

Association
**PHALSBOURG
LOISIRS**

PROGRAMME DES ACTIVITÉS
2024-2025

INFOS PRATIQUES

☐ Les activités hebdomadaires commencent à partir du :

23 septembre 2024 (sauf Jardin Musical)

☐ Pour participer à nos activités, il faut adhérer à l'association :

Carte Individuelle : 12 € - Carte Familiale : 18 €

☐ Vous souhaitez découvrir une activité ? La première séance est gratuite ! Attention, certaines activités ont une capacité d'accueil limitée.

☐ Première inscription ? Un **certificat médical d'aptitude** est nécessaire pour l'activité Yoga. Pour les enfants, l'inscription en Arts du Cirque nécessite de remplir un questionnaire, et de fournir un certificat médical en fonction des réponses.

☐ Les activités sont proposées sous réserve d'un nombre minimum d'inscrit-es.

☐ **Les inscriptions sont annuelles.**

Le règlement des activités peut être effectué en 3 chèques encaissés successivement dans les 3 mois suivant l'inscription.

☐ Remboursement/annulation : les informations relatives aux remboursement et/ou annulations figurent dans le règlement intérieur de l'association, disponible à l'accueil et sur le site internet de l'association.

☐ Stage d'une journée : les repas sont tirés du sac ou pris sous forme d' "auberge espagnole" (chaque personne amène quelque chose à partager).

☐ Les dossiers d'inscriptions sont disponibles sur le site de l'association : www.phalsbourg-loisirs.fr

☐ **Nouveau : Tarifs réduits !** Les étudiant-es/apprenti-es (18-26 ans), les personnes en recherche d'emploi bénéficiaires de l'ARE et les bénéficiaires des minimas sociaux (RSA, AAH, ASPA, ASS, ASI, ADA) bénéficient, sur présentation d'un justificatif, d'une réduction de 15% sur les activités suivantes : yoga, couture, vannerie, poterie/modelage.

QUI VEUT FAIRE QUOI ?

Pour les petits

- Arts du Cirque : dès 3 ans p. 06
- Jardin musical : de 1 à 4 ans..... p. 07
- Arts Plastiques : de 6 à 10 ans p. 10
- Les vacances : dès 4 ans p. 14

Pour les plus grands

- Yoga : adultes p. 04
- Les Jeudis de l'amitié : adultes p. 04
- Atelier Couture : adultes et ados p. 05
- Improvisation théâtrale : de 12 à 17 ans p. 06
- Club Jardin : adultes p. 08
- Vannerie : adultes p. 09
- Poterie/modelage : adultes et ados p. 10
- Stages et initiations p. 11
- Le Club Ados p. 13
- Moselle Jeunesse et les vacances des ados p. 15

Pour les familles

- Le Coin des Parents..... p. 16
- Les Cafés-doudou..... p. 17
- Samedi de jouer p. 18



YOGA



Un travail postural dans l'accompagnement du souffle afin d'acquérir souplesse et paix intérieure. Les cours sont dispensés par une enseignante diplômée de la Fédération Française de Hatha Yoga.

Adultes

Mardi

18h00 - 19h30

Mercredi

9h30 - 11h00

Lieu : École primaire de Trois-Maisons

Tarifs : Phalsbourgeois : 200 € - Extérieurs : 230 €

Intervenante : Aline Lebez



LES JEUDIS DE L'AMITIE

Club de bricolage autonome.

Contact : Huguette Moutier - 03.87.24.17.89

ATELIER COUTURE

Partagez un moment de détente tout en apprenant les bases de la couture. Claudine vous guidera dans vos travaux et vos choix. Atelier créatif mais aussi pratique pour apprendre à retoucher et customiser vos vêtements.

Adultes et adolescents

Jeudi

18h00 - 20h00

Vous êtes intéressé-es par cette activité, mais le cours est complet ? N'hésitez pas à nous faire signe par mail à contact@phalsbourg-loisirs.fr

Nous pourrions ainsi étudier la possibilité d'ouvrir de nouveaux créneaux si la demande le permet.

Lieu : Salle des Fêtes de Phalsbourg

Tarifs : Phalsbourgeois : 210 €

Extérieurs : 240 €

Intervenante : Claudine Zell

Cette saison encore, Claudine vous propose également des **stages de Couture**, à découvrir en page 11 et 12.



ARTS DU CIRQUE



Découvrir son corps de manière ludique, développer son équilibre et ses capacités motrices, manipuler des objets de jonglerie, laisser s'exprimer sa créativité... C'est tout un monde de découvertes qui s'ouvre aux enfants dans les ateliers d'Arts du Cirque !

Cette activité nécessite une tenue souple et des chaussons de gym. Un questionnaire santé doit être rempli en amont.

5 - 6 ans	Mercredi	9h00 - 10h00
3 - 4 ans	Mercredi	10h00 - 11h00
7 ans et +	Mercredi	11h00 - 12h00

Répartition par âge indicative, susceptible d'être harmonisée par l'association en fonction du nombre d'inscrits.

Lieu : Salle Weill, Phalsbourg

Tarifs : - Phalsbourgeois : 180 € - Extérieurs : 210 €

Intervenante : Anne Kretz

IMPROVISATION THÉÂTRALE

Dans cette forme de théâtre, tout est inventé sur le moment : on crée des scènes en équipe, en utilisant son imagination. Une activité riche en émotion, qui permet de développer sa créativité, son sens de l'humour et de la répartie, et son esprit collectif.

12 - 17 ans	Mardi	18h00 - 19h30
-------------	-------	---------------

Lieu : Salle des Fêtes, Phalsbourg

Tarifs : Phalsbourgeois : 210 € - Extérieurs : 240 €

Intervenant : Antonin Lars

JARDIN MUSICAL

Le jardin musical propose aux enfants de découvrir des univers sonores à travers comptines, chansons, jeux, manipulations d'instruments de musique et d'objets sonores. Les enfants pourront chanter, danser, jouer, écouter...

Enfants (1-4 ans) Samedi 1x/mois 11h00 - 12h00
Présence obligatoire d'un parent jusqu'à 3 ans
4 ans et + : Parents bienvenus

Dates : 14 septembre, 12 octobre, 16 novembre*, 7 décembre 2024*, 11 janvier, 1^{er} février, 1^{er} mars, 12 avril, 17 mai, 14 juin 2025

Lieu : Salle des Fêtes - Phalsbourg (*sauf séances de novembre et décembre, qui auront lieu à Phalsbourg Loisirs)

Tarifs : Phalsbourgeois : 55 € - Extérieurs : 65 €

Intervenante : Lucille Lisack



CLUB JARDIN

Club autonome dédié à l'aménagement et l'entretien du "Jardin des Mille Cailloux", le jardin pédagogique de l'association, selon les principes de la permaculture. Le Club Jardin se réunit régulièrement, en fonction des besoins du lieu et des participants.

Toutes les bonnes volontés et les idées de chacune et chacun seront les bienvenues pour un travail d'équipe dans la joie et la mise en commun des compétences de toutes et tous.

Adultes

Samedi 1x/mois environ

09h00-12h00

Dates : Les dates d'intervention sont fixées par le groupe en fonction des besoins.

Tarif unique : 40 €

Lieu : Locaux de Phalsbourg Loisirs et Jardin des Mille Cailloux



ATELIERS D'ARTS

Des ateliers conviviaux, à destination des adultes et des enfants, pour progresser dans la découverte de techniques variées.



VANNERIE

Atelier de découverte de techniques, de formes et de matériaux utilisés en vanneries de tous horizons. Cet atelier regroupe débutant-es et initié-es, l'entraide, les échanges et la convivialité y sont de mise... et les apprentissages se font à foison !

Adultes

Mercredi

19h00 - 21h00

Lieu : Atelier - Rue de l'hôpital

Tarifs : Phalsbourgeois : 290 € - Extérieurs : 320 €

Prévoir une participation pour l'achat de fournitures durant l'année.

Intervenante : Pascale Frey



POTERIE/MODELAGE

Dans une ambiance conviviale et joyeuse, des ateliers pour découvrir le modelage de la terre, imaginer, créer et façonner des objets décoratifs ou utilitaires. Initiation ou perfectionnement à l'utilisation des émaux, des engobes et à toutes les techniques propres à l'argile ou à la porcelaine.

Adultes et ados	Mardi	19h00 - 21h00
	Mercredi*	10h00 - 12h00
	Jeudi*	9h00 - 11h00
	Jeudi	19h00 - 21h00

*Victimes de leur succès, ces deux créneaux sont déjà complets !

Nouveau créneau Mercredi 18h00 - 20h00

Lieu : Atelier - Rue de l'hôpital

Tarifs : Phalsbourgeois : 270 € - Extérieurs : 300 €

Prévoir une participation pour l'achat de fournitures durant l'année.

Intervenante : Florence Gaudry

ARTS PLASTIQUES ENFANTS

Un atelier d'arts plastiques pour laisser parler son imagination. Les enfants travaillent différentes techniques en fonction des projets : modelage, vannerie, structure métal et papier encollé, mosaïque... Tout un monde de sensations et de découvertes créatives dans une ambiance conviviale.

Enfants (6-10 ans) Mercredi 14h30 - 16h00

Lieu : Atelier - Rue de l'hôpital

Tarifs : Phalsbourgeois : 200 €
Extérieurs : 230 €

Intervenante : Pascale Frey



STAGES ET INITIATIONS

▷ **Stage de Couture - Démystifier la machine à coudre**

Un stage pour bien démarrer en couture, en démystifiant les bases d'une bonne utilisation de la machine à coudre (si possible, venir avec sa machine à coudre). Durant le stage, vous pourrez vous familiariser avec la machine (utilisation, fonctionnement et réglages) grâce à la réalisation d'un sac à vrac.

Tout public - niveau 1 - débutant

Dates : Samedi 16 novembre 2024

Horaires : 9h-12h et 13h-16h30

Lieu : Phalsbourg Loisirs

Tarif unique : 38 €

Intervenante : Claudine Zell



▷ **Stage de Couture - Réaliser un sac en bandoulière pour téléphone portable**

Un stage pour réaliser un objet en tissu aussi utile que joli !

Tout public - Niveau 1

Date : Samedi 30 nov. 2024 - **Horaires :** 9h-12h / 13h-16h30

Lieu : Phalsbourg Loisirs

Tarif unique : 38 € - **Intervenante :** Claudine Zell



▷ **Stage de Couture - Réaliser un tablier**

Découvrir les étapes de réalisation d'un tablier, fabriqué à partir des matériaux amenés par les stagiaires. Matériel nécessaire : 1m de tissu en coton, fil à coudre.

Tout public - niveau 1

Date : Samedi 18 janvier 2025

Horaires : 9h-12h et 13h-16h30

Lieu : Phalsbourg Loisirs

Tarif unique : 38 €

Intervenante : Claudine Zell



▷ **Initiation à la photographie numérique**

Découvrir son appareil, ses réglages, et les premières bases théoriques pour exploiter au mieux son matériel.

Adultes et Ados - Niveau débutant/

Tout type d'appareil

Date : Samedi 26 avril 2025

Horaires : 9h-17h

Lieu : Phalsbourg Loisirs

Tarif unique : 38 €

Intervenante : Mélanie Dumazeau



POINT INFORMATION JEUNESSE

Des envies, des projets ? Besoin d'aide pour la rédaction d'un CV, d'une candidature ? Ou simplement besoin de parler ?

Gratuit, anonyme et sans rendez-vous, le Point Information Jeunesse propose une information relative à de nombreux domaines : orientation, santé, sports, loisirs, culture.... Il suffit de contacter l'association pour être accompagné.

info Moselle Sud
Jeunes
EXPLORER LES POSSIBLES

LE CLUB ADOS

Un espace pour se retrouver entre ados !

Ouvert à minima une fois par semaine en période scolaire, le club ados est un local dédié aux jeunes. Canapés, baby-foot, matériel sportif et terrain attenant, c'est le lieu idéal pour se retrouver.

Des projets conçus par les jeunes, avec le soutien de l'équipe d'animation

Le Club Ados fonctionne avec un comité de jeunes gestionnaires, qui peuvent s'appuyer sur l'équipe de l'association pour monter leurs projets.

Le Club Ados, c'est aussi :

Des soirées animées, des repas, des débats, et ce que tu voudras (dans la limite du possible).



Ouvert aux jeunes né-es entre 2012 et 2007

Les jeunes né-es en 2013 peuvent prendre contact après les vacances de février pour envisager une inscription.

Tarifs : Accessible avec la carte de membre de l'association

Rappel : adhésion individuelle : 12€ / familiale : 18€

Prévoir une participation pour certains projets (repas, sorties,...)

LES VACANCES DES ENFANTS

Association de loisirs et d'éducation populaire, Phalsbourg Loisirs organise également des accueils de loisirs sans hébergement pour les enfants de 4 à 11 ans.

L'accueil se fait à la semaine.

Les inscriptions sont possibles dès la fin de la période de vacances précédente. Les places étant limitées, **n'hésitez pas à inscrire votre/vos enfant(s) dès que possible.**

Le premier accueil de loisirs de l'année scolaire a lieu durant les vacances de la Toussaint, du 21 au 31 octobre 2024.

Sous réserve de modifications, les accueils seront ouverts durant les vacances suivantes :

- Hiver 2025 : 2 semaines
- Printemps 2025 : 2 semaines
- Été 2025 : 5 semaines

A partir de 7 ans, le séjour "Tous à la Montagne"

Nous proposerons cet hiver encore notre traditionnel séjour à la montagne, en février, accessible à partir de 7 ans. Attention : places limitées !

Les inscriptions sont possibles dès la fin des vacances de la Toussaint.



Les accueils collectifs de mineurs sont soutenus par la CAF de la Moselle.

MOSELLE JEUNESSE

& LES VACANCES DES ADOS

A chaque période de vacances, l'association propose une semaine de fun à destination des ados dans le cadre du projet "Moselle Jeunesse" piloté par le Département de la Moselle. .

Le concept "Moselle Jeunesse", c'est une activité différente chaque après-midi, en partenariat avec les associations locales, des sorties ...

En été, même concept sur plusieurs semaines, avec également un accueil possible sur la journée complète.

L'équipe de l'association est à l'écoute des jeunes pour organiser d'autres activités durant les vacances, en fonction de leurs envies et de leurs projets.



LE COIN DES PARENTS

Le coin des parents, c'est un programme de rencontres et d'activités dédiées aux parents (et ouverts aux enfants), dont l'objectif est de proposer des espaces gratuits d'échanges, de partages d'astuces et d'expériences autour de la parentalité.

Il se décline en deux formules : les activités familles, et les cafés doudous.



LES ACTIVITÉS FAMILLES

Les activités familles ont lieu **les mercredis ou les samedis après-midis** hors périodes de vacances scolaires.

Pour servir de support à la rencontre, des activités ludiques parents-enfants sont proposées : elles donnent l'occasion à toute la famille de (se) découvrir ou redécouvrir, expérimenter et s'amuser ensemble.

Contact : Coralie Bressy - coralie.bressy@phalsbourg-loisirs.fr

Lieux : Communiqués à l'inscription en fonction de l'activité.

Tarifs : La première séance est gratuite, une participation répétée implique l'adhésion à l'association.



Dates et thèmes 2024 des activités familles :

- Mercredi 25 septembre, 14h-16h : Promenade des 5 sens

- Mercredi 02 octobre, 09h30-12h ou 13h30-16h00 :

Observons la nature

- Samedi 05 octobre, 15h-17h : Les émotions

- Mercredi 9 octobre, de 14h-16h : Ma routine

- Mercredi 6 novembre, 14h-16h : Expériences scientifiques

- Mercredi 20 novembre, 14h-16h : Atelier "Fait Maison"

- Samedi 30 novembre, 14h-16h : Atelier "Fait Maison"

- Mercredi 4 décembre, 14h-16h : Atelier Bredele

- Samedi 7 décembre, 14h-16h : Atelier Bredele

Les dates et thèmes de l'année 2025 seront disponibles sur le site Internet de l'association.

LES CAFÉS-DOUDOU

Le Café-Doudou est un espace d'accueil ouvert à tous les parents. Il a lieu **tous les mardis matins de 9h à 11h** (hors périodes de vacances scolaires).

Les parents peuvent venir seul-e-s, en couple, avec ou sans leurs enfants. C'est un moment convivial (café-gâteau) qui permet à chacun-e de s'exprimer sur son rôle de parent, ses astuces éducatives, ses questionnements, ses expériences, ... mais également une parenthèse légère entre adultes ! Ces temps de réflexion et de discussion peuvent être accompagnés par des professionnels.

Contact : Coralie Bressy - coralie.bressy@phalsbourg-loisirs.fr

Lieux : Salle de motricité de la Ribambelle, à Phalsbourg

Tarifs : La première séance est gratuite, une participation répétée implique l'adhésion à l'association.

SAMEDI DE JOUER

Un samedi par mois environ, un espace convivial et familial de découverte et de pratique de jeux de société

Accompagné-es par Yann et Magali, bénévoles de l'association Homo Ludens féru-es de jeux de société, profitez d'un moment en famille, entre ami-es ou même en solo, autour d'un jeu d'ambiance, de stratégie ou de rapidité.



Tout public

Samedi 1x/mois

14h00-18h00

Contact : Coralie Bressy - 07 88 44 80 20

Dates : 12 octobre, 16 novembre, 14 décembre 2024
11 janvier, 1er février, 8 mars, 26 avril, 17 mai, 14 juin 2025.

Lieux : L'activité "Samedi de jouer" se déplace ! Elle a en général lieu à Phalsbourg, à la Buvette de la Salle des Fêtes, mais peut également se délocaliser : contactez Coralie pour plus d'informations.

Tarifs : 1ère séance gratuite et sans engagement, puis adhésion à l'association (individuelle : 12€ / familiale : 18€)

La participation à l'activité "Samedi de jouer" implique l'acceptation du règlement disponible sur le site de l'association.

Association de loisirs et d'éducation populaire fondée en 1991, Phalsbourg Loisirs organise des activités variées en direction de tous les publics de Phalsbourg et environs.



L'association fait partie de la fédération départementale de la Ligue de l'enseignement.



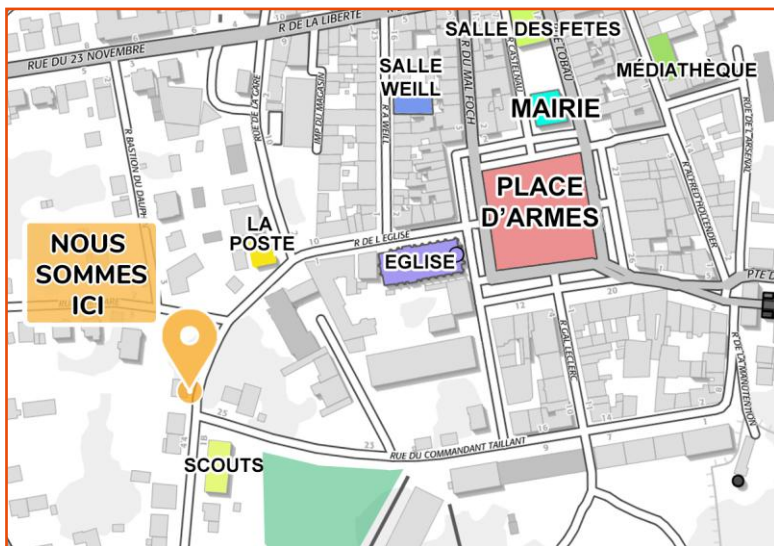
Nous menons nos actions grâce au soutien de nombreux partenaires, que nous remercions, en particulier :



Ville de Phalsbourg



CONTACT



Horaires du secrétariat :

(sous réserve de modifications ponctuelles)

Du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30

Lundi, mardi, jeudi et vendredi après-midi de 14h00 à 16h00

NB : bien que l'association et le service périscolaire municipal partagent les mêmes locaux et une partie de leur personnel, ce sont deux structures différentes. Nous vous remercions de ne pas utiliser l'adresse de l'association pour des inscriptions périscolaires.

Association Phalsbourg Loisirs

2, rue de l'hôpital - 57370 Phalsbourg

Tel : 03 87 24 19 74

Email : contact@phalsbourg-loisirs.fr

Site internet : www.phalsbourg-loisirs.fr

Retrouvez-nous sur Facebook :

<https://www.facebook.com/phalsbourg.loisirs/>

