

ATELIER	1ER JOUR ET HEURE	TARIF
---------	-------------------	-------

PEINTURE **MERCREDI 7 OCT**
14H À 16H30 **176 €**
1 FOIS/MOIS

Venez découvrir et explorer de nouvelles techniques à travers un atelier de peinture dédié aux débutants comme aux initiés. Animé par Claire Colonier, cet atelier propose soutien, accompagnement et conseils autour de projets personnels, avec l'exploration de différentes techniques plastiques. Apportez votre matériel.

Engagement à l'année – Possibilité de régler en 3 fois.
Prochaines dates : 4 novembre 2026 / 2 décembre 2026 / 6 janvier 2027 / 3 février 2027 / 3 mars 2027 / 7 avril 2027

QI GONG **MARDI 22 SEPT À BRÉTIGNOLLES**
9H30 À 10H45 **161 €**
MERCREDI 23 SEPT À CERIZAY
18H30 À 19H45

Le Qi Gong est une «gymnastique énergétique», en lien avec la Médecine Traditionnelle Chinoise. Il se pratique en réalisant des mouvements doux, en harmonie avec la respiration. Cette discipline est accessible à tous. Elle favorise la souplesse, la détente du corps et de l'esprit, facilite la concentration... Chaque séance se termine par un temps de relaxation. Engagement à l'année – Possibilité de régler en 3 fois.

REPAIR **SAMEDI 12 SEPT**
CAFÉ 9H30 À 12H **ADHÉSION**
1 FOIS/MOIS

C'est un espace collaboratif où des bénévoles passionnés aident à réparer objets et appareils du quotidien, évitant ainsi leur mise au rebut. C'est un lieu de partage de savoir-faire. On y vient avec un objet cassé et on repart avec des conseils. Lieu : Salle Marie Berthelot à Courlay
Prochaines dates : 10 octobre 2026 / 14 novembre 2026 / 12 décembre 2026 / 9 janvier 2027 / 13 février 2027 / 13 mars 2027 / 10 avril 2027 / 15 mai 2027 et 12 juin 2027

NOUVEAUTÉS

ATELIER	1ER JOUR ET HEURE	TARIF
---------	-------------------	-------

MODELAGE **JEUDI 1ER OCT**
14H30 À 16H30 **23 €**
la séance

Venez découvrir le plaisir de créer avec vos mains lors de notre atelier poterie ! Accessible à tous, débutants comme initiés, cet atelier est un moment de détente et de créativité. Vous apprendrez les bases du modelage et pourrez réaliser des objets utiles ou décoratifs en terre non alimentaire, dans une ambiance conviviale et bienveillante.

Matériel à prévoir : une plaque ou un plateau en bois au format A3 pour emporter vos pièces.

Prochaines dates : 3 décembre 2026 / 4 février 2027 / 1er avril 2027

UPCYCLING **VENDREDI 18 SEPT**
20H À 22H **29€**
la séance

Une soirée placée sous le signe de la création et de la transformation.

Isabelle, de La Parenthèse Éco, propose un cycle d'ateliers d'upcycling organisé tous les deux mois.

L'objectif : imaginer, détourner et fabriquer de petits objets ou cadeaux uniques, dans une démarche à la fois créative et responsable.

Prochaines dates : 13 novembre 2026 et 15 janvier 2027

ADHÉSION OBLIGATOIRE LORS DE L'INSCRIPTION
10€ INDIVIDUELLE ET 15€ FAMILIALE
(VALABLE DE SEPTEMBRE 2026 À AOÛT 2027)

RÉSIDENCE DU BOCAGE
9 Rue du Pas des Pierres - 79140 CERIZAY
Tél : 05 49 80 57 63 - contact@cerizeen.csc79.org
www.cerizeen.csc79.org



ATELIERS Adultes

S'INSPIRER, CRÉER, PARTAGER

AU CENTRE SOCIOCULTUREL DU CERIZÉEN
INSCRIPTION JUSQU'AU 2 OCTOBRE 2026



Pour découvrir,
créer, échanger,
se détendre...
ensemble !

À DÉCOUVRIR EN SEPTEMBRE
PROGRAMME DE SEPTEMBRE 2026
À JUIN 2027



ATELIERS

sans intervenant

Des ateliers en autonomie, pour partager vos savoirs, vos passions et vos envies !

ATELIER	1ER JOUR ET HEURE	TARIF
---------	-------------------	-------

**CAFÉ TRICOT
BRODERIE
CROCHET**

VENDREDI 4 SEPT
14H À 16H30
1 FOIS/SEMAINE

**6 €
l'année**

Venez partager un moment convivial ! L'occasion idéale pour rencontrer du monde, s'enrichir mutuellement et découvrir de nouvelles techniques ensemble.

COUTURE

JEUDI 17 SEPT
14H À 17H
TOUS LES 15 JOURS

**6 €
l'année**

Venez réaliser vos projets, sous l'œil expert de bénévoles passionnées, qui vous partageront leurs conseils ! Chacun va à son rythme dans la fabrication et dans son apprentissage. Apportez votre machine.

CUISINE

LUNDI 14 SEPT
14H À 17H
TOUTES LES 3 SEMAINES

**51 €
l'année**

Venez partager vos connaissances culinaires autour d'une recette et la préparer avec plaisir et convivialité !

**DOIGT AGILES
PAPILLES
GOURMANDES**

LUNDI 14 SEPT
9H30 À 12H
1 FOIS/SEMAINE

**26 €
l'année**

Un atelier pour partager un agréable moment autour de la cuisine, du bricolage. Des savoir-faire partagés.

INFORMATIQUE

RÉUNION DE LANCEMENT
MARDI 15 SEPT
À 14H30

**26 €
l'année**

Vous avez déjà utilisé l'outil informatique, mais vous souhaitez approfondir vos compétences. Vous aimeriez être plus à l'aise avec l'ordinateur... Alors, l'atelier informatique est fait pour vous !

ATELIER	1ER JOUR ET HEURE	TARIF
---------	-------------------	-------

MARQUETERIE

LUNDI 14 SEPT
14H À 17H
1 FOIS/SEMAINE

**6 €
l'année**

Venez créer vos propres décors en bois ! Apprenez à découper et coller des placages pour personnaliser tableaux, boîtes et mobiliers. A votre charge : coût du bois

VANNERIE

MARDI 15 SEPT
14H À 17H
1 FOIS/SEMAINE

**36 €
l'année**

Venez vous initier au tressage du rotin et de l'osier dans une atmosphère chaleureuse et détendue !

ATELIER JARDIN

MERCREDI 9 SEPT
14H30 À 17H
TOUS LES 15 JOURS

ADHÉSION

Que vous ayez la main verte ou que vous débutiez, venez mettre les mains dans la terre ! Rejoignez notre atelier jardinage pour partager astuces et bonne humeur. Au programme selon les saisons : semis, plantations, arrosage, désherbage et cueillette !

**AU DELÀ DES
MOTS**

**JOURS ET HEURES
VARIABLES**
1 FOIS/SEMAINE

**10 €
l'année**

Vous souhaitez apprendre ou réapprendre le français, à l'oral comme à l'écrit ? Des bénévoles proposent aux adultes des séances adaptées, en individuel ou en collectif, afin de progresser à leur rythme.

DES ATELIERS OU CHACUN
VIENT AVEC SES IDÉES, SES ENVIES
ET PARTAGE SES COMPÉTENCES !

Envie de proposer un nouvel atelier ?
Parlez-en à l'équipe du Centre Socioculturel !

ATELIERS

avec intervenant

Des ateliers animés par des intervenantes pour apprendre, découvrir et se perfectionner.

ATELIER	1ER JOUR ET HEURE	TARIF
---------	-------------------	-------

ART FLORAL

JEUDI 15 OCT
9H30 À 11H45

**32€
la séance**

Exprimez votre créativité au fil des saisons ! Venez composer vous-même vos bouquets et arrangements de fleurs. Une ambiance chaleureuse vous attend pour ces 5 rendez-vous annuels. Avec La Malle à idées.
Prochaines dates : 17 décembre 2026 / 11 février 2027 / 25 mars 2027 / 17 juin 2027

**COCINELLE
DEMOISELLE**

MERCREDI 16 SEPT
CHÂTEAU DE SANZAY
20H30 À 22H30
1 FOIS/MOIS

**40 €
l'année**

Débutants ou initiés, venez explorer le répertoire des chants pour enfants sous l'œil bienveillant d'une professionnelle. Un rendez-vous mensuel et convivial à retrouver dans les Centres socioculturels du Bocage (Cerizay, Nueil Les Aubiers, Bressuire, Mauléon, Argentonny). Covoiturage organisé.

COUTURE

JEUDI 8 OCT
9H30 À 12H30 OU 14H À 17H

**30 €
la séance**

À vos aiguilles, prêts, cousez ! Rejoignez les ateliers créatifs de Mam'zelle Marie et partagez des sessions de couture de 3h au milieu des fils et des ciseaux. Avec Gabrielle Didier.
Matériel requis : venez avec votre machine !
Prochaines dates : 10 décembre 2026 / 11 février 2027 / 8 avril 2027 / 10 juin 2027

**ACTIVITÉ
PHYSIQUE
ADAPTÉE**

MERCREDI 9 SEPT
9H15 À 10H15
1 FOIS/SEMAINE

**115 €
l'année**

Intervention réalisée par l'Ecole Découverte Sports Bocage, activité de gym adaptée au besoin et bien-être des personnes présentes. Elle permet d'améliorer la qualité de vie, de créer du lien social et de prévenir des risques liés à la santé.
Engagement à l'année - Possibilité de régler en 3 fois.