

INFO POLE PYRAMIDE

MARS

Horaire de l'accueil :

Lundi et jeudi : 14h - 17h30
Mardi, mercredi et vendredi : 9h - 12h et 14h - 18h
Samedi : 9h30 - 12h



@Polepyramide

Permanences d'inscriptions :

Mercredi : 14h - 17h30
Vendredi : 14h - 17h30
Samedi : 9h30 - 12h

www.polepyramide.fr

<p>Vendredis 6 et 13 de 9h30 à 11h Ferme du Pôle Gratuit - <u>Sur inscription</u></p>	<p>ATELIER SILVER GEEK Des ateliers ludiques pour séniors autour du numérique <u>par le jeu</u>. Une initiation et une découverte animées par des jeunes d'UnisCité.</p>	<p>SENIOR</p>
<p>Samedis 7 et 14 de 9h à 12h et/ou de 14h à 18h Atelier Art en tête Gratuits et ouvert à tous <u>Sur inscription</u></p>	<p>ATELIERS DE PREPARATION DU BONHOMME HIVER POUR LE CARNAVAL DU SOU DES ECOLES Venez confectionner le bonhomme hiver pour le carnaval du Sou des écoles le 21/03. 2 plasticiens professionnels animeront ces ateliers pour les familles. Afin de rendre ces 2 journées plus conviviales, Pôle Pyramide vous propose un repas partagé le midi. Chacun apporte un plat salé ou sucré.</p>	<p>POUR TOUS</p>
<p>Mercredis 11, 25 et 08/04 de 9h30 à 11h30 Centre social <u>Sur inscription</u> - 3€/famille</p>	<p>MERCREDIS FAMILY Venez partager des activités en famille autour d'un thème ! Thème de ces 3 mercredis : « En musique » (la musique sous toutes ses formes)</p>	<p>POUR TOUS</p>
<p>Vendredis 13 et 20 de 9h30 à 11h30 Ferme du Pôle Gratuit (avec adhésion à jour) <u>Sur inscription</u></p>	<p>ATELIERS SOMMEIL (CARSAT) Comprendre les troubles du sommeil pour mieux les gérer, trouver des solutions, des conseils, pour mieux les vivre au quotidien. Ateliers animés par Brain up.</p>	<p>SENIOR</p>
<p>Mardis 17 et 24 de 9h30 à 12h Ferme du Pôle Gratuit (avec adhésion à jour) <u>Sur inscription</u></p>	<p>ATELIERS PREVENTION ROUTIERE Deux ateliers animés par la MACIF pour vous remettre à niveau sur le code de la route, apprendre les nouvelles réglementations, les nouveaux panneaux, quiz et simulateur de conduite.</p>	<p>SENIOR</p>
<p>Mercredi 18 de 9h30 à 11h Salle Rez-de-Jardin (allée des Sports) Entrée libre</p>	<p>JEUX PAPOTE ! Venez discuter entre parents et jouer entre enfants un mercredi par mois. Vous venez et repartez quand vous le souhaitez.</p>	<p>POUR TOUS</p>
<p>Samedi 21 de 9h30 à 11h30 Ferme du Pôle Gratuit - <u>Sur inscription</u></p>	<p>ATELIER SECURITE ROUTIERE Un atelier pour les adultes avec une remise à niveau du code de la route, de la prévention, de l'information et des échanges. Animé par un enseignant de la conduite.</p>	<p>ADULTE</p>
<p>Mercredi 25 à 19h30 Salle de la Fabrique Entrée libre</p>	<p>CONFERENCE -DEBAT DISCRIMINATION ET EXCLUSION AUTOUR DES TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE Présentation d'une vidéo professionnelle sur les troubles du comportement alimentaire et échange avec le public. Exercices et jeux pratiques. Animé par une psychothérapeute.</p>	<p>POUR TOUS</p>
<p>Vendredi 27 de 18h30 à 21h Centre de loisirs Entrée libre</p>	<p>JOUONS ENSEMBLE Venez partager un moment en famille autour de jeux tous les derniers vendredis du mois. Chacun amène un plat sucré ou salé à partager.</p>	<p>POUR TOUS</p>
<p>Judis 2/04, 09/04 et 16/04 de 14h30 à 16h30 Ferme du Pôle Gratuit (avec adhésion à jour) <u>Sur inscription</u></p>	<p>ATELIERS BIEN-ÊTRE PHYSIQUE Encourager à la pratique d'une activité physique en échangeant avec le groupe sur ce qui nous encourage et ce qui nous freine dans la mise en place d'une activité physique régulière et en proposant des exercices variés mettant en avant ses bienfaits.</p>	<p>SENIOR</p>