



🏠 45 rue Lazare Garreau  
59000 Lille

☎ 03 28 55 38 20

✉ [contact@cslg.org](mailto:contact@cslg.org)

🔍 [centre-social-lazare-garreau-lille.fr](http://centre-social-lazare-garreau-lille.fr)

**Vous pouvez nous suivre sur :**



facebook



instagram



tiktok



Retraite & Santé au travail



Association loi 1901  
Adhérente à la Fédération des Centres Sociaux  
N° Siret : 439 875 154 00015  
Imprimé par nos soins  
Ne pas jeter sur la voie publique

**Programme du secteur**

**☀ Adultes & Familles**

**Rentrée 2022**



## Lundi

**9h/10h - SOPHROLOGIE**  
le 1<sup>er</sup> lundi du mois avec Marion

**14h/16h - ATELIER TRICOT**  
au 1<sup>er</sup> étage

**14h/16h - FRANÇAIS (NUMÉRIQUE ET CONVERSATION)**  
au 1<sup>er</sup> étage avec Ourida

**18h30/19h30 - WORK-OUT \***  
en salle polyvalente avec Sylvain

## Mardi

**9h/11h - FRANÇAIS (DÉBUTANT)**  
au 1<sup>er</sup> étage

**9h/12h - FORMATION DILF/DELF**  
au 1<sup>er</sup> étage avec Haleh

**10h/12h - ATELIER AUTONOMIE NUMÉRIQUE (CARSAT)**  
au cyber-espace avec Mohamed

**12h/13h - WORK-OUT \***  
à la salle Jean Calin avec Sylvain

**14h/16h - AIDE AUX DÉMARCHES EN LIGNE**  
uniquement sur rendez-vous au 1<sup>er</sup> étage avec Ismail

**14h/16h30 - ATELIER COUTURE \***  
au 1<sup>er</sup> étage avec Martine

**18h30/19h30 - COURSE À PIEDS \***  
à la Halle de Glisse avec Sylvain

## Mercredi

**9h30/12h - ATELIER CUISINE (LE 1<sup>er</sup> MERCREDI DU MOIS)**  
en cuisine avec Fatiha

**12h/14h - AUBERGE ESPAGNOLE (LE 1<sup>er</sup> MERCREDI DU MOIS)**  
en salle polyvalente

**18h30/20h - FITNESS \***  
en salle polyvalente avec Myriam

## Jeudi

**9h/12h - FORMATION DILF/DELF**  
au 1<sup>er</sup> étage avec Haleh

**10h/12h - ATELIER AUTONOMIE NUMÉRIQUE (CARSAT)**  
au cyber-espace avec Mohamed

**12h/13h - WORK-OUT \***  
à la salle Jean Calin avec Sylvain

**14h/16h - AIDE AUX DÉMARCHES EN LIGNE**  
uniquement sur rendez-vous au 1<sup>er</sup> étage avec Ismail

**14h30/16h - GYM DOUCE SENIOR \***  
en salle polyvalente avec Sylvain

**18h30/19h30 - DJAMBOOLA \***  
en salle polyvalente avec Florent

## Vendredi

**9h/11h - FRANÇAIS (AVANCÉ)**  
au 1<sup>er</sup> étage

**14h/17h - PSYCHOLOGUE**  
avec Madame Denoyelle au 1<sup>er</sup> étage et sur rendez-vous

**\* Activités avec une participation supplémentaire.**

## Inscription

Pour les ateliers d'informatique seniors et adultes inscrivez-vous auprès de Mohamed et Ismail. Pour les autres activités c'est auprès de Sabrina du lundi au vendredi. Vous pouvez faire une séance d'essai (dans la limite des places disponibles).

Les activités adultes sont réservées aux adhérents. Elles s'effectuent de septembre à juin et ne sont pas maintenues durant les vacances scolaires.

### POUR ADHÉRER AU CENTRE

Il vous faudra présenter une attestation CAF complète ainsi qu'un justificatif de domicile. L'adhésion coûte 5€ (2€ si vous êtes bénéficiaire du RSA, de l'AH,... sous présentation d'un justificatif). Elle doit être réglée par chèque ou en espèce et renouvelée à chaque année civile.

### POUR LES ACTIVITÉS SPORTIVES

Il faudra, lors de votre inscription, fournir un certificat médical (attestation d'aptitude à la pratique sportive délivrée par un médecin).

Les tarifs varient selon le nombre d'activités sportives choisies :

- 1 activité = 35€
- 2 activités = 60€
- 3 activités = 80€
- 4 ou 5 activités = 100€