

Familles et adultes

DU TEMPS POUR VOUS

SEPT. OCT. 2016



Thé
ou
café?



VILLE DE
Dax
l'inspiration
solidaire

**Renseignements
et inscriptions** Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela



Se rencontrer, échanger, bénéficier du service d'un écrivain public autour d'une boisson chaude.

- les mardis de 8h30 à 10h30, espace de proximité du Gond/Séron
 - les jeudis de 8h30 à 10h30, espace de proximité de Cuyès,
 - les vendredis de 13h30 à 15h30, espace Famille Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela
- > *En Accès libre*

Ateliers CUISINE DU QUOTIDIEN

Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela, espace Famille à partir de 9h30

- **vendredi 16 septembre** : des goûters à emporter
 - **vendredi 23 septembre** : des biscuits salés et sucrés
 - **vendredi 7 octobre** : le riz salé et sucré
- > **Adultes** : de 1,30 € à 2,70 €



Du bien-être parents/enfants

A partir du 16 septembre **tous les vendredis soirs de 17h15 à 18h15**

L'association ME3C vous propose des ateliers ludiques en faveur du développement de la concentration et de l'attention.

Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela, espace Famille

> **Adultes** : de 1,30 € à 2,70 € / **Enfants** : de 0,80 € à 1,80 €

DU SPORT POUR TOUS

Venez découvrir des pratiques sportives le mercredi matin. Venez sporter aux rythmes de la ZUMBA, l'AEROBOXE, le FITNESS,...

De 10h15 à 11h15 à l'espace de proximité du Gond/Séron

> **Tarifs de 6,30 € à 13,40 €**

pour 13 séances du 7 septembre au 14 décembre



→ Sorties familiales

Venez participer dès le mois de septembre et tout au long de l'année à la fabrication de votre radeau et à la constitution de votre équipe afin de descendre en radeau le Gave de Pau.

• **Dimanche 4 Septembre** : Descente de TOUSKIFLOT

Venez découvrir les radeaux les plus fous, affronter la descente du Gave de Pau

UNE RENTRÉE AUX COULEURS DE TOUSKIFLOT

Rendez-vous à 11h au Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela

> **Adultes** : de 1,40 € à 2,90 €

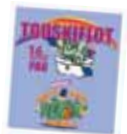
> **Enfants** : de 1,30 € à 2,80 €

• **Mercredi 14 septembre** :

Cueillette de légumes

Ferme Danhil à Hinx

Faire son marché en ramassant soi-même ses légumes (cueillette à la charge des participants).



Rendez-vous à 14h au Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela

> Adultes : de 0,70 € à 1,50 €

> Enfants : de 0,70 € à 1,40 €

• **Mercredi 14 septembre** : Danse et magie
– Les ombres Blanches – Festival Biarritz.

Rendez-vous à 17h30 au Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela

> Adultes : de 2,70 € à 5,60 €

> Enfants : de 2,10 € à 4,60 €

• **Mercredi 12 octobre** : Cueillette de champignons à BIAS.

Rendez-vous à 9h au Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela

> Adultes : de 1,40 € à 2,90 €

> Enfants : de 1,30 € à 2,80 €

→ Pendant les vacances de Toussaint

DES ATELIERS

Cuisine et convivialité

• **Mercredi 26 octobre de 10h à 15h**

à la Résidence Habitat Jeunes.

Venez partager, proposer et/ou découvrir de nouvelles recettes.

> Adultes : de 2,50 € à 5,40 €

> Enfants : de 1,70 € à 3,60 €

Ateliers parents/enfants : grands jeux en famille

• **Jeudi 20 octobre, à 14h**

Ecole du Sablar

• **Jeudi 27 octobre, à 14h**

Espace du Gond

> **Gratuit en accès libre sur inscription**

Des sorties

Sorties culturelles à l'Atrium de Dax

• **Jeudi 20 octobre** : Richard Galliano et Sylvain Luc

• **Samedi 22 octobre** : Thibault Cauvin

Rendez-vous au Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela à 19h pour un repas à partager.

> **Tarifs au Centre Social et Culturel Nelson Mandela**

• **Lundi 24 octobre** : Accrobranche – Lacq aventure.

Rendez-vous à 11h au Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela (pique-nique au Lac de Biron avant l'accrobranche)

> Adultes : de 4,50 € à 9,60 €

> Enfants : (2-9 ans) de 1,50 € à 3,20 €
(10 ans et +) de 3,20 € à 6,80 €

• **Mercredi 2 novembre** : Ciné-goûter Miss Peregrine et les Enfants Particuliers.

Rendez-vous à 13h45 au cinéma Multiplex

> Adultes : de 1,30 € à 2,70 €

> Enfants : de 0,80 € à 1,80 €



PRÉSERVONS NOS RESSOURCES EN EAU !

Pour l'année 2017, le Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela se met aux couleurs de la préservation de l'eau. Afin de réfléchir ensemble à cette thématique qui nous concerne tous, nous vous invitons à venir construire ce projet avec nous lors de rencontres :

• **vendredi 21 octobre et mardi 25 octobre à 9h30 à l'Esc'halles (1^{er} étage des Halles)** > **Gratuit sur inscription**



TOUS LES ATELIERS ONT LIEU AU CENTRE SOCIAL ET CULTUREL MUNICIPAL NELSON MANDELA

L'INSCRIPTION EST OBLIGATOIRE POUR TOUS LES ATELIERS ET ANIMATIONS (sauf mention spécifique)

LE POINT INFO FAMILLE, c'est...

www.dax.fr

UN ÉCRIVAIN PUBLIC

Pour vous aider à lire et écrire un courrier, répondre à une administration, préparer un CV ou une lettre de motivation, compléter un dossier de demande d'accès aux droits... durant les ATELIERS « THÉ OU CAFÉ »

UNE MÉDIATION FAMILIALE

Deux jeudis par mois à 10h (sur convocation)
et deux mardis par mois à 18h (sur convocation)
Sur RDV (à prendre auprès de l'AMCF au 05 58 46 39 00)



LA CONFÉDÉRATION SYNDICALE DES FAMILLES

Permanences 2^{ème} et 4^{ème} jeudi de chaque mois de 16h30 à 18h

RENSEIGNEMENTS - INSCRIPTIONS

Centre Social et Culturel Municipal Nelson Mandela
Mardi, jeudi et vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h
05 24 62 70 38

Pièces à joindre pour l'inscription :

- un justificatif de quotient familial CAF,
- une attestation d'assurance Responsabilité Civile.

www.dax.fr

Ces projets reçoivent le soutien de :

