

INSCRIPTIONS 2022/2023

Dés le 25 août 9h et tout au long de l'année

**Pour toute inscription,
l'adhésion de 10€ est obligatoire**

HORAIRES D'OUVERTURE

Le lundi, mardi, vendredi:

9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Mercredi: 9h00 à 12h00

Jedi: 14h00 à 17h00

PERMANENCE D'APPUI AUX ASSOCIATIONS

“Vous souhaitez mettre à jour vos statuts,
développer de nouveaux projets , créer une
association ?”

Nous vous proposons des permanences sur rdv un
samedi par mois de 9h à 12h.

Contactez Arnaud Azémar au 04.67.83.99.65 ou
par mail à : arnaud.azemar@csc-agantic.fr

POUR CEUX QUI LE SOUHAITENT

La structure recherche toute l'année, des bénévoles
prêts à s'investir dans les domaines suivants:

- Apprentissage de la langue française
- Accompagnement scolaire des enfants et pré-adolescents
- Partage de savoirs et de savoir-faire

POUR LES ALLOCATAIRES AU RSA

Le centre socioculturel assure
l'accompagnement des allocataires n'ayant
pas d'enfant mineur à charge dans le cadre
d'un conventionnement avec le Conseil
Départemental de l'Hérault. Mme BRETEL
Sylvie (référente unique) reçoit sur rendez-
vous..

Saison 2022/2023

AGANTIC

Centre socioculturel



SCANNEZ-MOI



CENTRE SOCIOCULTUREL DE L'AGANTIC

6 rue des écoles républicaines

34190 GANGES

Tél : 04.67.73.80.05

Mail : contact@csc-agantic.fr

Facebook : Agantic accueil

Site internet : <https://csc-agantic.fr>



Soutenu par le



SOLIDARITÉ - DÉMOCRATIE - LAÏCITÉ - INITIATIVE
POUVOIR D'AGIR - ANIMATION
PRÉVENTION - INFORMATION
ORIENTATION - ACCOMPAGNEMENT SOCIAL



LES ATELIERS SPORTIF



RÉVEIL SPORTIF

Un programme plaisir adapté à vos motivations, vous garderez souplesse, dynamisme et confiance en vous. Redémarrer ou reprendre une activité physique, cet atelier convient à tous.

Vendredi matin de 9h15 à 10h30 à l'Agantic avec Marielle.

Tarif : de 15 à 45€ par an



FUTSAL POUR LES 16-25 ANS

Débutants et confirmés. Avec Hicham Ghandour, animateur au centre socioculturel l'Agantic.

Venez affiner votre technique et jouer des matchs entre amis!

Mercredi de 19h00 à 20h00 au Gymnase

Tarif : 10€ par an

BIEN-ÊTRE

YOGA

Débutants et confirmés avec Fanny Férin, infirmière et enseignante de yoga diplômée depuis 14 ans.

De 16 à 99 ans, le yoga vise à maintenir votre équilibre physique, mentale et spirituel. À travers la pratique régulière de la méditation, des pranayamas (exercices respiratoires), les asanas (les postures) et la relaxation, le pratiquant développe un bien-être et un calme émotionnel propice à améliorer son existence.

Mercredi de 19h à 20h30 à l'Agantic

Tarifs : 15€ à 130€ par an

MÉDITATION

Débutants et confirmés. Avec Agathe Daumail, association «Théâtre de l'Hermitage».

La méditation fonctionne sur le mode «être» et nous invite face à une situation stressante, une communication conflictuelle, à répondre plutôt que réagir.

Jeudi de 19h à 20h30 à l'Agantic.

Tarifs : de 15€ à 130€/an

MANDALA

Proposé par Carine Boireaud

L'atelier commence par un temps de relaxation pour libérer les tensions et apprivoiser la détente. (méditation, exercices de respirations...). Puis vient le temps de la créativité autour du dessin centré. Plusieurs techniques et outils sont proposées. En fin de séance, nous partageons nos ressentis et nos émotions.

Chacun est libre d'expérimenter à son rythme, les propositions qui lui sont faites.

Mardi de 19h30 à 21h à l'Agantic.

Tarifs : de 15€ à 130€/an

LES ATELIERS AUTOUR DE LA CULTURE

THÉÂTRE

Au théâtre l'Albarède, bases techniques et jeux d'expression, participation au festival Plein Feu. Avec Julie Méjean (metteure en scène/comédienne) Agathe ARNAL (metteure en scène et comédienne) et Isadora SANCHEZ (Cie Abracadabras).

Training théâtral 6 à 10 ans

Mercredi de 9h45 à 11h00

Enfants 6 à 8 ans

Mercredi de 11h15 à 12h45

Enfants 8-11ans

Mercredi de 13h30 à 15h45

Enfants 12-15 ans

Mercredi de 16h15 à 18h30

Tarifs : de 15€ à 130€/an



Pour toute inscription, l'adhésion de 10€ est obligatoire

LANGUES ET CULTURES PARTAGÉES

Avec *Françoise Caneiro*, formatrice en FLE.

L'objectif de l'atelier est de faciliter la vie quotidienne en se familiarisant avec la culture, les usages de la langue française. L'accompagnement est adapté aux besoins de chacun en fonction de son niveau de maîtrise : alphabétisation, apprentissage, aide à la préparation des tests de connaissance du français, aide à l'apprentissage du code de la route, apprentissage de règles de jeu, conversations...

Lundi et Jeudi 14H00 à 16H00 à l'Agantic

Tarifs : 5€/trimestre



CONVERSATION ANGLAISE

Avec *Isabelle BLUCHE*, pour les niveaux intermédiaire et confirmé.

Venez entretenir et développer votre anglais. Isabelle a vécu 14 ans en Angleterre et aux Etats-unies, elle vous permettra d'affiner votre accent et votre vocabulaire. Elle s'adaptera à votre niveau et vos intérêts pour rendre ce temps ludique.

Lundi de 19h à 20h30 à l'Agantic.

Tarif : de 15 à 130€ par an

DIVERS ATELIERS

INFORMATIQUES

Avec *Rodolphe Hennique*, niveau débutant

Venez découvrir et apprivoiser les outils informatique.

Le formateur s'adapte à la demande du groupe pour vous aider à être autonome. Supports papier et visuel, venez avec votre ordinateurs.

Mardi de 8h30 à 10h à l'Agantic

Tarifs : 15€ à 45€ par an

“L'ART DU BIEN RIRE”

Avec *Alegria* formée au “Yoga du rire”

Le Yoga du rire est une méthode thérapeutique initié comme un exercice, pratiqué en groupe. Il devient rapidement naturel et contagieux “l'action entraîne l'émotion”. Augmentez votre hormone du bonheur !

Vendredi de 14h à 16h à l'Agantic

Tarifs : 5€ à 15€ par trimestre

Du 07 octobre au 16 décembre.



CONTRAT LOCAL D'ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ (CLAS)

Avec *Carine Espaze* coordinatrice CLAS.

Pour les enfants de primaire et collège.

Pour apprendre et comprendre autrement.

Pour acquérir une méthodologie.

Pour développer sa curiosité et élargir ses centres d'intérêt.

Pour soutenir les parents dans la scolarité de leurs enfants.

Deux soirs/semaine 17H15 à 18H30 à l'Agantic

Tarifs : 15€ par an

LES SAMEDIS

EVEIL MUSICAL

Proposé par *Emmanuelle Boillot*

pour les 3 mois à 6 ans avec les parents. Permet aux enfants de découvrir les sons, les instruments et les différents univers musical. C'est une temps entre le parent et le petit pour favoriser le partage, l'écoute et la découverte.

Un samedi par mois de 10h à 11h30 à l'Agantic.

Tarifs : de 15€ à 50€ par an et par duo parent-enfant.

EVEIL DANSE PARENTS-ENFANTS

Avec *Nina Dumas-Rozoy*

Venez danser avec votre enfant, un samedi par mois et créer du lien, libérer votre créativité et vous amuser. La danse des petits permet l'exploration des mouvements et la complicité avec les parents.

Le samedi une fois par mois de 10h à 11h pour les 18 mois-3 ans et 11h-12h pour les 3-5 ans.

Tarifs : 15€ à 100€ par an et par duo parent-enfant

L'AGANTIC C'EST AUSSI

- Des ordinateurs à votre disposition connectés à internet.
- Des photocopies en noir et blanc à 0.10 centimes.
- Une bibliothèque et une grainothèque partagée.
- Un lieu d'échange et de partage
- Des activités en familles à l'Agantic et sur le territoire.
- Un espace ados
- Des manifestations (festival plein feu...)
- L'accompagnement scolaire des enfants et adolescents