



ça va se passer près de chez vous !



Adhésion annuelle de 5 € (valable du 1/09/23 au 31/08/24)
 Pour les activités : **Réservation obligatoire** auprès d'Anaïs
 au secrétariat du CSCS LL au plus tard 2 jours avant.

- Activités réservées aux adultes
- Activités en famille : parents, enfant, grands-parents, tata, tonton, nourrice...

| Les activités hebdomadaires | | → Cours de Français (FLE) : les mardis de 14h à 16h → Baby Gym : les jeudis de 9h45 à 11h → Atelier Couture : les vendredis de 9h30 à 11h30 → Histoires en famille : 1 mercredi par mois à partir de 14h30 → Café Parents/Enfants (non scolarisés) : les vendredis de 10h à 12h | |
|-----------------------------|--|---|---|
| Lundi 13 mai | 10h | Visite de l'Abbaye aux Hommes avec un guide conférencier. Rendez-vous sur place ou transport en mini-bus possible (!places limitées). | 3€/pers. sur réservation |
| Mardi 14 mai | 9h30 à 11h30  | Le Café Parents/Enfants reçoit une infirmière du « Cercle des parents » : temps d'échanges sur la parentalité. Ouvert à tous les parents d'enfants de - de 3 ans. (mail : lescerclesdesparents14@gmail.com) | Gratuit sur réservation au 06.25.62.23.13 ou mail |
| Mercredi 15 mai | 14h30 à 17h | Histoires en Familles à la Médiathèque le Phénix de Colombelles dès 4 ans avec parents, grands-parents... : Lecture d'histoires sur le thème du « Prends-en de la graine » suivie d'une activité manuelle. Rendez-vous à la Médiathèque | Gratuit |
| Vendredi 17 mai | 10h à 11h30 | Café Parents/Enfants: Premier pas vers l'Art, atelier gribouille, Jeux sensoriels et de construction. | Gratuit sur réservation |
| Mercredi 22 mai | 14h à 16h30 | Loisirs en Famille : sortie à la mer et atelier « Dessin en plein air » . Mini-bus à disposition | Gratuit sur réservation |
| Jeudi 23 mai | À partir de 17h30 | Ciné Vacances CAF pour les adultes Programme connu 10jrs avant. | 1,50€/pers. Ticket à l'accueil de Léo |
| Vendredi 24 mai | 10h à 11h30 | Café Parents/Enfants: Premier pas vers l'Art, atelier gribouille, Jeux sensoriels et de construction. | Gratuit sur réservation |
| Lundi 27 mai | 10h à 17h  | L'INSTANT ! Journée créative. Destiné aux parents et habitants pour échanger sur les projets du centre social et partager vos idées, vos envies... et aussi pour créer, peindre, coller, bricoler ensemble sur le thème « fleurs de saison » sur divers supports. Apportez votre pique-nique. | Gratuit sur réservation |
| Vendredi 31 mai | 10h à 11h30 | Café Parents/Enfants: Premier pas vers l'Art, atelier gribouille, Jeux sensoriels et de construction. | Gratuit sur réservation |

L'Actu Léo 5

2023
2024

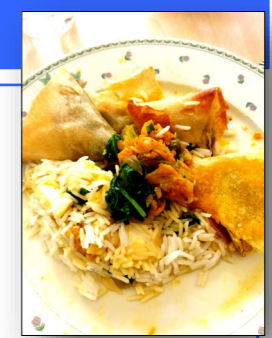


Atelier Cuisine



Jeudi 4 avril

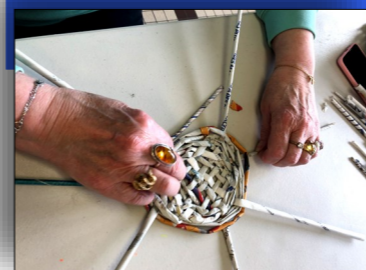
Atelier ouvert aux adultes adhérents du centre social. Confection de samoussas salés, sucrés et végétariens



L'instant !

Lundi 8 avril

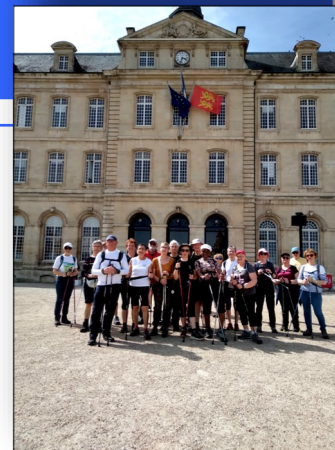
Atelier Eco : bannière, tressage de papier journal pour fabriquer des objets décoratifs. (ouvert à tous)



Marche Nordique

Vendredi 12 avril

Yannick, éducateur sportif du CSCS Léo Lagrange, a emmené son groupe de séniors marcher en centre-ville de Caen.



En plus de pratiquer une activité sportive, ils ont pu profiter d'un beau cadre ensoleillé.

Plongée-sous-marine



**S a m e d i
13
a v r i l**

Notre section plongée s'est mise en

mode recyclage RIFA Plongée/Apnée.

Une bonne révision des gestes de secourisme afin de lancer la saison plongée en toute sécurité.



Judo

**S a m e d i
13 a v r i l**



Samedi 13 avril avait lieu le circuit départemental de judo de Ouistreham. **Chez les benjamines, Tahnya termine 4^{ème} et Kali termine 1^{ère}.** Elles sont donc toutes les 2 qualifiées pour le critérium départemental du 4 mai prochain. A noter que Malo qui vient s'entraîner au club termine aussi 1^{er} de sa catégorie et il est aussi sélectionné pour le critérium départemental ! **Chez les poussins / poussines, nous avons eu 5 participants du club ! Loucas et Matt terminent tous les deux 3^{ème}, Pierrick termine 2^{ème}, Thaïs et Dorian terminent 1^{ère} et 1^{er} du circuit.** Nous attendons de connaître la sélection du comité départemental du Judo pour la remise des écussons organisée le 5 mai prochain !

Félicitations à tous !

Ces résultats viennent confirmer le très bon travail de notre section.



Qu'est-ce qui se passe à Léo ?



Programme :

9h30 - 12h30 - Colloque gratuit - ouvert à tous sur inscription

— 9h30 - Accueil des participants

— 10h - Ouverture du colloque

— 10h15 - Séquence 1 "La situation est préoccupante"

- Constat : un enjeu de santé publique qui devient une bombe à retardement

- Vidéo d'introduction du Pr François Carré et du Dr Michel Cymes

- Intervention du collectif "Pour une France en Forme"

- Point sur la situation régionale

— 10h35 - Séquence 2 "Mais elle est réversible"

- Présentation des politiques de l'État et de la Grande Cause Nationale

- Présentation des initiatives des grands acteurs

- Paris 2024

- Table ronde avec des acteurs régionaux (Département de l'Orne, Ville de Caen, Elbeuf, Communauté de communes des Villes Sœurs, Val de Reuil)

— 11h45 - Séquence 3 "Les raisons d'espérer"

- Les bonnes pratiques régionales ou actions exemplaires

- En milieu scolaire avec ICAPS

- En santé mentale avec l'EPSM de Caen

Après-midi et soirée - Ateliers d'activités sportives et sensibilisation - gratuit - ouvert à tous

— Des activités physiques adaptées sont proposées au cours de l'après-midi sur le parvis du Kindarena, dans le cadre de la semaine d'activité adapté animée par l'ETPE (ou Entente Tennis Plateau Est) : mini terrain de tennis, tennis de table, badminton, activités paraspport (fauteuil, céci activités, boccia), ateliers de motricité (base ball, marche, gym, danse).

On pourra également y retrouver des stands d'informations tenus par des Maisons Sport-Santé, des clubs labélisés, Rouen Sport, des CFA aux métiers du sport de forme et tournés vers la santé.

À 20h, une conférence "Bien dans sa tête, bien dans son assiette, bien dans ses baskets" aura lieu à l'UFR Santé de Rouen à destination des professionnels de santé et des étudiants.

Le samedi 20 avril, RouenSport proposera à 10h sur les quais rive gauche des activités de marche et de running.



Au cours du colloque, le CSCS Léo Lagrange est intervenu afin de partager son expérience et ses résultats obtenus sur le projet ICAPS en milieu scolaire.



Atelier Couture



Vendredi 26 avril

L'atelier Couture a été maintenu pendant les vacances scolaires. Cela a permis à des enfants de s'initier à l'utilisation de la machine à coudre.

Isabelle de l'association « La générale Marabille » est intervenue pour réviser les machines à coudre et aussi nous donner des conseils d'entretien du matériel.



Stage sportif



Du lundi 29 avril au vendredi 3 Mai

12 jeunes sont inscrits à notre traditionnel stage sportif. Ils ont pu pratiquer diverses activités sportives. Le vendredi, ils ont profité toute la journée des animations du parc « Bayeux Adventure ». Les jeunes sont vraiment ravis de cette semaine qui s'est terminée par une très belle journée d'aventure au parc !

Sortie au Parc de la Baleine

Mardi 30 avril

Sortie à la mer en famille au parc de la Baleine.

Grands-parents et petits-enfants ont profité toute la matinée des lieux et ont partagé un moment convivial !



Atelier Cuisine



Mardi 16 avril

Le collectif d'habitants « Le festin de Léo » s'est réuni pour confectionner le dessert du repas PJJ du lendemain comme prévu.

Une panna cotta à la vanille et son coulis de framboise, puis un croustillant au chocolat ont été réalisés.



Regroupement sportif PJJ



Mercredi 17 avril

Nous avons accueilli les jeunes de la PJJ pour un dernier regroupement avant les finales du Challenge Michelet. Une cinquantaine de jeunes sélectionnés pour représenter le grand ouest se sont retrouvés à Colombelles et Mondeville pour se préparer aux différentes compétitions sportives (rugby, football, basket-ball, athlétisme).

Nos éducateurs sportifs ont assuré l'organisation qui a été une grande réussite !



Le repas du midi a été préparé par un collectif d'habitants du centre social (tous les bénéficiaires iront au financement d'une sortie culturelle collective pour les adhérents du centre social).





Atelier Cuisine

M e r c r e d i 1 7 A v r i l

Le collectif d'habitants « Le festin de Léo » s'est réuni afin de confectionner un plat de poulet basquaise et des tortis. Ensuite, un buffet a été installé et les jeunes de la PJJ sont venus déjeuner pour reprendre des forces !



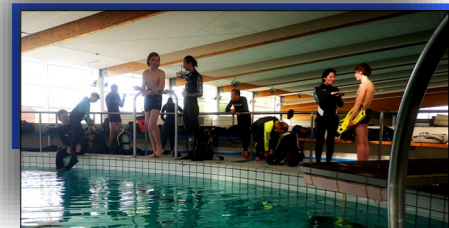
Histoires en Famille

M e r c r e d i 1 7 A v r i l

En partenariat avec la médiathèque de Colombelles, Esther a lu des histoires aux familles sur le thème prédéfini « Le sport ».

Ensuite, Esther et Christine, animatrice à la médiathèque, ont proposé une **activité manuelle** en lien avec le thème : création de fanions, réalisation d'une fresque collective en collage sur les JO et jeux de société autour du sport.

L'animation s'est terminée par un goûter. Ce moment est toujours très apprécié par les familles.

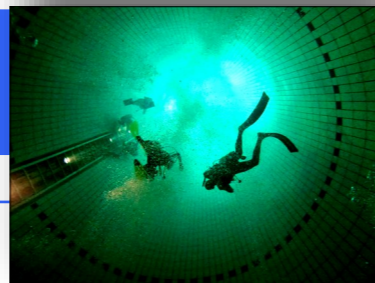


Plongée

S a m e d i 2 0 a v r i l

Notre section plongée s'est déplacée au centre aquatique de Conflans afin de profiter de leur fosse de 19m de profondeur.

Une bonne séance d'apnée pour nos plongeurs et une belle expérience.



Stage DEMOS



**D u l u n d i 2 2 e t
m a r d i 2 3 a v r i l**

A l'approche des deux concerts de juin, notre groupe **DEMOS** s'est retrouvé avec les autres jeunes de Caen la Mer pour un stage de répétition les lundi 22 et mardi 23 avril.

Au programme, répétition des musiques, d'un chant et découverte des percussions avec un groupe de **BATUCADA**. Nous avançons bien dans les répétitions et la découverte des percussions nous a permis de progresser sur la partie body clap.



Concours de dessin JO Paris 2024

M e r c r e d i 2 4 a v r i l

Les vainqueurs de notre concours ont eu le plaisir de visiter les studios TV de l'Équipe. Ils ont pu prendre la place des chroniqueurs de l'Équipe de Choc, découvrir l'envers du décor avec la salle de régie et ces nombreux

écrans, découvrir la grande salle avec tous les ordinateurs. Ils ont échangé avec le réalisateur et ont même croisé quelques chroniqueurs bien connus. Ils sont repartis avec un cadeau du responsable de l'Équipe...

Une journée à Paris ne peut pas se finir sans voir la Tour Eiffel. Ils ont pu voir le montage des tribunes du Trocadero et le grand palais éphémère qui accueillera la compétition de judo.

Une journée riche qui a été un bon moment d'échanges.

Merci à Heidi, bénévole du centre social pour sa participation !

