

Pendant la période scolaire

Mercredi, 9h30-11h30 et 16h-18h

Vendredi, 16h-18h

Pendant les vacances scolaires

Du lundi au vendredi

9h30-11h30 et 15h-17h

Gratuit, sans inscription

Emprunt des jeux et livres: 3 livres - 3 jeux pendant 3 semaines.



PROJETS COLLECTIF/

ACTIONS BÉNÉVOLES

**METTEZ DE LA COULEUR
DANS NOTRE HALL**

Des bricolages créatifs vous attendent en autonomie à l'accueil tout au long du mois.

Les bénévoles du centre partagent leurs compétences !



PROJET NOS VOIX

Podcast participatif

Jeudi 5 février, 13h30-15h30

Radio BLA-BLA : atelier conception et réalisation d'un podcast participatif sur la vie dans le quartier du Maupas, pour s'initier au journalisme radio !

RÉUNION DU COLLECTIF DE QUARTIER

Jeudi 12 février, 14h

Bilan de la Noël party et projet Fête de quartier 2026. Venez partager vos idées, vos envies et choisir le thème de la fête de quartier en juin.

PRÉPARATION DU GOÛTER DU 13 FÉVRIER

Jeudi 12 février, 16h45-18h

Atelier cuisine avec les enfants du périscolaire

**CYCLE : TISSEZ DES LIENS
PAR LA CRÉATION**

Lundi 23 Février, 14h-15h

Séance 1 sur 6 : présentation du cycle autour d'un café.
Durée du cycle : les lundis, du 23 février au 30 mars.

JARDIN PARTAGÉ : ATELIER

Les vendredis, 14h-16h

Accès libre pour jardiner ou simplement se détendre.

