

PERMANENCE DE L'UDAF

Le SAIL (Service d'Accompagnement et d'Information Lié au Logement), de l'UDAF (Union Départementale des Associations Familiales), se tient à votre disposition le dernier vendredi de chaque mois, afin de répondre à vos questions liées au logement, avec ou sans rendez-vous.

Dernier vendredi du mois de 14h00 à 16h00 - Gratuit

HORAIRE D'OUVERTURE

Le lundi de
13h00 à 17h00

Du mardi au vendredi de
9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Les ateliers sont ouverts aux habitants
résidant à Falaise ou dans
la Communauté de Communes
du Pays de Falaise.

ILS SONT PARTENAIRES DU CENTRE SOCIO CULTUREL



Centre Communal d'Action Sociale

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter
Stéphanie Lange, responsable de
l'Espace Coup de Pouce
rue du 8 mai - 14700 Falaise
Tél. : 02 31 40 04 62



CENTRE SOCIO CULTUREL

L'Espace Coup de Pouce vous
propose de nombreux ateliers !



Participer à un atelier c'est l'occasion
de faire des rencontres, de partager, et
d'échanger avec les autres.



ATELIER NUTRITION SANTÉ

Une diététicienne vous propose d'apprendre les bases de l'équilibre alimentaire.
Lundi de 14h00 à 16h30
Atelier gratuit



ATELIER PÂTE FIMO

Cet atelier permet de s'initier à cette pâte à cuire idéale pour façonner de nombreux objets

décoratifs.

Mardi de 14h00 à 16h00

Atelier payant : 1 €



ATELIER GYMNASTIQUE

Cet atelier, adapté à la capacité de chacun, permet de promouvoir l'activité physique.
Mercredi de 9h15 à 10h15, au Gymnase Guillaume le Conquérant
Atelier payant : 1 €



ATELIER POTERIE

Cet atelier permet d'acquérir différentes

techniques pour élaborer de nombreux objets. (coupelles, dessous de plats, vases...)

Mercredi de 10h15 à 12h15

Atelier payant : 1 €

ATELIER D'ÉCRITURE

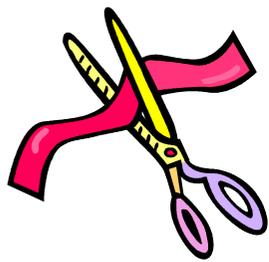
Animé par une animatrice de la Médiathèque du Pays de Falaise, en partenariat avec l'EPE, l'objectif de cet atelier est de partager, imaginer, inventer ensemble autour d'une thématique.

Jeudi de 14h00 à 16h00

Atelier gratuit



ATELIER LOISIRS CRÉATIFS



Cet atelier permet de réaliser collectivement divers travaux (couture, scrapbooking, cartonnage, broches, accessoires...)
Jeudi de 14h00 à 16h00
Atelier gratuit



ATELIER IMAGE DE SOI

Cet atelier, animé par une socio-esthéticienne, propose d'optimiser la confiance en soi à travers diverses techniques (soins du corps et du visage, relaxation, conseils en image...)

Vendredi de 9h30 à 11h30

Atelier payant : 0,50 €



ATELIER PERGAMANO

Le pergamano, ou « papier de dentelle » permet de réaliser des cartes de vœux, d'invitations...

Vendredi de 10h00 à 11h30

Atelier payant : 0,50 €

ATELIER BIEN-ÊTRE SANTÉ

Des actions d'information et de prévention santé seront proposées sur des thèmes en lien avec la santé, en partenariat le Centre Hospitalier.
Atelier gratuit

