

Le centre social est ouvert à tous, dans une ambiance conviviale, collaborative et solidaire.

Vous pouvez y trouver des activités, des projets, ou juste venir discuter autour d'un café.

La maison est un lieu ressource pour tous les projets, idées et initiatives !

Accueil, renseignements et inscriptions :

Du lundi au vendredi : 8h30-12h00 / 13h30-18h00 (17h le mercredi)

📍 Centre Social Flora Tristan 33 rue de Bougainville, 50130 Cherbourg-en-Cotentin - 02 33 94 58 59



Bus ligne 1 arrêt : Les Fourches



maison.flora-tristan@cherbourg.fr

CENTRE SOCIAL FLORA TRISTAN

Programme Mai 2024

Les actualités du quartier :

Samedi 11 mai : Loto du collectif des associations et des habitants des Vallons à l'Agora

Samedi 11 et dimanche 12 mai : Presqu'île en fleurs

Du 17 au 31 mai : Semaines de sensibilisation aux écrans
Vendredi 17 mai - Soirée d'inauguration à la petite mosaïque

Les espaces disponibles :

L'ACCES LIBRE A L'EPN
SUR LES TEMPS D'OUVERTURE DE LA MFT

L'ACCES LIBRE A L'ATELIER MENUISERIE
SUR LES TEMPS D'OUVERTURE DE LA MFT

L'ESPACE FAMILLES
OUVERTURE RESERVEE AUX TOUT PETITS

LES MATINS DE 9H - 11H

OUVERTURE AUX FAMILLES

LES APRÈS-MIDIS 16H-17H45,

SAUF MERCREDI 14H-17H

-Accueil, jeux, activités pour les enfants, échanges avec les parents..

ACCUEIL DES ADOS

MARDI, JEUDI, VENDREDI

16H30-18H30

MERCREDI | 14H-18H

-Avec les animateurs de la Maison Pour Tous



*Seul on va plus vite,
ensemble on va plus loin !*

Duvert à tous

RETROUVEZ CE MOIS CI :

DU 06 AU 10 MAI

Lundi 06 mai:

16h : Atelier EPN
projets participatifs

Mardi 07 mai:

9h: Sport sur rdv
10h: Atelier cuisine €
colombo de poisson / verrine
de wrap poire et chocolat

14h: Petite marche Saline
14h: Sortie pour tous
Cabanosiers

Mercredi 08 mai:

FÉRIÉ

Jeudi 09 mai:

FÉRIÉ

Vendredi 10 mai:

10h: Atelier bien-être -
bainé et vernis

14h: Sortie Sénior - Isigny St-Mère

14h: Préparation crêpes pour le LOTO

Samedi 11 mai:

19h: Loto du collectif à l'Agora

DU 13 AU 17 MAI

Lundi 13 mai:

16h : Atelier EPN
financements participatifs

Mardi 14 mai:

9h: Pas de sport sur rdv
10h: Atelier cuisine €
grenailles à la fleur de sel /
Clafoutis aux abricots

Mercredi 15 mai:

10h30: Et si on se parlait - thème
vacances d'été

16h: Rencontre avec les élus -
Renouvellement urbain

Jeudi 16 mai:

10h: Handfit

Vendredi 17 mai:

10h: Cuisine ACREA

14h: Pas de sortie sénior

18h: Soirée d'inauguration Semaine de
Sensibilisation aux écrans - Tourlaville

Semaines de sensibilisation aux écrans

DU 20 AU 24 MAI

Mardi 21 mai:

9h: Sport sur rdv
10h: Atelier cuisine €

Sauté de poulet à l'ail et graines de
sésames / mousse de mangue coco
13h15: Sortie pour tous
Poivrière

Mercredi 22 mai:

13:30: journée déconnexion
à Tourlaville

Jeudi 23 mai:

10h: Sport collectif
11h: Nettoyage de la plage de
Biville

Vendredi 24 mai:

11h15: Sortie sénior - piscine et
espace détente d'Equeurdreville

DU 27 AU 31 MAI

Lundi 27 mai:

16h : Atelier EPN
IA et bêtise naturelle

Mardi 28 mai:

10h: Atelier cuisine €
Galette de polenta salade
italienne / tiramisu à la pomme

Mercredi 29 mai:

16h: Goûter échanges sur la gestion
des notifications et l'utilisation des
portables dans les centres sociaux

Jeudi 30 mai:

10h: pas de sport

Vendredi 31 mai:

10h: Atelier bien-être -
smoothies detox
10h30: Réunion projet Paris
14h: Sortie pour tous
Village de la flamme à Cherbourg

LES ACTIVITÉS PERMANENTES

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
LA P'TITE BOUTIQUE 14H/17H	GYM SUR RDV 9H/11H30	LA P'TITE BOUTIQUE 14H/17H	GYM COLLECTIVE 10H	ATELIER BIEN-ÊTRE 10H/12H Tous les 15 jours
ATELIER CRÉATIF 14H/17H	ATELIER CUISINE 10H/13H30	ATELIER PARENTS / ENFANTS 14H/17H	BUS FRANCE SERVICES 14H/16H45	JEUX DE CARTES 14H/18H
LA PAUSE CARTABLE 16H30/18H	PETITE MARCHÉ 14H/16H Tous les 15 jours		MARCHE DE 9 KM 13H30/19H Avec l'association Les Marcheurs des Vallons	POINT ÉCOUTE HABITANTS (SUR RDV) 14H/18H Accompagnement par un psychologue
ATELIER INFORMATIQUE 16H30/17H30	PERMANENCE ASTRE SERVICES le 07/05 de 14H à 16H		LA P'TITE BOUTIQUE 14H/17H	SORTIE SENIOR 14H
	LA PAUSE CARTABLE 16H30/18H		LA PAUSE CARTABLE 16H30/18H	LA PAUSE CARTABLE 16H30/18H

Les projets ouverts à tous :

- **Projet Citoyennes**
- **Projet Paris**
Réunion vendredi 31 mai à 10h30