



**COLORS
DES LIENS**
MJC CENTRE SOCIAL

SAISON 2023-2024

100%
EDUC'
POP'
LABORATOIRE
DE DÉMOCRATIE

100%
EDUC'
POP'
ESPACE DE
CITOYENNETÉ

100%
EDUC'
POP'
ATELIER DE
LIEN SOCIAL

100%
EDUC'
POP'
FABRIQUE DE
TERRITOIRES

PRÉSENTATION GÉNÉRALE	01
MOT DES PRÉSIDENTES	02
LES PARTENARIATS	03
PARTICIPER AUX ACTIVITÉS	04
ENFANCE - JEUNESSE	05
JEUNESSE	06
SOUTIEN A LA PARENTALITÉ	07
ADULTES	08
SENIORS	09
ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE	10
ACTIVITES ENFANTS JEUNES	11
ACTIVITES ADULTES	12
AUTRES ACTIVITES	13
ACCUEIL DES PARTENAIRES	14
PROGRAMMATION CULTURELLE	15
PROGRAMMATION CULTURELLE	16
PROGRAMMATION CULTURELLE	17
STAGES ATELIERS	18
HORAIRES ET COORDONNÉES	19

EQUIPE SALARIEE

Directeur – Benoît LEOUZON

Référente familles – Mathilde ROSSO

Coordinateur pédagogique – Jean-Michel RE

Secrétaire administrative – Laurence FIALON

Comptable – Christine FERNANDES

Référente enfance – Estelle PROD'HOMME

Référent jeunesse – Pierre CHEVRIER

Animatrice d'accueil et référente communication – Marina COPPENHALL

Animatrice d'accueil et référente senior – Isabelle LHERMENIER

Médiatrice Sociale – Moina Halima CHEIKH

EQUIPE BENEVOLE

50 précieux bénévoles donnent de leur temps :

- A la gouvernance de l'association ;
- Au sein des ateliers du CLAS, des ASL ou de Partage de Savoirs ;
- Dans des commissions thématiques ;
- Ponctuellement lors de l'organisation d'événements associatifs (Assemblée Générale, Programmation culturelle, Fête de fin d'année...)

LES DIFFERENTS SITES DE COULEURS DES LIENS



COULEURS

- *Siège Social* -
141 rue André Philip
07000 PRIVAS



LIENS

27 boulevard de Lancelot
07000 PRIVAS



BAOBAB

15 boulevard de Lancelot
07000 PRIVAS



STUDIO LANCELOT

1 boulevard de Lancelot
07000 PRIVAS



JARDINS BIO PARTAGES

Chemin de Saint-Clair
07000 PRIVAS

L'image de la première page est un travail collectif réalisé par 3 de nos bénévoles sous la conduite de l'artiste local François GOURGUES

Pour cette saison 2023-2024, le Bureau et l'ensemble du Conseil d'Administration de **Couleurs des Liens** s'engagent à être présents à vos côtés, au cœur du quartier Nouvel Horizon, dans ses 3 espaces, aux « **Couleurs** » rue André Phillip, aux « **Liens** » et au « Studio » boulevard de Lancelot.

Être présent à vos côtés, ce sont des animations dans le quartier Nouvel Horizon, mais pas seulement...

Être présent à vos côtés, c'est l'accueil de Marina aux **Couleurs** et d'Isabelle aux **Liens** pour vous écouter, vous informer et vous orienter sur nos activités.

Être présent à vos côtés... c'est rencontrer notre référente famille Mathilde pour échanger autour des questions de parentalité, d'éducation, vous accueillir vous et vos enfants lors d'un rendez-vous.

Être présent à vos côtés... ce sont les bénévoles qui accompagnent les écoliers et collégiens pour l'aide aux devoirs.

Être présent à vos côtés... ce sont toutes les « activités clubs » de loisirs et de détente que nos intervenants animent tout au long de la saison.

Être présent à vos côtés... c'est vous proposer des ateliers sociolinguistiques (ASL) pour parfaire votre français et votre connaissance de la culture française, coordonnés par Jean Michel.

Être présent à vos côtés... c'est vous retrouver autour d'un débat de société, un spectacle.

Être présent à vos côtés... c'est aussi vous proposer de partager vos connaissances au travers des ateliers de partages de savoirs (couture, réparation de vélos, lecture...).

Être présent à vos côtés... ce sont les accueils collectifs de mineurs (centres de loisirs) animés par Estelle et Pierre lors des vacances scolaires pour les enfants de 6 à 11 ans et pour les jeunes de 11 à 17 ans.

Être présent à vos côtés... c'est notre présence au « Studio », le local jeunes animé par Pierre qui est ouvert à toutes et tous afin de partager le temps d'une soirée des écrits, des idées, de faire de l'impro, de la musique, des projets. Qui sait, un jour, un groupe de jeunes animera la scène de **Couleurs**...

Être présent à vos côtés... c'est la présence de la médiatrice sociale Moina Halima auprès des habitants du quartier Nouvel Horizon pour les écouter et les orienter.

Être présent à vos côtés... c'est l'engagement au quotidien de Laurence au secrétariat et Christine à la comptabilité.

Être présent à vos côtés... c'est le travail de Benoît auprès des partenaires institutionnels et associatifs

Nous vous souhaitons une saison 2023-2024 à **COULEURS DES LIENS** riche d'activités, d'animations, de débats, de spectacles, où vous aurez l'opportunité de découvrir, de créer, de partager, de lier des amitiés, de vous émanciper. Et s'il vous dit de nous rejoindre au Conseil d'Administration nous en serions ravies.

Les coprésidentes de **Couleurs des Liens**
Odile MOUEZA et Corinne DJOUHRI

PARTENAIRES FINANCIERS

Couleurs des Liens est financée par des partenaires institutionnels pour mettre en œuvre des politiques publiques :

- CAF de l'Ardèche
- Préfecture de l'Ardèche
- Département de l'Ardèche
- Communautés d'Agglomération Privas Centre Ardèche
- Ville de Privas
- CCAS de Privas
- Ardèche Habitat

PARTENAIRES POLITIQUE DE LA VILLE

La politique de la ville a pour but de réduire les écarts de développement au sein des villes. Elle vise à restaurer l'égalité républicaine dans les quartiers les plus pauvres et à améliorer les conditions de vie de leurs habitants, qui subissent un chômage et un décrochage scolaire plus élevés qu'ailleurs, et des difficultés d'accès aux services et aux soins, notamment. A Privas c'est le quartier Nouvel Horizon.

Des financements particuliers sont attribués par un ensemble de partenaires financiers : Etat, Département de l'Ardèche, CAF de l'Ardèche, CAPCA, Ville de Privas et Ardèche Habitat.

Le contrat de ville qui définit cette politique est en cours de renouvellement et sera effectif de 2024 à 2030.

RESEAUX D'EDUCATION POPULAIRE

Couleurs des Liens adhère à l'Union des Maisons des Jeunes et de la Culture en Drôme et Ardèche (UMJC 26-07) et à la Fédération Ardéchoise des Centres Sociaux (FACS). Elle est représentée dans leurs conseils d'administration par des membres élus (bénévoles et salariés).



AGREMENTS

Couleurs des Liens est agréée Centre Social jusqu'à la fin d'année 2023 et renouvelle son Projet Social pour 2024-2025.

Couleurs des Liens est agréée Jeunesse et Sports jusqu'en 2025.

PARTENAIRES TECHNIQUES

Couleurs des Liens tisse de nombreuses relations partenariales afin de mener à bien son projet associatif. Elle fédère les partenaires autour de l'animation du lien social sur le territoire. Ces partenariats prennent forme autour de valeurs partagées, de rencontres de travail, de projets communs...

Collectif Au'tour des familles, ressourcerie Trimaran, ludothèque Ardéjeux, Habitat Jeunes, Secours Populaire, Art de Rien, CapLab, Mobilités 07-26, Images et Paroles d'Afrique, MRAP, CCAS de Privas, CDOS, IME Diapason, Espoir, Médiathèque de Privas, FAMDTA, ADMTV, Prévention Routière, Mutualité Française, IREPS, Médiation Santé, Mission Locale, Pôle Emploi, Conservatoire, Groupe scolaire Notre-Dame, collège Bernard de Ventadour, lycée Vincent d'Indy... Et tous les autres !

SOUTIEN, MECENAT, SPONSORING

En complémentarité de nos subventions, **Couleurs des Liens** est ouverte aux financements participatifs tant des entreprises que des particuliers.

L'association **Couleurs des Liens** a l'agrément des services fiscaux permettant une défiscalisation des dons à hauteur de 66 %. C'est une autre manière de s'investir dans l'éducation populaire en fléchant son impôt.

Pour les entreprises, il est possible d'obtenir un encart publicitaire sur nos supports de communication.

ADHESIONS

Adhérer à **Couleurs des Liens** c'est apporter son soutien à l'association et détenir une voix à exprimer le jour de l'Assemblée Générale. Pour pratiquer nos activités, l'adhésion est obligatoire. Elle a également valeur d'assurance.

- Enfant < 5 ans ----- Gratuite
- Enfant < 18 ans ----- 2 euros
- Adulte ----- 5 euros
- Famille ----- 10 euros
- Partenaire ----- 20 euros

TARIFICATION DES ACTIVITES

Certaines de nos activités sont gratuites et d'autres sont tarifées selon des modalités particulières. Elles sont le plus souvent calculées en fonction du Quotient Familial de la CAF, comme pour les centres de loisirs et les animations familles.

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITES "CLUBS"

Les prix de ces activités sont calculées en fonction du temps que dure l'activité et pas en fonction de la nature de celle-ci. Les chèques vacances ANCV, les coupons sport ANCV, les Pass'Sport, les Pass'Région AURA, les bonus collégiens du département de l'Ardèche sont acceptés.

L'inscription à une activité "club" vaut un engagement pour l'année. Elle est nominative et personnelle.

En cas d'effectif insuffisant, une activité peut être annulée. Les séances non réalisées seront remboursées.

Pour toutes ces activités, la première séance est une séance de découverte gratuite.



REDUCTIONS SUR LES INSCRIPTIONS AUX ACTIVITES "CLUBS"

Des réductions peuvent être appliquées selon les modalités suivantes

- 15 % pour un QF < 476
- 20 % sur la deuxième activité de la même personne

En cas d'arrêt de l'activité, une demande de remboursement est possible uniquement sur présentation d'un certificat médical. Le premier trimestre reste dû et le remboursement sera calculé au prorata des séances.

MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription est obligatoire pour pratiquer nos activités. Elle se fait directement auprès des animatrices d'accueil aux Couleurs et aux Liens.

En plus de vos données d'identité, des accords de droit à l'image et de communication seront à signer. Pensez à vous munir de votre numéro d'allocataire CAF et d'un moyen de paiement le cas échéant.

Pour la pratique du Judo et de l'Aïkido, un certificat médical de moins de 3 mois précisant la pratique en loisirs ou en compétition est obligatoire.

Pour l'inscription en centre de loisirs, la photocopie des vaccins (carnet de santé) est obligatoire.

PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

ACCUEIL COLLECTIF DE MINEURS 6 - 11 ANS

Couleurs des Liens organise un accueil de loisirs des enfants aux Couleurs pour rejoindre les lieux d'animations, à Chabanet lors du mois de juillet et au Gaucher lors des autres périodes de vacances scolaires.

Inscriptions auprès de la CAPCA : 07 89 71 98 84 - accueildeloisirsprivas@privas-centre-ardeche.fr

ACCUEIL COLLECTIF DE MINEURS 11 - 17 ANS

Couleurs des Liens organise un accueil de loisirs des jeunes aux Couleurs lors des petites vacances scolaires (sauf Noël) et au mois de juillet. Sorties à la journée, intervenants locaux, journée de l'ado (choix du programme par les jeunes avec un budget donné), rencontres inter-centres, veillées...

Inscriptions auprès de Marina et Pierre à l'accueil des Couleurs : 04 75 64 35 89

EN PERIODE SCOLAIRE

ACCUEIL JEUNES - LIENS D'AUJOURD'HUI, COULEURS DE DEMAIN

Début des accueils le 13 septembre...

Couleurs des Liens intervient depuis de nombreuses années sur la ville de Privas et son bassin comme acteur majeur auprès des jeunes de 11 à 17 ans.

Couleurs des Liens dédie deux espaces à ces jeunes du bassin privadois. Ce sont des lieux de rencontres, de partages où pratiquer des jeux, participer à des animations, s'engager, parler à des professionnels et faire éclore des projets !

Les jeunes sont accueillis par des animateurs formés qui développent une méthodologie de projets. Ils sont acteurs de leurs activités en participant à l'élaboration des programmes.

> Les 11-15 ans sont accueillis dans le bâtiment Couleurs (lieu historique d'accueil de la MJC) autour d'un espace bar, salon aménagé avec les jeunes. Situé en plein cœur du bâtiment il symbolise la mise au centre de la jeunesse.

Les mercredis de 13h30 à 18h00 aux Couleurs

> Les 15-25 ans sont accueillis dans le "Studio Lancelot", local situé au sein du quartier Nouvel Horizon, en proximité des espaces publics fréquentés par les jeunes. Ils sont associés au projet pédagogique du lieu, pour lui donner un nom, poursuivre son aménagement, définir ses règles de fonctionnement...

Les vendredis de 16h30 à 23h00 au "Studio Lancelot"

FUTSAL

Le futsal est un sport collectif apparenté au football. Comme lui, il se joue principalement au pied avec un ballon sphérique. Il oppose deux équipes de cinq joueurs dans un gymnase, sur un terrain de handball. Cette discipline fut inventée par un argentin en Uruguay ! Le futsal permet d'apprendre à gérer ses émotions et son rapport aux autres, dans le respect et le plaisir.

Les vendredis de 17h30 à 19h00 au gymnase de Lancelot

ACTIVITES SPORTIVES ET DE LOISIRS

Début des cours le 11 septembre...

De septembre 2023 à juin 2024, des activités régulières avec engagement à l'année sont proposées aux enfants et jeunes. Les tarifs sont calculés d'après les durées de cours qui se déroulent sur 30 semaines.

Plus d'infos page 11 "activités enfants jeunes"

LES PROJETS JEUNESSE

PROMENEURS DU NET

Pierre, le référent jeunesse de **Couleurs des Liens** est "promeneur du net" pour la jeunesse. Il entre en contact et crée des liens avec les jeunes sur les réseaux sociaux, écoute, informe, accompagne, conseille et prévient. De la simple information au projet complet à soutenir, de la prise en charge de difficultés à la détection d'une situation préoccupante, le Promeneur propose une présence éducative sur un territoire digital très vaste et peu encadré. En dialoguant avec chacun, il renforce le lien social et cultive un esprit critique face à l'information, à l'image et poursuit en ligne son travail de terrain.

+ d'infos sur <https://www.promeneursdunet.fr/>



JEUNESSE NUMERIQUE

Chaque année, **Couleurs des Liens** propose aux jeunes de construire un projet sur les questions du numérique. Pour 2023-2024, ils ont imaginé "NuméziC" qui vise à produire une musique, écrire des paroles, les enregistrer et tourner un clip à promouvoir sur les réseaux sociaux. Plusieurs séances d'éducation aux pratiques musicales numériques constituent le projet : découverte de logiciels de création musicale assistée par ordinateur, atelier d'écriture, découverte des logiciels de bureautique, découverte du matériel vidéo, initiation aux logiciels de montage vidéo, découverte et sensibilisation aux plateformes de streaming musicales et de vidéo...

Renseignements auprès de Pierre : 07 69 35 30 37

LES PARTENARIATS JEUNESSE

LE TIERS-LIEU LA CARAVELLE



Au sein de la résidence Habitat Jeunes de Privas, La Caravelle est un tiers-lieu destiné aux jeunes adultes du bassin privadois : lieu de découverte, de pratiques, d'échanges, de participation et d'engagement. Dans une grande salle avec une grande terrasse, les jeunes peuvent venir échanger, boire un café, rencontrer des professionnels, d'autres jeunes... Cet espace offre des possibilités de coworking avec un accès internet dédié.

Les mercredis et jeudis de 14h00 à 21h00 et les vendredis de 10h00 à 11h00.

Renseignements : 06 71 00 24 19 - anim@habitatjeunesprivas.com

LE POINT INFORMATION JEUNESSE ITINERANT

La CAPCA anime un PIJ itinérant sur tout son territoire pour répondre au besoin des jeunes et leurs familles en allant à leur rencontre.

Florian, l'animateur de ce PIJ, est présent pour répondre à toutes les questions que les jeunes se posent sur leur scolarité, leurs études, leur santé, leur mobilité, leur accès aux loisirs et à la culture... Il peut les orienter vers des structures partenaires spécialisées pour approfondir certaines réponses.

Renseignements auprès de Florian : 07 60 83 83 38 - pj@privas-centre-ardeche.fr



LES ETABLISSEMENTS SCOLAIRES DU SECONDAIRE

Les animateurs de **Couleurs des Liens** interviennent selon différentes modalités auprès du collège Bernard de Ventadour, du lycée Vincent d'Indy et du groupe scolaire Notre Dame. Pierre, le référent jeunesse, assure également une présence régulière à proximité ou dans ces établissements. Ces liens avec nos professionnels permettent de rappeler aux jeunes que des services leur sont dédiés hors temps scolaires.

LES MÔM'ENTS PAPOUILLES

Il s'agit d'un lieu d'accueil et d'écoute des parents et enfants (0 à 3 ans) animé par Mathilde, la référente familles et Josy, bénévole. Cet espace convivial de rencontres, d'échanges entre parents et jeunes enfants permet de créer des liens, de se socialiser et rompre l'isolement de certains jeunes parents.

Les jeudis de 09h30 à 11h30 aux Liens

ACCOMPAGNEMENT D'UN GROUPE DE FEMMES

Face au constat récurrent du besoin de garde de jeunes enfants pour certaines mamans, nous développons en 2023 un projet d'accompagnement d'un groupe de femmes pour imaginer collectivement des solutions alternatives. Ce groupe ouvert se réunit régulièrement, tisse des liens de confiance et de solidarités.

Renseignements auprès de Mathilde : 07 66 50 23 64

ATELIERS PARENTS-ENFANTS

Jeux avec le ludothèque, sorties en forêts ou au coin nature, ateliers créatifs, sorties au théâtre... ces ateliers sont un espace d'échanges et de partages entre parents et enfants. Toujours très conviviaux, ces ateliers permettent d'apprendre plein de nouvelles choses.

Des ateliers plus spécifiques sont organisés en fonction des besoins exprimés par les parents : accompagnement aux pratiques numériques, choix alimentaires, apprentissage par le jeu...

Un mercredi sur deux de 13h30 à 18h00 aux Liens

CAFE DES LIENS

Dans ce temps café, on prend le temps de se connaître, d'échanger, de programmer ensemble des actions, de favoriser l'émergence de projets à destination des familles.

Les vendredis de 08h30 à 10h00 aux Liens

SAMEDIS EN FAMILLES

Les samedis sont dédiés à des sorties en familles à la découverte d'événements locaux ou de lieux en proximité que les familles pourront réinvestir.

Les premiers samedis de chaque mois

MERCREDIS JEUX EN FAMILLES

Les mercredis-jeux permettent aux parents des enfants pratiquants une activité "club" qui sont la plupart du temps accompagnés d'autres enfants, de patienter en jouant et de rencontrer d'autres parents. C'est l'occasion de diffuser des conseils et des actualités qui peuvent intéresser les parents.

Les mercredis de 14h00 à 18h00 aux Couleurs

SORTIES FAMILLES

Des sorties culturelles ou de loisirs choisies et organisées avec les familles. L'hiver c'est l'occasion de goûter à la montagne et l'été à la mer...

Renseignements auprès de Mathilde : 07 66 50 23 64

VACANCES FAMILLES

Accompagnement des familles dans l'organisation de leurs premiers départ en vacances via le dispositif "aide aux vacances en familles".

Renseignements auprès de Mathilde : 07 66 50 23 64

LES ATELIERS SOCIOLINGUISTIQUES

Couleurs des Liens développe depuis plusieurs années des ateliers sociolinguistiques animés par des bénévoles et coordonnés par un enseignant FLE. Ces ateliers permettent de s'initier ou se perfectionner à la langue française et mieux comprendre la société et la culture française. Une évaluation est proposée par Jean-Michel lors de l'inscription afin d'orienter l'apprenant dans un groupe en fonction de son niveau de français (nomenclature CECRL). 3 séances par groupes de niveaux sont proposées par semaine.

Les lundis et jeudis de 13h30 à 15h30, les mardis des 18h00 à 20h00

Inscriptions à partir du 04/09/2023 - Début des cours le 11/09/2023

Renseignements et inscriptions auprès de Jean-Michel : 06 25 23 43 23

LES REPAS CULTURELS

Un atelier cuisine suivi d'un repas est proposé à toute personne curieuse d'apprendre à cuisiner des plats d'origines diverses. Un habitant propose de composer un repas aux saveurs de ses origines culturelles pour une vraie découverte culinaire et un beau moment de convivialité.

Les derniers vendredis de chaque mois aux Liens

LES JARDINS BIO PARTAGES

Des parcelles gérées par **Couleurs des Liens** sont mises à disposition par la mairie de Privas chemin de Saint-Clair. Une vingtaine de jardiniers partagent cet espace et leurs savoirs. Un lieu ressource pour cultiver, récolter et partager des moments conviviaux.

Renseignements au 04 75 30 37 30

ACTIVITES SPORTIVES ET DE LOISIRS

Début des cours le 11 septembre...

De septembre 2023 à juin 2024, des activités régulières avec engagement à l'année sont proposées aux adultes. Les tarifs sont calculés en fonction des durées de cours qui se déroulent sur 30 semaines.

Plus d'infos page 12 "activités adultes"

ACTIONS SPECIFIQUES DANS LE QUARTIER NOUVEL HORIZON

LA MEDIATION SOCIALE

La médiatrice sociale de **Couleurs des Liens** (contrat d'adulte-relai) intervient dans le quartier Nouvel Horizon en allant à la rencontre des habitants dans l'espace public. Elle échange et les oriente vers les services pertinents que propose l'association et/ou ceux d'autres partenaires agissant au sein du quartier.

Renseignements auprès de Moina Halima : 07 69 19 26 88

LES ANIMATIONS DE QUARTIER

Toute l'année et spécifiquement l'été (dispositif quartiers d'été), **Couleurs des Liens** accompagne les initiatives des habitants ou propose des animations dans le quartier et des sorties hors du quartier.



ANIMATIONS SENIORS

Couleurs des Liens propose un programme d'activités choisi lors de commissions composées de seniors. Ateliers animés par des intervenants, sorties culturelles, repas partagés...

Renseignements auprès d'Isabelle : 04 75 30 37 30

GROUPE PROJET SENIORS (GPS)

Le GPS est constitué de seniors des vallées de Privas au Pouzin qui partagent leurs problématiques, s'en emparent et proposent des solutions et actions afin d'y remédier. Ce groupe est accompagné par Eléa, coordinatrice et Isabelle, animatrice. Leurs propositions sont ouvertes à tous les seniors !

INITIATION NUMERIQUE

Le projet consiste à développer 10 séances d'initiation au numérique auprès des seniors du bassin privadois en s'appuyant sur le référentiel "Autonomie numérique". Privas étant doté de deux espaces numériques (CCAS et CapLab), nous avons décidé de proposer ce service dans les villages alentours. La finalité est de créer des liens entre seniors et de faire perdurer les solidarités au-delà de l'atelier, dans leur vie quotidienne

ATELIERS EN PARTAGES DE SAVOIRS

Ces ateliers intergénérationnels sont des temps conviviaux ouverts à toutes personnes qui souhaitent partager bénévolement ses connaissances et savoir-faire ou apprendre des autres.

- **CLUB LECTURE "AU FIL DES PAGES" :**

Echanges autour d'un livre choisi par un(e) lecteur(ice) à tour de rôle et d'un petit déjeuner.

- **CLUB ARTS-PLASTIQUES "A LA CROISEE DES ARTS"**

Partages de créativité et de différentes sensibilités artistiques (aquarelle, mandala, dessin...).

- **CLUB COUTURE "DE FIL EN AIGUILLE"**

Couture, patchwork, broderie, tricot... et surtout un bon moment convivial de partages !

- **ATELIER "RETAPE TON VELO"**

Sous la houlette de Henri et Philippe, venez apprendre à entretenir et réparer vos vélos.

- **ATELIER CUISINE**

Découverte de recettes proposées par un(e) cuisinier(ère) à tour de rôle, préparation collective et partage du repas.

- **ATELIER D'ECRITURE**

C'est un lieu et un moment où un groupe est réuni par le désir d'écrire.

- **ATELIER INFORMATIQUE**

Du b.a.-ba de la souris et du clavier aux pratiques confirmées.

- **REPAIR CAFE (Partenariat Ressourcerie Trimaran)**

Venez apprendre à réparer vous-même vos appareils électroménagers et petits objets.

- **ATELIER CARTONNAGE**

Création de boîtes et autres compositions à partir de papier cartonné.

- **ATELIER DENTELLES (Partenariat les Dentellières Privadoises)**

Venez vous initier et pratiquer l'art de la dentelle au fuseau.

- **PROMENADES CULTURELLES**

Découvrons notre région à travers des balades adaptées à tous et dans la bonne humeur.

Renseignements auprès d'Isabelle : 04 75 30 37 30

LE CONTRAT LOCAL D'ACCOMPAGNEMENT A LA SCOLARITE - PRIMAIRE

Couleurs des Liens propose des ateliers d'accompagnement à la scolarité animés par une équipe de bénévoles qui aident Mathilde, la coordinatrice et Estelle, la référente enfance, à accueillir et accompagner la scolarité des enfants inscrits dans les écoles élémentaires du bassin privadois. La plupart des participants sont issus de l'école Clotilde Habozit située dans le quartier Nouvel Horizon. Le dispositif vise également à renforcer les compétences parentales en matière d'éducation et de soutien à la scolarité. Il se compose d'aide aux devoirs, de temps de lecture, d'animations permettant de travailler les compétences scolaires... mais autrement !

Les mardis de 16h00 à 18h00 et les jeudis de 16h00 à 17h30

Inscriptions à partir du 04/09/2023 - Début des ateliers le 19/09/2023

Renseignements et inscriptions auprès de Mathilde : 07 66 50 23 64

LE CLAS LECTURE

Tous les mercredis matins, une séance spécifique liée à l'apprentissage de la lecture est proposée aux enfants qui souhaitent prolonger l'accompagnement. Dans ce cadre un partenariat avec Lire et Faire Lire est mis en œuvre pour qu'ils interviennent sur un temps dans l'atelier.

Les mercredis de 09h00 à 10h00

PROJETS EDUCATIFS - C'EST MON PATRIMOINE !

Cette année nous souhaitons mettre en place un projet annexe au CLAS en ayant répondu à l'appel à projet "c'est mon patrimoine". Celui-ci vise à favoriser la découverte d'un site patrimonial et historique local par les enfants et leurs familles accueillis à **Couleurs des Liens**. Le site retenu est celui des Balmes de Montbrun et en fin de projet les enfants feront une restitution théâtrale.

Les mercredis de 10h00 à 12h00

LES ATELIERS BUISSONNIERS

Dans le cadre du Programme de Réussite Educative (PRE) porté par le CCAS de Privas, **Couleurs des Liens** met en place des ateliers buissonniers. Une équipe de bénévoles aide Jean-Michel, le coordinateur et Pierre, le référent jeunesse, à accueillir et à accompagner la scolarité des jeunes inscrits dans les 2 collèges privadois. Ils les accompagnent dans leurs devoirs mais aussi dans l'apprentissage du français ! Des partenariats avec les équipes enseignantes des collèges et lycées privadois permettent de mieux orienter les jeunes ayant besoin de ce dispositif.

Les lundis et jeudis de 17h30 à 19h00

Inscriptions à partir du 04/09/2023 - Début des ateliers le 18/09/2023

Renseignements et inscriptions auprès de Jean-Michel : 06 25 23 43 23

LE CONTRAT LOCAL D'ACCOMPAGNEMENT A LA SCOLARITE - SECONDAIRE

Face à la demande importante de soutien scolaire des collégiens, **Couleurs des Liens** a mis en place un CLAS secondaire sur les mêmes créneaux que les ateliers buissonniers. Cela permet d'accueillir tous les jeunes qui ne sont pas issus du PRE. Par la même occasion nous favorisons une mixité entre les jeunes que nous accueillons dans le dispositif.

Les lundis et jeudis de 17h30 à 19h00

Inscriptions à partir du 04/09/2023 - Début des ateliers le 18/09/2023

Renseignements et inscriptions auprès de Jean-Michel : 06 25 23 43 23

ACTIVITE	INTERVENANT	JOURS ET HORAIRES	SALLE	PUBLIC	TARIF COTISATION
Anglais	Jennifer HAREL	Mercredi 13h45 - 14h30	Danse	4/6 ans	150,00 €
		Mercredi 14h30 - 15h15		7/10 ans	150,00 €
Anglais Débutant	Olga BAHMAD	Jeudi 18h15 - 19h45	Salle de Langues	+ 15 ans	200,00 €
Anglais Intermédiaire		Mardi 18h15 - 19h45		+ 15 ans	200,00 €
Arts-Plastiques	Guy CHAMBON	Mercredi 15h15 - 16h15	Arts Plastiques	5/11 ans	150,00 €
Batucada Débutant	Kahtwan CHEIKH	Mercredi 18h00 - 19h00	Gym	+ 15 ans	180,00 €
BD	Guy CHAMBON	Jeudi 17h30 - 19h00	Arts Plastiques	8 / 17 ans	165,00 €
Beat Box	Romain CHAMBON	Lundi 17h30 - 18h30	Danse	+ 15 ans	150,00 €
Cirque	Mina CHICHIGNOUD	Mercredi 13h00 - 14h30	Gym	6/8 ans	165,00 €
		Mercredi 14h30 - 15h30		3/5 ans	150,00 €
		Jeudi 17h30 - 19h30	Dojo	9/18 ans	180,00 €
Couture Débutant	Gretel RIOU	Jeudi 18h00 - 19h30	Hall	+ 15 ans	200,00 €
Couture Intermédiaire		Mardi 18h00 - 19h30		+ 15 ans	200,00 €
Espagnol Débutant	Ludivine GILIBERT	Jeudi 17h15 - 18h15	Salle de Langues	+ 15 ans	180,00 €
Espagnol Intermédiaire		Mardi 17h15 - 18h15		+ 15 ans	180,00 €
Girly Danse	Soreilla BOUGUERRA	Mercredi 18h00 - 19h15	Danse	11/18 ans	165,00 €
GRS	Marylaure SIMONETTI	Mardi 17h00 - 18h00	Gym	6/10 ans	150,00 €
Judo	Cyril COELHO	Mercredi 14h30 - 15h30	Dojo	4/5 ans	150,00 €
		Mercredi 15h30 - 16h30		6/8 ans	150,00 €
		Mercredi 17h00 - 18h30		9/11 ans	165,00 €
		Mercredi 18h30 - 20h30		+ 12 ans	220,00 €
Poterie	Myriam GILLES	Mercredi 16h30 - 17h45	Arts Plastiques	8/15 ans	165,00 €
Street Hip Hop	Soreilla BOUGUERRA	Jeudi 18h00 - 19h30	Danse	11/18 ans	165,00 €
Théâtre d'impro	Aurélia BRUNEL	Mercredi 16h00 - 17h45	Gym	11/15 ans	180,00 €
		Jeudi 18h00 - 20h00		+ 15 ans	220,00 €
Zumba	Danitza PLANET	Mardi 19h00 - 20h00	Danse	+ 12 ans	150,00 €
		Mercredi 11h00 - 12h00	Gym	6/11 ans	150,00 €

ACTIVITE	INTERVENANT	JOURS ET HORAIRES	SALLE	PUBLIC	TARIF COTISATION
Anglais Débutant	Olga BAHMAD	Jeudi 18h15 - 19h45	Salle de Langues	Adultes	200 €
Anglais Intermédiaire		Mardi 18h15 - 19h45			200 €
Arts-Plastiques	Guy CHAMBON	Mardi 17h30 - 19h00	Arts Plastiques	Adultes	200 €
		Vendredi 17h30 - 19h00			200 €
Batucada Débutant	Kahtwan CHEIKH	Mercredi 18h00 - 19h00	Gym	Adultes	180 €
Batucada		Mercredi 19h00 - 20h30			200 €
Beat Box	Romain CHAMBON	Lundi 17h30 - 18h30	Danse	Adultes	180 €
Couture Avancé	Gretel RIOU	Lundi 18h00 - 20h30	Hall	Adultes	220 €
Couture Débutant		Jeudi 18h00 - 19h30			200 €
Couture Intermédiaire		Mardi 18h00 - 19h30			200 €
Espagnol Débutant	Ludivine GILIBERT	Jeudi 17h15 - 18h15	Salle de Langues	Adultes	180 €
Espagnol Intermédiaire		Mardi 17h15 - 18h15			180 €
Gospel	Ameline PFISTER	Vendredi 18h30 - 20h00	Danse	Adultes	200 €
Gym Douce	Céline FAY	Mardi 17h30 - 18h30	Dojo	Adultes	180 €
Danse Jazz	Franck BARTHOLOME	Jeudi 19h45 - 21h15	Danse	Adultes	200 €
Judo	Cyril COELHO	Mercredi 18h30 - 20h30	Dojo	Adultes	220 €
Kangatraining	Anne Line THEVENOUX	Lundi 10h00 - 11h00	Dojo	Parents/Enfants	80 € / trimestre
Loisirs Créatifs	Willie ROSAZ	Lundi 18h00 - 19h30	Arts-Plastiques	Adultes	200 €
Méditation	Fabrice GOUEDO	Lundi 17h30 - 18h30	Gym	Adultes	180 €
Poterie	Myriam GILLES	Mercredi 18h00 - 19h30	Arts Plastiques	Adultes	200 €
Sophrologie	Virginie VALETTE	Lundi 18h00 - 19h00	Gym	Adultes	180 €
Stretching	Franck BARTHOLOME	Lundi 12h15 - 13h15	Danse	Adultes	180 €
		Jeudi 12h15 - 13h15			180 €
Théâtre d'impro	Aurélia BRUNEL	Jeudi 18h00 - 20h00	Gym	Adultes	220 €
Yoga	Sarah SZEPS	Mardi 12h00 - 13h15	Danse	Adultes	200 €
		Mardi 17h30 - 18h45			200 €
		Mardi 19h00 - 20h15	Dojo		200 €
		Mercredi 12h00 - 13h15			200 €
Zumba	Danitza PLANET	Mardi 19h00 - 20h00	Danse	Adultes	180 €

	ACTIVITE	JOURS ET HORAIRES	LIEU	TARIF
PARTAGES DE SAVOIRS	Club Lecture	1 vendredi sur 2 10h00 - 12h00	Liens	Gratuit
	Club Arts-Plastiques	Vendredi 09h00 - 12h00	Liens	Participation aux consommables
	Club Couture	Mardi 13h30 - 16h00	Liens	Participation aux consommables
	Atelier Vélo	2ème + 4ème mercredis du mois 13h30 - 17h00	Liens	Gratuit
	Atelier Cuisine	1 mardi sur 2 09h00 - 13h30	Liens	5 €
	Atelier d'écriture	Jeudi 09h30 - 11h30	Liens	Gratuit
		Vendredi 18h00 - 20h00	Couleurs	
	Atelier Informatique	Lundi 10h00 - 12h00	Liens	Gratuit
		Jeudi 10h00 - 12h00		
	Atelier Cartonnage	Mardi 14h00 - 17h00	Couleurs	Participation aux consommables
	Promenades Culturelles	Jeudi 09h00 - 12h00	Liens	Participation aux frais de déplacement
Atelier Dentelles	1er + 3ème samedis du mois 09h00 - 16h00	Couleurs	Participation aux consommables	
Repair Café	2ème samedi du mois 14h00 - 17h00	Couleurs	Participation aux consommables	

	ACTIVITE	JOURS ET HORAIRES	LIEU	TARIF
ANIMATIONS FAMILLES	Les Môm'ents Papouilles	Jeudi 09h30 - 11h30	Liens	Gratuit
	Atelier Parents/Enfants	1 mercredi sur 2 13h30 - 18h00	Liens	Gratuit
	Café des Liens	Vendredi 08h30 - 10h00	Liens	Gratuit
	Samedis en familles	1er samedi du mois 10h00 - 17h00	Liens	Gratuit
	Mercredis jeux	Mercredi 14h00 - 18h00	Couleurs	Gratuit
	Repas culturels	Dernier vendredi du mois	Liens	Gratuit

	ACTIVITE	JOURS ET HORAIRES	LIEU	TARIF
ACTIONS EDUCATIVES	CLAS Primaire	Mardi 16h00 - 18h00	Liens	Gratuit
		Jeudi 16h00 - 17h30		
	CLAS Lecture	Mercredi 09h00 - 10h00	Liens	Gratuit
	Projet CLAS	Mercredi 10h00 - 12h00	Liens	Gratuit
	Ateliers Buissonniers	Lundi 17h30 - 19h00	Liens	Gratuit
	CLAS Secondaire	Jeudi 17h30 - 19h00	Liens	Gratuit
	Ateliers Sociolinguistiques	Lundi 13h30 - 15h30	Liens	Gratuit
Mardi 18h00 - 20h00				
Jeudi 13h30 - 15h30				

LE LOCAL NOUVEL HORIZON

Le local Nouvel Horizon est situé au 1 boulevard de Lancelot. Géré par **Couleurs des Liens**, Il permet à des partenaires tels que Accès Emploi Numérique ou la Médiatrice Santé de proposer des permanences auprès des habitants du quartier.

- Médiatrice Santé - Mardi après-midi
- Accès Emploi Numérique - Mercredi après-midi et jeudi toute la journée
- MRAP - Jeudi soir

Si vous souhaitez proposer une permanence dans ce local contacter Marina au 04 75 64 35 89

REPAIR CAFE (Partenariat Ressourcerie Trimaran)

Un objet à réparer ? Venez réparer votre électroménager, vos objets, vos bijoux... Les réparateurs bénévoles de Trimaran sont à votre disposition avec leurs savoir-faire et leurs outils.

Participation gratuite et sans rendez-vous.

Le 2ème samedi du mois de 14h00 à 17h00 aux Couleurs

Participation aux consommables

Renseignements au 04 75 20 85 60

REPAIR CAFE



MOBILITES 07-26

Vous avez des difficultés pour comprendre comment fonctionne les différents réseaux de transports présents autour de Privas ? Vous souhaitez connaître les diverses solutions d'écomobilité et les aides à la mobilité ? Des Ateliers Mobilité sont présents sur Privas pour vous aider à mieux appréhender la mobilité.

A destination des personnes en insertion socio-professionnelle sur prescription.

Les mardis de 09h15 à 13h15 aux Liens (salle Baobab) sur rendez-vous

Renseignements au 04 75 49 29 40



CHORALE LA "CASTAGNE"

La chorale La Castagne rassemble plus d'une trentaine de membres. Ensemble, ils interprètent des chants de luttes passées et présentes de plusieurs pays du monde. Si la portée est politique, elle n'enlève rien à l'objectif premier : se faire plaisir en chantant.

Les mercredis à 19h00 aux Liens

AU'TOUR DES FAMILLES

Cette association de parents a pour vocation l'accompagnement et le soutien à la parentalité. Elle organise et met en place des ateliers, des rencontres, des sorties, des soirées...

L'association se redynamise avec une nouvelle équipe de bénévoles et cherche à retrouver une coopération active entre les différents acteurs de la parentalité du bassin privadois.

Couleurs des Liens va l'accompagner dans cette démarche pour fédérer les partenaires autour de ces questions.

Renseignements au 06 77 47 02 11 - <https://autourdesfamilles.jmdo.com>



Conférence : "Tout petit déjà, mon corps c'est moi ! Pistes et questions autour du développement psychosexuel de l'enfant 0-8 ans." Avec l'intervention d'une psychologue clinicienne de L'Enfant Bleu.

Samedi 03/02/24 de 10h00 à 12h00

LES SCÈNES LIBRES - CABARET

Nouveautés de la saison précédente, ces scènes vont évoluer pour unir leurs énergies sur les mêmes dates. Poésie, slam, impro, musique s'associent et invitent danse, chant, cirque... sous un format CABARET !

Elles restent ouvertes à tous les artistes avérés ou en devenir, aux jeunes talents locaux, à ceux qui s'ignorent encore...

En amont de ces scènes, des initiations et ateliers d'écritures seront animées par les Evadés, Aude Fabulet, Pierre et consort...

Samedis 18/11/2023, 17/02/2024 et 25/05/2024



LES ÉVADÉS

La troupe d'impro privadoise est née en 2017, issue des ateliers dispensés par Aurélia Brunel à la MJC. La troupe aime les formats courts, longs et va s'essayer à des nouveautés... SURPRISE !

Le jeu théâtral, la relation entre les personnages, le plaisir, les rires, les émotions, les messages d'humanisme sont au cœur de nos spectacles. Venez nombreux partager ces beaux moments.

Samedis 14/10/2023, 13/01/2024 et 20/04/2024

CONTE MUSICAL - RÊVE AU ZIMBABWÉ

Une promenade inattendue de village en village. Entre récits de voyages et contes traditionnels, entre rêve et éveil, Vincent Hickman nous raconte en musique ses aventures sur ces terres méconnues d'Afrique australe. Découverte d'une culture méconnue au travers de récits ancestraux et de la musique envoûtante de la mbira qui donne une vibration unique aux mots, laisse place aux respirations... et au rêve. Et comme au village : quand le musicien chante, le public est invité à chanter avec lui !

Samedi 03/11/2024



Crédit photo : Etienne MERCHAT

CONCERT LADY CHESNUT BLUES

Groupe ardéchois né en 1997, le trio composé de Franck (chant et guitare), Philippe (basse, harmonica et chœurs) et André (batterie et chœurs) aime la chaleur de la rencontre avec les "spect'acteurs". Le choix des reprises est vaste parmi des milliers de morceaux fabuleux et souvent méconnus, dans sa diversité de styles : le Jazz-Blues, le blues plutôt "roots", la chanson-blues, le blues rock... *Samedi 02/12/2023*



MÉDIA-CITOYENNETÉ

Action de réseau d'éducation aux médias portée par l'Union des MJC 26-07 présentant et valorisant des projets médias réalisés avec des jeunes (12-25 ans)

Samedi 16/12/2023

CONCERT CELTIQUE BARDA

Composé de Kevin Charra-Vaskou au violon et de Raphaël Faverjon à la guitare, le duo Barda propose un répertoire celtique qui évoque l'Irlande mais aussi l'Ecosse. La soirée se déclinera autour d'une première partie typée "concert", suivie d'une partie plus dansante sous forme de bal.

Samedi 03/02/2024

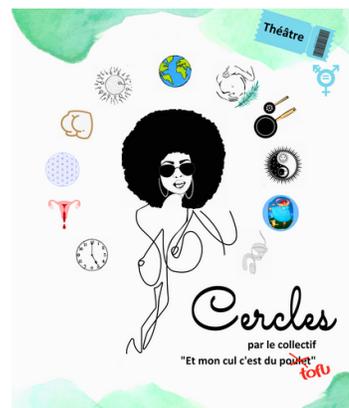


REPRÉSENTATION THÉÂTRALE - CERCLES

A la lueur des bougies, des femmes parlent, écrivent, se racontent. Elles ne se connaissent pas, pourtant elles se livrent. Elles pleurent, elles dansent, elles rient. Le cercle les connecte. Le cercle les relie.

De témoignages en autodérision, un clitoris prend la parole et nous invite à voyager dans nos sexualités, une scientifique dénonce et questionne les inégalités. Et le cercle qui fait circuler la parole et l'énergie de vie, soulage et honore. 5 femmes vivantes et vibrantes mettent en scène cette expérience collective, vécue et partagée, de la parole intime à la création d'un spectacle..

Samedi 02/03/2024



SPECTACLE "JUSQU'AU BOUT ARTS DE RUE"

Dans le cadre du Rural Gospel Festival de l'Ardèche, un projet réunissant danse hip hop, beatbox, graf et rap va réunir divers pratiquants à **Couleurs des Liens**. Ce spectacle inaugure la semaine de lutte contre le racisme !

Samedi 16/03/2024

CONCERT THÉÂTRALISÉ - GINGUETTE SANS FRONTIÈRES

Un voyage en chanson au son de l'accordéon.

De L'Irlande à l'Allemagne, de l'Espagne à la Roumanie en passant par le Japon et le Mexique... Les langues, les rythmes et les sonorités s'entremêlent, les paysages réels et imaginaires se dessinent. Une valise remplie de cartes postales nous dévoile les destinations choisis par le public !

Samedi 07/04/2024



FESTIVAL HIBOUGE



Hibouge, c'est un festival fait par les jeunes pour valoriser les pratiques artistiques et culturelles des jeunes. On y trouve des stands (jeux vidéo, rétrogaming, jeux de sociétés, livres, bd, mangas, des démos sportives, des infos jeunesse et sur la mobilité internationale. Une scène ouverte qui permet aux 11-25 ans d'exprimer tout leur talent scénique (musique, chant, théâtre, danse, magie, humour...).

Une expo ouverte qui permet aux 11-25 ans d'exprimer tout leur talent manuel (dessins, photos, peinture, maquillage...). Une programmation avec des artistes locaux et des artistes de renommées nationale. *Vendredi 03 et samedi 04/05/2024*

FÊTE DE FIN D'ANNÉE - CONCERT LA CENTRALE ACOUSTIQUE

La fête de fin d'année de **Couleurs des Liens** a été initiée le 10 juin 2023. Elle a pour vocation de célébrer avec tous les membres actifs et habitants du bassin privadois la fin de la saison. Son format portes ouvertes (initiations aux activités, stands d'informations, démos) permet également de montrer la diversité de animations proposées par l'association. Forte de cette expérimentation, **Couleurs des Liens** vous donne d'ores et déjà rendez-vous !

Pour clôturer cette édition 2024, "la centrale acoustique" proposera ses reprises acoustiques éclectiques, fines, variées, fraîches et bigarrées !

Samedi 08/06/2024



DATES et HORAIRES	NOM DE L'ÉVÉNEMENT	PRIX CONSEILLÉ
Samedi 14 octobre 2023 20h00	SPECTACLE D'IMPRO - LES EVADÉS 1	5 €
Samedi 04 novembre 2023 14h30	CONTE MUSICALE "REVE AU ZIMBABWE" Vincent Hickman - Festival Images et Paroles d'Afrique	6 € adulte 4 € enfant
Samedi 18 novembre 2023 20h00	SCÈNE LIBRE CABARET #1 Scène ouverte aux talents locaux : poésie, impro, danse, chant, musique...	Libre
Samedi 02 décembre 2023 20h00	CONCERT "LADY CHESTNUT BLUES"	5 €
Samedi 16 décembre 2023 14h00	MÉDIA-CITOYENNETÉ Action du réseau des MJC 07-26	Libre
Samedi 13 janvier 2024 20h00	SPECTACLE D'IMPRO - LES EVADÉS 2	5 €
Samedi 03 février 2024 20h00	CONCERT CELTIQUE "DUO BARDA"	8 €
Samedi 17 février 2024 20h00	SCÈNE LIBRE CABARET #2 Scène ouverte aux talents locaux : poésie, impro, danse, chant, musique...	Libre
Samedi 02 mars 2024 20h00	REPRÉSENTATION THÉÂTRALE "CERCLES" Journée internationale des droits des femmes	5 €
Samedi 16 mars 2024 20h00	SPECTACLE "JUSQU'AU BOUT ARTS DE RUE" Rural Gospel Festival - Semaine de lutte contre le racisme	10 €
Samedi 07 avril 2024 20h00	CONCERT THÉÂTRALISÉ "GUINGUETTE SANS FRONTIÈRES" MunKaMas	6 € adulte 4 € enfant
Samedi 20 avril 2024 20h00	SPECTACLE D'IMPRO - LES EVADÉS 3	5 €
Vendredi 03 et samedi 04 mai 2024	FESTIVAL HIBOUGE Action du réseau des MJC 07-26	En attente Programmation
Samedi 25 mai 2024 20h00	SCÈNE LIBRE CABARET #3 Scène ouverte aux talents locaux : poésie, impro, danse, chant, musique...	Libre
Samedi 08 juin 2024	FÊTE DE FIN D'ANNÉE DE COULEURS DES LIENS CONCERT "LA CENTRALE ACOUSTIQUE"	Gratuit

EXPOSITIONS

Du 23/09/2023 au 31/10/2023	La rentrée des Maîtres (vernissage le mercredi 04/10/2023)
Du 06/11/2023 au 22/12/2023	Calligraphie et Scolyte (vernissage le mercredi 15/11/2023)
Du 08/01/2024 au 17/02/2024	Faits d'hiver (vernissage le mercredi 10/01/2024)
Du 04/03/2024 au 05/04/2024	Femmes artistes (vernissage le mercredi 06/03/2024)
Du 29/04/2024 au 31/05/2024	Photos de la biennale 24 (vernissage le mercredi 30/04/2024)
Du 03/06/2024 au 05/07/2024	Jeux Olympiques

JOURNÉE POUR APPRENDRE À SOULAGER NOS ENFANTS PAR LE SHIATSU

Journée d'apprentissage avec une praticienne Shiatsu pour acquérir des protocoles de points d'acupression utiles pour soulager vos enfants de symptômes désagréables de la vie quotidienne : Maux de ventre, désordres intestinaux, symptômes ORL, anxiété, maux de tête, ... tout en développant une vigilance envers les signes inquiétants nécessitant un avis médical.

Dimanche 24/09/2023 de 09h00 à 17h30 (repas partagé tiré du sac). Tarif : 85 € la journée
Renseignements au 06 18 42 44 15 / Inscription aux Couleurs (04 75 64 35 89)

POTERIE (matériel fourni)

Initiation parents/enfants (+ de 3 ans) : *mercredi 17/04/2024 de 10h30 à 11h45. Tarif : 12 €*

Initiation adultes : *mercredi 17/04/2024 de 18h00 à 19h15. Tarif : 16 €*

COUTURE

- **Stage ados** (+ 12 ans) avec repas tiré du sac à la journée (10h00 - 16h00). *Tarif : 60 €*

"Sac banane" : *mardi 31/10/23* - "Pull à capuche" : *mardi 27/02/24* - "bob + sac à dos" : *mardi 23/04/24*

- **Stage adultes** zéro déchets dans la cuisine (09h00 - 12h00). *Tarif : 45 €*

"couvercles à saladier + sacs de congélation" : *samedi 20/01/24*

"serviettes hygiéniques + culottes menstruelles" : *samedi 23/03/24*

MÉDITATION PLEINE PRÉSENCE

Cycle de 8 semaines de méditation (méthode OMT) les lundis (14h00 - 17h00). Les pratiques assises d'attention aux sensations corporelles, de relâchement de l'esprit et d'accueillir-offrir, aident à calmer le flux des pensées, à baisser l'impact des émotions conflictuelles, à rendre l'esprit plus lucide et créatif, et à approfondir empathie et altruisme envers soi et les autres. *Tarif : 150 € + participation libre*

Du lundi 25/09/2023 au lundi 13/11/2023 de 14h00 à 17h00. Présentation mardi 12/09/2023 à 20h00

ATELIERS D'AUTOMASSAGE - DO IN

Le Do-In réduit la fatigue, le stress, les tensions musculaires et rétablit une bonne circulation de l'énergie dans notre corps. C'est une pratique basée sur la philosophie taoïste, dont l'objectif est de guider et d'harmoniser l'énergie qui circule en nous par l'intermédiaire des 12 méridiens.

Samedis 23/09/23, 04/11/23, 06/01/24, 09/03/24 et 01/06/24. Tarif : 15 € la séance

Renseignements au 06 87 03 56 21 / Inscription aux Couleurs (04 75 64 35 89)

SOPHROLOGIE - Cycle de 7 séances sur le lâcher prise

Nous avons l'habitude de vouloir maîtriser notre existence, or, la vie est toujours une invention, mais pour inventer, il faut se laisser inspirer. Se mettre dans son corps, se le réapproprier, s'assurer que la vie circule en nous grâce à des exercices de sophrologie et d'autres techniques.

Les mardis (12h00-13h15) 12/09/23, 26/09/23, 17/10/23, 07/11/23, 21/11/23, 05/12/23 et 19/12/23.

Tarif : 65 € le cycle. Renseignements et inscriptions aux Couleurs (04 75 64 35 89)

YOGA DU RIRE (Brigitte et René MOUTTE)

Le yoga du rire est une suite originale d'exercices aux effets immédiats. Il combine le rire avec la respiration de yoga qui apporte plus d'oxygène au corps et au cerveau entraînant ainsi plus d'énergie, d'oxygène. Sûr, facile et scientifiquement prouvé, il offre avant tout un bien-être profond et beaucoup de plaisir. Rire libère aussi des endorphines, ces hormones du bonheur, qui apportent une sensation de calme et de bien-être. *Samedis 30/09/23, 02/12/23 et 02/03/24 (10h00 à 11h00). Tarif à prix libre*

ACRO YOGA

Confiance, équilibre, rire et complicité rythmeront la séance que ce soit lors de l'échauffement, des acrobaties, des exercices de respiration ou des massages de fin de séance... *Tarif de la séance : 15 € par duo/trio (10 € pour les 2-3 ans) - 25 € par famille (4 et +) + adhésion annuelle de 5 € / adulte*

HORAIRES D'ACCUEIL DU PUBLIC

	COULEURS (MJC) - 141 rue André Philip		LIENS (Centre Social) - 27 boulevard de Lancelot	
Lundi		13H30 - 19H00		13H30 - 18H00
Mardi	10H00 - 12H30	13H30 - 19H00	08H30 - 12H00	13H30 - 18H00
Mercredi	10H00 - 12H30	13H30 - 19H00	08H30 - 12H00	13H30 - 18H00
Jeudi	10H00 - 12H30	13H30 - 19H00	08H30 - 12H00	13H30 - 18H00
Vendredi	10H00 - 12H30	13H30 - 16H00 (1 vendredi sur 2)	08H30 - 12H00	13H30 - 16H00 (1 vendredi sur 2)

NOUS SUIVRE...

 Page Facebook >>> @Couleursdesliens

 Site Internet >>> www.couleursdesliens.fr

 **Lettre d'Infos** >>> inscrivez-vous en écrivant à couleursdesliens@orange.fr

NOUS CONTACTER

COULEURS - 141 rue André Philip 07000 PRIVAS
accueil1.couleursdesliens@orange.fr
 04 75 64 35 89

LIENS - 27 boulevard de Lancelot 07000 PRIVAS
accueillien.couleursdesliens@orange.fr
 04 75 30 37 30

DÉBUT DES INSCRIPTIONS - LUNDI 28 AOÛT !

PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



PARTENAIRES TECHNIQUES

