

# Centre Socioculturel

de Falaise



2019  
2020

Ville de  
**FALAISE**

ATELIERS COLLECTIFS  
& ACTIVITÉS FAMILLE

ESPACE  
PROJETS

POINT INFO  
JEUNESSE

ESPACE PUBLIC  
NUMÉRIQUE

RELAIS  
PETITE ENFANCE

SECTEUR  
ENFANCE JEUNESSE

PERMANENCES



## CENTRE SOCIOCULTUREL

Le Centre Socioculturel est comme un « foyer des initiatives, porté par des habitants associés, accompagnés par des professionnels, capables de définir et de mettre en œuvre un projet de développement social pour l'ensemble de la population du territoire ».

C'est un acteur de la vie et de l'animation sociale de la commune.

### Pour qui ?

Tous les habitants du territoire, quels que soit leur âge, leur origine, ou leur statut.

Le Centre Socioculturel propose des activités conviviales, des rencontres propices aux échanges et à l'épanouissement. De nombreuses initiatives qui permettent aux habitants de participer à l'animation sociale de leur cité.

Géré par la commune, le Centre Socioculturel bénéficie d'un agrément Centre Social de la Caisse d'Allocations Familiales du Calvados.



### CENTRE SOCIOCULTUREL

1, rue des Prémontrés | 14700 Falaise

Tél. : 02 31 20 42 00

E-mail : [centre.socioculturel@falaise.fr](mailto:centre.socioculturel@falaise.fr)

Lundi : 13h30-17h30 | Mardi, mercredi, jeudi : 9h-12h et 13h30-17h30

Vendredi : 9h-12h et 13h30-17h



## ACCUEIL

Le Centre Socioculturel offre un espace d'accueil et d'écoute ouvert à tous :



### ► UN ESPACE D'INFORMATION

Vous y trouverez de la documentation sur les services et ateliers proposés par le Centre Socioculturel, des informations sur les événements et activités organisés dans le Pays de Falaise, des informations sociales pour vos démarches ou votre vie quotidienne.

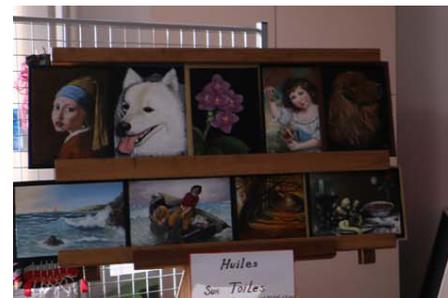
### ► UN ESPACE CONVIVAL

Des temps de rencontre y sont proposés. N'hésitez pas à venir rencontrer l'équipe, à nous faire part de vos projets, de vos envies, mais aussi de vos préoccupations. Un tableau d'inscription permet de s'inscrire aux activités et sorties de son choix.



### ► UN LIEU D'EXPOSITION

Tout au long de l'année, amateurs ou usagers du Centre Socioculturel présentent leurs œuvres (dessin, peinture, etc.). N'hésitez pas à venir vous renseigner auprès de l'agent d'accueil si vous souhaitez exposer ou connaître la programmation.



## ATELIERS COLLECTIFS & ACTIVITÉS FAMILLE

Chaque semaine des ateliers sont proposés, animés par des professionnels et des bénévoles. Ouverts à tous, ils permettent de pratiquer des activités variées dans un cadre convivial.

### ▼ ATELIERS HEBDOMADAIRES

- **Nutrition Santé** : une diététicienne vous fera découvrir des plats sains, faciles à réaliser, à moindre coût tout en se faisant plaisir.
- **Gymnastique** : adapté à la capacité de chacun, cet atelier vous permettra de pratiquer une activité physique douce et régulière, encadré par un éducateur sportif professionnel.
- **Jeux de société** : venez échanger et vous distraire autour de jeux de société, dans une ambiance conviviale.
- **Relaxation & Bien-être** : cet atelier vous permettra de développer l'écoute de vous-même, d'apaiser le mental et de mieux gérer votre stress.
- **Arts plastique & Imaginaire** : créations artistiques à partir de diverses techniques : dessin, peinture, sculptures, papier, etc...
- **Aquagym** : pratiquez une activité douce et régulière au centre aquatique du Pays de Falaise. L'activité est précédée d'un accès à la balnéothérapie.
- **Échange de savoirs** : atelier permettant l'échanges de savoirs autour du tricot, du scrapbooking, de la couture du crochet, etc. Venez révéler vos petits secrets de fabrication ou apprendre de nouvelles techniques. Un temps de divertissement et de convivialité.
- **Image de soi** : accordez-vous un moment de bien-être. Au programme soins esthétiques, conseils en image, modelages, fabrication de produits cosmétiques, etc...

● **Pergamano** : laissez place à la créativité et réaliser des cartes de vœux, invitations...

● **Expression Artistique** : venez vous initier au théâtre et profiter de ses bienfaits sur la communication, la mémoire, la confiance en soi.

### ▼ HORAIRES ET TARIFS

Jours *	Ateliers	Horaires *	Tarifs Falaisien	Tarifs Non Falaisien
<b>Lundi</b>	Nutrition santé	13h30 - 16h	1 €	2 €
<b>Mardi</b>	Gymnastique	9h - 10h	1 €	2 €
	Jeux de société	10h - 12h	Gratuit	Gratuit
	Relaxation & Bien être	14h - 15h	1 €	2 €
<b>Mercredi</b>	Arts plastiques & imaginaires	10h30 - 12h	1 €	2 €
<b>Jeudi</b>	Aquagym (sous condition de ressources)	11h45	2 €	2 €
	Échange de savoirs	14h - 16h	Gratuit	Gratuit
<b>Vendredi</b>	Image de soi	9h30 - 12h	1 €	2 €
	Pergamano	10h - 11h30	0,50 €	1 €
	Expression artistique	14h - 16h	Gratuit	Gratuit

\* Attention, les dates et horaires sont susceptibles de subir des modifications en cours d'année.

### ▼ LOISIRS FAMILIAUX DE PROXIMITÉ

Au cœur des préoccupations du Centre Socioculturel, la famille fait l'objet de toutes nos attentions. L'animation collective Familles a pour objectif de renforcer les liens familiaux, sociaux et parentaux.

Ainsi un mercredi par mois et pendant les vacances scolaires, le Centre Socioculturel propose des temps de loisirs familiaux permettant aux enfants et à leurs proches de vivre de bons moments.

Au programme : sorties découverte, séances de cinéma, spectacles, ateliers divers...

Des séjours et départs en vacances peuvent également être organisés avec l'accompagnement des professionnels du Centre Socioculturel.

## ESPACE PROJETS

**Vous avez envie de partager une passion**, de vous impliquer dans le développement et l'animation du Centre Socioculturel ?

**Vous souhaitez concrétiser une idée, vous investir dans la vie locale à travers un collectif, un projet ou en devenant bénévole du Centre Socioculturel ?**

Nous vous accueillons du **lundi au vendredi** afin de répondre à vos questions, vous accompagner et vous guider.

### ▼ COLLECTIFS D'HABITANTS

*Nous accompagnons des personnes ayant un but et des objectifs communs, répondant à une démarche citoyenne favorisant le vivre ensemble dans la ville ou son quartier.*

- **Cap sur la marche** : pratique de la marche douce ou rapide, de 4 à 6 kilomètres, sur tout relief, chaque mercredi.
- **A la bonne franquette** : propose des gourmandises et petits plats dans le cadre d'événements.
- **De fil en aiguilles** : rencontres autour de la couture et des activités en lien avec le textile.
- **Vers les arts** : pour favoriser la mobilité et l'accès des habitants aux pratiques artistiques et autres actions culturelles.

### ▼ PROJET D'INTÉRÊT COLLECTIF

*Nous accompagnons des porteurs de projets, seul ou en groupe, dans la réalisation d'un projet qui a pour but de favoriser l'animation locale au sein de son territoire.*

- **La boîte à livres** devant le Centre Socioculturel, réalisé en partenariat avec l'École des Parents et des Éducateurs de Falaise.

Contact : Arnaud Castel | Tél. : 02 31 20 42 03  
E-mail : arnaud.castel@falaise.fr

## POINT INFORMATION JEUNESSE

Le Point Information Jeunesse (PIJ) est un lieu d'écoute, d'information et d'accompagnement pour vos projets. Ouvert à tous (lycéens, étudiants, demandeurs d'emploi, parents, professionnels...) l'accueil y est **anonyme, gratuit et sans rendez-vous**.

### ▼ AU PIJ ON TROUVE DES INFOS SUR

- **Organisation des études** : Définir ses centres d'intérêts, s'orienter...
- **Métiers et informations** : Présentation des métiers par secteurs d'activités, formations et diplômes.
- **Emploi et jobs** : Conseils dans la rédaction de lettre de motivation, CV, démarches de recherches, informations BAFA, BAFD et sur les métiers de l'animation.
- **Vie pratique** : Logement, santé, droits, handicap et mobilité.
- **Loisirs sportifs et culturels** : Trouver l'adresse d'une association, s'informer sur la programmation culturelle et sportive.
- **Vacances** : Trouver la liste des centres de vacances pour enfants, s'informer sur les stages culturels et sportifs, sur les chantiers bénévoles etc...
- **Départs à l'étranger** : Au pair, service volontaire, études, chantier de bénévoles etc...

Mercredi : 10h - 12h et 13h30 - 17h30  
Jeudi : 13h30 - 17h30  
Vendredi : 13h30 - 17h

### ▼ LE PIJ C'EST AUSSI...

- Un point relais « Atouts Normandie ».
- Un Relais Baby-sitting, qui propose de mettre en relation des jeunes qui cherchent à faire du Baby-sitting et des parents cherchant un mode de garde occasionnel ou régulier.
- Un accès gratuit à internet et la possibilité d'utiliser des logiciels de bureautique pour la réalisation de CV et lettre de motivation.
- Un espace d'accompagnement aux projets et aux initiatives.

Contact : Arnaud Castel | Tél. : 02 31 20 42 03  
E-mail : pij@falaise.fr

## ESPACE PUBLIC NUMÉRIQUE

*Structure labellisée par la Région* L'Espace Public Numérique est un lieu ouvert à tous, Falaisiens ou non, petits et grands, débutants, experts ou amateurs, curieux de nouvelles technologies, associations ou simplement touristes de passage désireux de consulter leur messagerie...



- **L'EPN met en place des cycles d'ateliers trimestriels d'initiation à l'outil informatique** (utilisation de mail, tableur etc...). Des ateliers peuvent être proposés dans l'année en fonction des demandes et des besoins.
- **L'espace est ouvert en accès libre** sur différents créneaux. Ordinateurs, imprimantes et matériel de fabrication sont mis à disposition. L'animateur sur place peut apporter son aide ou donner des conseils sur l'utilisation du matériel.
- **L'EPN est aussi équipé de matériel informatique** qui peut être prêté, en fonction de la demande et du besoin de l'utilisateur ou de la nature du projet.



**L'EPN a été récompensé par le prix de l'innovation numérique 2018 !**

Accueil libre :  
lundi, mardi et jeudi :  
13h30 - 16h  
mercredi : 10h-12h

Ateliers :  
mardi et vendredi :  
10h-12h

Ateliers spécifiques :  
vendredi : 13h30-16h

Adhésion annuelle pour 2019 : **falaisien : 22 € | extérieur : 32 €**  
Ateliers : **falaisien : 4 € par séance | extérieur : 6 € par séance**

## RELAIS PETITE ENFANCE

### ▼ RELAIS ASSISTANTS MATERNELS

Le RAM est un lieu d'**information** et d'**orientation** destiné aux :

- Assistants Maternels de Falaise,
- Gardes d'enfants à domicile,
- Parents employeurs d'un assistant maternel de Falaise,
- Enfants accueillis.



**Soutien à la parentalité des familles**, ainsi qu'à leur statut d'employeur, c'est aussi un lieu de **professionnalisation des assistants maternels**.

Les enfants y sont accueillis pour participer aux **ateliers d'éveil** accompagnés des assistants maternels ou des parents.

Ces ateliers ont lieu dans **la salle du RAM au Centre Socioculturel**, ou à la **salle polyvalente à dominante tir à l'arc** de Guibray.

Planning des activités disponible sur le site web de la Ville : [www.falaise.fr](http://www.falaise.fr)

### ▼ GUICHET UNIQUE PETITE ENFANCE

Un nouveau service, **le Guichet Unique Petite Enfance**, est proposé aux parents ou futurs parents pour informer sur tous les modes de gardes existants sur le territoire, les modalités d'admission, tarifs, aides financières, accompagnement dans les démarches administratives. Toutes ces informations sont dorénavant centralisées.

Les demandes de places en crèche sont à faire au Guichet Unique Petite Enfance.

Ateliers du RAM :

mardi et jeudi : 9h30 - 11h30 | vendredi : 9h30 - 11h

*Possibilité de prendre rendez-vous à un tout autre moment, en contactant le RAM par téléphone ou mail.*

Accueil sans rendez-vous :

mardi et jeudi : 13h30 - 16h30 | mercredi : 9h30 - 12h

*Pour une demande place en crèche, accueil sur rendez-vous uniquement.*

## SECTEUR ENFANCE JEUNESSE

Le Secteur Enfance Jeunesse propose :

- Un accueil **périscolaire élémentaire** de 6 à 11 ans, avant l'école à partir de 7h30 et après l'école jusqu'à 18h15.
- Un accueil de **loisirs chaque mercredi** pour les 6-11 ans de 8h à 18h15.
- Des **Centres de Loisirs** pour les 3-5 ans et les 6-11 ans pendant les vacances scolaires\*.
- Un **accueil de loisirs dédié aux adolescents** de 11-17 ans chaque mercredi, et pendant les vacances scolaires\*.
- Des **séjours de vacances** durant l'été et des nuitées lors des périodes de vacances scolaires\*.

\*Automne, Hiver, Printemps et Juillet.

### ▼ CENTRES DE LOISIRS

→ Le **Centre de Loisirs** situé 10 rue St Jean propose des activités manuelles et sportives, des grands jeux, des sorties (piscine, médiathèque...) etc.

→ Le **Centre de Loisirs Maternels** est implanté au 10 rue St Jean dans un espace qui leur est dédié, au sein du Centre de Loisirs. Durant les vacances d'été, le Centre Maternel est installé dans une école maternelle falaisienne.

→ Le **Centre de Pleine Nature de Boseville** ouvert en juillet, propose des activités « découvertes de l'environnement » dans un cadre de vie préservé en plein air (sorties, vélo, grands jeux dans les bois et construction de cabanes).

Ces espaces sont conçus pour recevoir les enfants, avec des installations adaptées ainsi que des espaces extérieurs permettant la mise en place d'activités sportives et ludiques. Le Centre de Loisirs dispose également d'un accès direct au restaurant scolaire.

### ▼ LOCAL JEUNES



→ Le **Local Jeunes** propose des activités diverses et variées mises en place lors de chaque période de vacances scolaires, ainsi que chaque mercredi en période scolaire : activités créatives, sportives, jeux, et soirées à thèmes.

Programme et tarifs disponibles sur place ou sur le site web de la Ville : [www.falaise.fr](http://www.falaise.fr)

10

Contact : Vanessa Letorey | Tel. : 02 31 20 42 07

## PERMANENCES

Le Centre Socioculturel est aussi un espace d'accueil de diverses permanences. Pour toute information sur les permanences ou pour la prise de rendez-vous, contactez l'accueil au : 02 31 20 42 00.

L'AE14 offre aux associations locales et aux porteurs de projets collectifs : des informations, une assistance technique dans le domaine de l'organisation et de la gestion administrative ou financière, des aides et formations nécessaires.



Quand ? Sur rendez-vous lundi et mercredi après-midi.  
Pour prendre rendez-vous : 02 31 06 15 37.



Un accompagnement individualisé qui s'adresse aux familles ayant besoin d'un soutien et d'un accompagnement dans la recherche et l'accès à un logement ou pour être aidées à la gestion budgétaire pour le maintien dans le logement.

Quand ? Sans rendez-vous, un mercredi par mois de 9h à 12h.

Quand ? Sur rendez-vous, tous les jeudis de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.



Pour prendre rendez-vous : 0820 200 189.



La plate-forme mobilité sur le Pays de Falaise a pour objectif de favoriser la mobilité géographique des demandeurs d'emploi. L'accompagnement individuel proposé permet de travailler sur l'accès aux transports en commun, les nouveaux moyens de déplacements, l'accès aux permis, à la location (voiture, scooter).

Quand ? Permanences le jeudi. Pour plus d'information, contacter Marie-Laure Abraham au 06 99 04 09 79 ou [marielaure.abraham@gmail.com](mailto:marielaure.abraham@gmail.com)



Cap emploi accompagne les demandeurs d'emploi en situation de handicap dans toutes les étapes de leurs recherches d'emploi, depuis le diagnostic de départ, jusqu'à l'accès et le suivi dans l'emploi.

Quand ? Sur rendez-vous, tous les vendredis de 10h à 12h et de 13h30 à 16h30. Pour prendre rendez-vous : 02 31 93 24 24.

11

# Centre Socioculturel

de Falaise

1, rue des Prémontrés - 14700 Falaise

Tél. : 02 31 20 42 00

[centre.socioculturel@falaise.fr](mailto:centre.socioculturel@falaise.fr)

[www.falaise.fr](http://www.falaise.fr)

