

Naucelle

Annulé

Ateliers numériques

Un atelier pour apprendre à dompter son ordinateur pour la bureautique comme pour le loisir. Pour débutants

Le 1er lundi du mois de 17h à 18h30

1ère séance - 05/10

02/11 - 07/12 - 04/01 - 01/02 - 01/03

03/05 - 07/06 - 05/07

Avec Olivier Goron/ 60€ à l'année



Circle Song

Pas besoin de savoir chanter !
Un atelier que lie l'impro, l'exploration,
la création voix et chants.

2 jeudis par mois de 19h à 20h

1ère séance - Jeudi 17/09

01/10 - 15/10 - 12/11 - 19/11 - 3/12 - 17/12 - 07/01 -

21/01 - 04/02 - 25/02 - 04/03 - 18/03 - 01/04 -

22/04 - 13/05 - 03/06 - 17/06

Avec Viviane Lalanne Bernard / 135€ à l'année



Théâtre - Un atelier pour découvrir
de manière ludique le théâtre.

Développer la confiance en soi, son
expression orale, l'improvisation et la
gestion des émotions, la rencontre
des autres et le collectif.

Enfants (7/10ans) 2 fois /mois de 14h à 15h
Ados (11/15 ans) 2 fois/mois de 15h15 à 16h45

1ère séance - mercredi 23/09

07/10 - 04/11 - 18/11 - 02/12 - 16/12 - 13/01 - 27/01 -

24/02 - 10/03 - 24/03 - 21/04 - 19/05 - 02/06 -

16/06 - 30/06

Adultes débutants 2 jeudi/mois de 20h à 22h

1ère séance - jeudi 24/09

08/10 - 05/11 - 19/11 - 03/12 - 17/12 - 14/01 - 28/01 -

25/02 - 11/03 - 25/03 - 22/04 - 20/05 - 20/05 -

03/06 - 17/06 - 01/07

Avec Boureau Maréva / 120€- 135€- 150€ à l'année



**L'association Centre Social et Culturel
du Pays Ségali vous propose des
instants de détente, d'apprentissage,
de découverte au travers des INSTANTS**

LOISIRS, à découvrir dès

le lundi 14 septembre 2026

Inscription & adhésion obligatoires

Nombre de places limitées

Réservation par mail : accueil@cscps.fr

Les ateliers ont lieu :

Centre Social & Culturel de Naucelle

35 avenue de la gare

Centre Social & Culturel de Baraqueville

156 avenue du centre

PORTE OUVERTE SUR LES INSTANTS LOISIRS

SAMEDI 5 SEPTEMBRE

9h30 - 12h

**35 avenue de la gare
à Naucelle**



accueil@cscps.fr

05.65.72.29.19

www.centresocialetcultureldupayssegali.com

Facebook : Centre Social et Culturel du Pays Ségali



Pays Ségali
COMMUNAUTÉ



LES INSTANTS LOISIRS

Saison 2026 - 2027



Baraqueville

Brush-up your english Rafraîchir son anglais

La langue de Shakespeare en s'amusant. Améliorer confiance et vocabulaire à l'oral.

Le 3^{ème} lundi du mois de 10h30 à 12h

1^{ère} séance - lundi 21/09
19/10-16/11-21/12-18/01-15/02-
15/03-19/04-17/05-21/06

Avec Rebecca Singleton / 30€ à l'année

Couture

Complet

Apprendre et se perfectionner en couture en projets libres adaptés au niveau de chacun.

Environ 15 séances à l'année
Lundi de 9h30 à 11h30

1^{ère} séance - lundi 12/10
12/10-02/11-16/11-30/11-14/12-4/01-
18/01-01/02-22/02-08/03-22/03-
26/04-10/05-24/05-07/06

Avec Oriane Enjalbert / 150€ à l'année

Poterie

Véritable temps de pause et d'expression accessible à tous au travers du travail sur les techniques de l'argile qui vous permettrons de créer des objets simples et personnels.

Les ateliers comprennent:

- Matériel et fourniture
- Emailage des pièces
- 2 cuissons

Environ 10 séances à l'année
Vendredis de 15h à 17h

1^{ère} séance - 18/09
02/10-6/11-04/12-08/01-05/02-05/03-
02/04-14/05-04/06

Avec Peggy Pokee / 250€ à l'année

Baraqueville

Macramé

Annulé

Atelier adultes pour apprendre à réaliser des accessoires. Sac, porte-clés, objet décoration

Environ 15 séances à l'année
Les 2^{ème} et 4^{ème} lundis du mois de 18h à 19h30

1^{ère} séance - lundi 14/09
14/09 - 28/09 - 12/10 - 09/11 - 23/11 - 14/12
- 25/01 - 22/02 - 22/03 - 19/04 - 10/05 -
24/05 - 14/06 - 28/06

Avec Séverine Roth / 135€ à l'année

Relaxation - Méditation

Une pratique simple qui favorise une détente physique et mentale profonde et un paisible équilibre émotionnel.

Tous les mardis de 18h30 à 19h30
Tous les vendredis de 18h30 à 19h30
Tous les dimanches de 8h45 à 9h45

Avec Gérard Bazoge / 30€ à l'année

Chantons ensemble !

Une guitare, un guitariste bien sur, des chansons Française et c'est parti pour des chants en petit coeur même si vous ne savez pas chanter ...

Tous les samedis de 11h à 12h

1^{ère} séance - 19/09

Avec Gérard Bazoge / 30€ à l'année

Naucelle

Parlons Anglais

Envie de parler anglais avec plus d'aisance et de confiance ? Séances conviviales et dynamiques centrées avant tout sur la communication et la confiance à l'oral.

Tous les lundis 19h à 21h

1^{ère} séance - Lundi 14/09

Avec Samantha Riley - 120€ les 10 séances

Tapisserie au point, atelier découverte

Découverte, techniques de tapisserie de décoration, fauteuil ...

Les 1^{er} vendredi du mois du mois de 17h à 19h

1^{ère} séance - vendredi 02/10
06/11 - 04/12 - 01/01 - 05/02 - 05/03 -
02/04 - 07/05 - 04/06 - 02/07

Avec Katie Taïeb / 30€ à l'année

Yoga sur chaise, relaxation, méditation

Lorque le coeur est en paix, l'esprit est au repos... Relaxation et méditation en groupe à partir de 15 ans.

Les 2^{ème} et 4^{ème} mercredis du mois de 17h à 19h (heure d'hiver) et de 18h à 20h (heure d'été)

1^{ère} séance - Mercredi 09/09
09/09 - 23/09 - 14/10 - 28/10 - 11/11 - 25/11 -
09/12 - 13/01 - 27/01 - 10/02 - 10/03 - 24/03 -
14/04 - 28/04 - 12/05 - 26/05 - 09/06 - 23/06

Avec Katie Taïeb / 30€ à l'année