

# PROGRAMME ADULTES



2022 - 2023

# Se Former

## Les Ateliers Sociolinguistiques

CARTE D'ADHESION OBLIGATOIRE

Les Ateliers Sociolinguistiques du Centre Socioculturel s'adressent aux personnes de tous niveaux, souhaitant se familiariser avec la langue de Molière et découvrir les codes de la société française. Ils permettent également d'acquérir de l'autonomie sociale à travers l'apprentissage de la langue française mais aussi à travers des ateliers proposant des activités diverses et des approches de la vie sociale, citoyenne et quotidienne. Des groupes de niveaux sont constitués après un test de positionnement des futurs apprenants.

Niveau 1	Mardi : 9h - 11h	/	Jeudi : 14h - 16h
Niveau 2	Lundi : 9h - 11h	/	Jeudi : 9h - 11h
Niveau 3	Vendredi : 9h - 11h	/	Lundi : 14h - 16h

**TARIFS** : 35€/an pour les Illzachoïses et 40€/an pour les hors Illzachoïses.

## L'initiation Informatique

CARTE D'ADHESION OBLIGATOIRE

Partez à la découverte de l'informatique et apprenez à utiliser votre ordinateur. Comment utiliser une souris ? Comment écrire avec un clavier ? Comment créer et organiser sa boîte mail ? Autant de questionnements pour lesquels l'équipe est prête à vous accompagner.

Tous les lundis, mardis et vendredis matin et les mercredis après-midi (hors vacances scolaires) au CSC Le Fil d'Ariane à Illzach.

**TARIFS** : 20€/an pour les Illzachoïses et 25€/an pour les hors Illzachoïses.

## L'aide Administrative

Vous avez besoin d'aide pour rédiger un courrier, remplir un formulaire, lire et comprendre un document administratif, faire vos démarches sur le site de la CAF ou encore votre déclaration d'impôt ? L'équipe est prête à vous accompagner.

(Les photocopies restent à la charge des participants)

Tous les jeudis matin de 8h30 à 12h (hors vacances scolaires) au CSC Le Fil d'Ariane à Illzach.

# Participer à un loisir

## Les Cours de Couture

CARTE D'ADHESION OBLIGATOIRE

De débutant à confirmé, venez découvrir le monde de la couture en groupe. Notre animatrice vous guide dans vos réalisations dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

Tous les lundis de 14h à 17h au 8 rue des Dahlias à Illzach, les mardis de 14h à 17h au CSC Le Fil d'Ariane à Illzach, les mercredis de 18h à 21h et les jeudis de 14h à 17h au 1C rue de la Doller à Illzach.

**TARIFS** : A partir de 3€ la séance selon le niveau pour les Illzachoïses et 4€ la séance pour les hors Illzachoïses

## Les Cours de Broderie

CARTE D'ADHESION OBLIGATOIRE

Le club de brodeuses DILLMONT se propose de vous apprendre la broderie avec un large éventail de techniques : le point de croix, le boutis, la tapisserie, la dentelle, le fuseau ou encore le crochet. Les débutants en broderie sont les bienvenus !

Deux mardis par mois de 14h à 16h au CSC Le Fil d'Ariane à Illzach.

**TARIFS** : 1€ la séance. Les deux premières séances sont gratuites

## Les Arts Créatifs

CARTE D'ADHESION OBLIGATOIRE

Dans une ambiance conviviale et chaleureuse, découvrez nos ateliers d'arts créatifs. Diverses activités sont proposées : la mosaïque, les perles, le collage et la rénovation de petits mobiliers.

Tous les vendredis de 14h à 17h au CSC Le Fil d'Ariane à Illzach.  
Les tarifs sont consultables sur notre site internet.

**TARIFS** : 30€/année et participation aux fournitures

## La Sculpture sur Verre

CARTE D'ADHESION OBLIGATOIRE

Venez au Fil d'Ariane réaliser vos propres sculptures sur verre.

Tous les mercredis de 18h à 21h au CSC Le Fil d'Ariane à Illzach.

**TARIFS** : 30€/année et participation aux fournitures

# Faire du Sport

## Gym Douce / Tonique

CARTE D'ADHESION OBLIGATOIRE

Découvrez le renforcement musculaire avec la coach sportive Hélène Aubry. Elle propose des programmes individualisés.

Une tenue de sport adaptée est suggérée. *Certificat médical obligatoire.*

Tous les vendredis de 10h à 11h au Gymnase du Canal à Illzach (hors vacances scolaires). Les tarifs sont consultables sur notre site internet.

TARIFS : 20€ le semestre pour les Illzachoises et 30€ le semestre pour les hors Illzachoises.

## Gym pour Séniors

CARTE D'ADHESION OBLIGATOIRE

La saison pluvieuse et froide arrive, c'est le moment de pratiquer une activité physique pour rester en forme. Hélène Aubry propose une séance de gym douce adaptée.

Une tenue de sport adaptée est suggérée. *Certificat médical obligatoire.*

Tous les jeudis de 14h à 15h au Gymnase du Canal à Illzach (hors vacances scolaires). Les tarifs sont consultables sur notre site internet.

TARIFS : 35€ l'année

## Porter ses Pas, Porter son Poids

Prenez vos baskets et même vos poussettes pour faire une balade agréable et retrouver une activité sportive collective.

Si la météo nous oblige à annuler, nous nous retrouverons au CSC Le Fil d'Ariane autour d'un café pour discuter. L'accès est sans inscription et totalement gratuit.

Tous les jeudis de 9h à 11h au CSC Le Fil d'Ariane à Illzach (hors vacances scolaires).

# Se Rencontrer

## Le Café des Aînés

Animé par notre animatrice, c'est le moment pour les séniors de se retrouver, de partager, d'échanger et de proposer des projets dans la bonne humeur. L'accès est sans inscription et totalement gratuit.

Tous les vendredis de 14h à 17h au 8 rue des Dahlias à Illzach.

## Le Café des Projets de Quartier

Animé par la coordinatrice du service, venez échanger entre femmes sur le quotidien de la famille et du quartier. L'accès est sans inscription et totalement gratuit.

Tous les lundis de 14h à 16h au 8 rue des Dahlias à Illzach.

## Les Permanences

Animé par la coordinatrice du service, nous vous proposons des animations pour faire bouger le quartier de la Doller. L'accès est sans inscription et totalement gratuit.

Un jeudi sur deux de 9h à 11h au 1C rue de la Doller à Illzach.

# Manifestations

## Atelier vélo :

MERCREDI 7 SEPTEMBRE DE 9H À 12H30 ET DE 13H30 À 17H AU QUARTIER DES JONQUILLES.

Avec un petit budget venez réparer votre vélo pour pouvoir en profiter toute l'année !

Animations pour les grands et les petits disponibles toute l'après-midi.

## Fête des Z'Assoc

SAMEDI 10 SEPTEMBRE DE 14H À 18H À LA SALLE DES FÊTES D'ILLZACH

La fête des Z'Assoc est organisé par la commune d'Illzach. Nous serons présents ainsi que toutes les associations qui proposent des activités pour petits et grands.

## La Bourse des Mômes

DIMANCHE 16 OCTOBRE DE 9H À 14H À LA SALLE DES FÊTES D'ILLZACH

Venez vendre ou acheter des habits, des jouets, des équipements pour bébé, enfants et ados d'occasion à petits prix.

## Quinzaine sur les violences faites aux Femmes

COURANT NOVEMBRE

# Jeux

Q Q U A R T I E R U T P L U C S U L Z W  
W B O U I Q Z P F B C P W B H U Y V X T  
G R R M V Z N Ç I N F O R M A T I Q U E  
R O O G O V Z E T P R O J E T S N C T I  
U D K C M Y G V A K E S W R X P Y G K A  
Q E F Q X A E S R P H O O C L Ç A F J E  
W R A N T L S M T H T U H Z T R O E H H  
L I J R Q C I B S Q T T I K B I Q C W F  
Y E A D S C H H I O L I M S C Z R W S R  
B P E R M A N E N C E E R E O A N R B D  
B F F W Q J P R I T T N E A M C U R V M  
Z R R B E K L L M C N L T D D D A N X E  
U K H D C J O K D G E X Ç R I I A Y B L  
X M T T H A X M A R N Z B A P A L L R Z  
U J S W A C E A U P T E F R N O A O M M  
I C X C N N G T T V N O A G K I F Y S O  
Ç G E B G L L M I T C V I C C I I R F L  
Z Q Q F E U Ç A L P Ç K I O K W Q L E G  
B M S R C J G H A I H G S B C O O S O P  
H D F L A C O O G C O U T U R E E J Y I

COUTURE  
BRODERIE  
SCULPTURE  
GYM  
MARCHE  
PROJET  
QUARTIER

PERMANENCE  
INFORMATIQUE  
ADMINISTRATIF  
SOCIAL  
CULTUREL  
AIDE

SOUTIEN  
PARTAGE  
ECHANGE  
SOLIDARIT  
GALIT

## Nos partenaires

Nos partenaires financiers et pas que, nous accompagnent tout au long de l'année pour vous aider et vous proposer pléthores d'activités et des actions de prévention.



AGENCE  
NATIONALE  
DE LA COHÉSION  
DES TERRITOIRES



Liberté • Égalité • Fraternité  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

DIRECTION DÉPARTEMENTALE  
DE LA COHÉSION SOCIALE  
ET DE LA PROTECTION DES POPULATIONS

# Où nous trouver ?



@Centre Socioculturel  
Le Fil d'Ariane



@lefieldariane\_illzach



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



19 Rue  
Victor Hugo,  
68110 Illzach



03.89.66.85.85



secretariat  
@cscillzach.fr



Du Lundi au Jeudi de  
9h à 12h et de 14h à 18h  
Le Vendredi de 9h à 12h  
et de 14h à 17h  
Fermé le mardi matin.