



PROGRAMME 2024/2025
MAI/AOÛT 2025

LE CENTRE SOCIOCULTUREL ÉCLAT DE VIE D'UGINE

CENTRE SOCIOCULTUREL ÉCLAT DE VIE
ESPACE ADMINISTRATIF :
60 PLACE DU MONUMENT AUX MORTS
ESPACE D'ACTIVITÉS :
12 ALLÉE ANDRÉ CERBONNEY
TÉL. : 04.79.89.70.29
CENTRE-SOCIOCULTUREL@UGINE.COM
WWW.UGINE.COM  UGINE MAIRIE

INFORMATIONS PRATIQUES

HORAIRES

Du lundi au Jeudi : 8h30 à 12h et 13h30 à 18h / Vendredi : 13h30 à 17h00.

ADHESION

Valable du 1er juillet au 31 août de l'année suivante, l'adhésion est obligatoire pour participer aux activités proposées.

Adhésion individuelle : 5€ / Adhésion famille : 9€

INSCRIPTION

Inscription et règlement de l'activité choisie auprès de l'accueil de l'Éclat de Vie. Le tarif varie en fonction du quotient familial, du lieu de résidence et du type d'activité. L'Éclat de Vie se réserve le droit d'annuler une activité en cas d'inscriptions insuffisantes ou en fonction des conditions météorologiques.

CARTE LOISIRS MULTIPASS 3-17 ans

Pour les jeunes ugiinois, pensez à la carte ! Réservée aux Ugiinois, la Carte Loisirs Multipass permet de bénéficier d'avantages pour les activités sportives, culturelles et de loisirs tout au long de l'année.

LES PERMANENCES DES PARTENAIRES

Centre Social du Département (ex CPAS) : sur rendez-vous au 04 79 44 54 65.

Protection Maternelle et Infantile (PMI) : sur rendez-vous au 04 79 44 54 65.

Mouvement Vie Libre – Infos/soutien addiction alcool : permanence le 4ème vendredi de chaque mois sans rendez-vous à partir de 14h00 (pas de permanence durant les vacances)

Mission Locale Jeunes : sur rendez-vous au 04 79 31 19 19.



ACCOMPAGNEMENT DANS VOS DEMARCHES

GRATUIT SUR INSCRIPTION AU 04 79 89 70 29

Les conseillères France Services et la conseillère numérique Arlysère vous proposent des rendez-vous réguliers autour du numérique et de l'emploi, au Centre Socioculturel :

ATELIER COUP DE POUCE NUMERIQUE



France
services

- **Mercredi 14 mai de 14h00 à 16h00 : Mon compte caf.fr et monenfant.fr, comprendre le fonctionnement du compte et des aides.**
- **Mercredi 21 mai de 10h00 à 11h30, spécial semaine de la parentalité : "Internet et parentalité : guider sans brider"**

Accompagner les parents vers une autonomie sécurisante et bienveillante autour des écrans, en favorisant la communication avec leurs enfants. Sensibiliser à l'usage d'internet et à la protection de l'image des enfants. »

- **Mercredi 11 juin de 14h00 à 16h00 : Gérer ses photos numériques**

Le Jeudi de L'EMPLOI

NOUVEAU

Chaque 3ème jeudi du mois de 9h à 12h

ACCES LIBRE SANS RENDEZ-VOUS

- ▶ Accès aux offres d'emploi avec une agence d'intérim
- ▶ Aide CV/Lettres de motivation

AIDE AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

- Accès libre à un ordinateur au sein du Centre Socioculturel
- Aide aux démarches administratives – RDV au 04.79.89.70.29

APPRENTISSAGE/PERFECTIONNEMENT DU FRANÇAIS

Cours individuels ou collectifs de Français par l'Association AGIR Abcd.
Apprentissage/Perfectionnement des bases de l'oral à l'écrit.
Ateliers gratuits, adhésion obligatoire

LES SORTIES...

LES CONFÉRENCES... À 20h30 au Cinéma – Entrée libre

🌀 Jeudi 15 mai : Soirée voyage à vélo

Dans le cadre de la fête du vélo du 12 au 16 mai, prenez part à une soirée évasion en vélo avec la projection d'un documentaire et partages d'expériences.

MAI
à vélo

🌀 Jeudi 22 mai : L'autonomie, c'est faire confiance

Proposée dans le cadre de la semaine de la parentalité, animée par Emmanuel Delessert, Professeur de philosophie à Annecy, conférencier, musicien et organisateur d'événements culturels.

LES SORTIES FAMILIALES...

Balade et quiz d'orientation au plateau des Glières

Une promenade facile, à faire en famille, à la découverte du plateau des Glières et de son histoire. Goûter offert.

Samedi 21 juin

Uginois de 4.70€ à 10.90€
Extérieurs de 10.90€ à 14.00€

Mercredi 16 juillet

Uginois de 8.40€ à 19.50€
Extérieurs de 19.50€ à 25.10€

Grand Parc d'Andilly d'été

Au cœur d'un parc de plus de 15 hectares, plongez dans 2 univers très convoités par petits et grands : la famille Noël et les Epouvantails
Jeux géants, attractions familiales, spectacles d'oiseaux nocturnes, de la danse, de la Magie, des animaux, le Tout en pleine nature !

Sortie lyonnaise :

Balade en bateau sur la Saône/Parc de la tête d'or

La balade en bateau vous permettra de découvrir sous un autre angle les monuments emblématiques de la ville.

Le parc de la tête d'or, ses espaces verts sont le théâtre de nombreuses activités : zoo, manèges, boutiques, spectacles, jardin botanique...

Samedi 9 août

Uginois de 9.20€ à 21.40€
Extérieurs de 21.40€ à 27.50€



LES BALADES À VÉLO...

Ça vous dit une escapade à 2 roues ?

On pédale à fond, mais pas trop vite, promis !

- **Vendredi 13/06 direction plage de Doussard**
- **Vendredi 18/07 direction plage des Palmettes à Verthier**
Pour les courageux, départ de l'Espace d'Activités à 17h00.
Sinon, un départ est prévu de Faverges, transport vélos et participants assurés par l'Éclat de Vie.
- **Vendredi 08/08 direction le Plan d'eau de Marlens**

Infos pratiques

Balade de 16h45 à 21h30 / Prévoir le pique-nique /
Casque recommandé et obligatoire pour les 12 ans et moins / Prêt de vélos possible.



À VOS AGENDAS, ÉVÉNEMENTS À VENIR...

Le Centre Socioculturel organise et participe à différents événements tout au long de l'année, les programmes seront disponibles sur  UGINE Mairie.

La fête du vélo du 12 au 16 mai 2025

Animations dédiées aux 2 roues sous toutes leurs formes, organisées par le Centre Socioculturel, à retrouver dans le programme Mai à vélo piloté par Arlysère.



Le printemps des marmots du 12 au 24 mai 2025

Manifestation dédiée aux parents et enfants de 0 à 6 ans, autour d'actions culturelles et d'activités d'éveil adaptées aux tout petits du territoire Arlysère.



La semaine de la parentalité du 17 au 24 mai 2025

En partenariat avec la CAF, une semaine pour partager en famille des activités sur le thème : « Accompagner l'enfant vers l'autonomie ».



UGINE Fête l'été le vendredi 4 juillet 2025

Venez fêter l'été avec nous autour d'un maximum d'activités en libre accès.

Fête des Montagnes le dimanche 31 août 2025

Retrouvez les stands animés par les habitants bénévoles du Centre Socioculturel.

PROJETS COLLECTIFS AVEC LES HABITANTS BÉNÉVOLES

AU JARDIN...



Le jardin partagé

Le Centre Socioculturel a créé 2 espaces collectifs pour jardiner « Le jardin partagé », à l'EHPAD et à l'Espace d'Activités du Centre socioculturel.

Ils offrent la possibilité aux habitants de se rencontrer, de partager des savoir-faire ou de découvrir le potager.

Vous êtes intéressés par le jardinage ? Contactez-nous et partageons ensemble cette nouvelle expérience qui apporte au-delà du jardin, du lien social autour d'un lieu de vie agréable.



Grainothèque,

partageons nos graines de fleurs, de fruits ou du potager

Une Grainothèque est mise à la disposition de tous les jardiniers amateurs ou confirmés, sur **rendez-vous avec Baptiste LANGLE, contactez le Centre Socioculturel.**

La Grainothèque est réapprovisionnée par les habitants bénévoles du groupe «Grainothèque/Jardin partagé», et toute autre personne souhaitant participer à cette démarche de partage.

Le principe est simple : déposez, échangez, retirez les graines de votre choix pour poursuivre la démarche !

LE MARDI DU JARDIN DE 20H00 À 22H00

Débutants, curieux, habitués du jardin, retrouvons nous autour d'un verre pour échanger questions, conseils et expériences au jardin.

Accès à la Grainothèque pour échanger des graines.

Soirées animées par Baptiste Langle, passionné et formé en permaculture, habitant ugiinois et bénévole de l'Éclat de Vie.

Deux rendez-vous vous sont proposés les conférences sur un thème précis et les perm'apéro basées sur de l'échange libre :

Espace d'Activités du Centre Socioculturel Éclat de Vie :

Mardi 13 mai : Conférence "Jardinage et bouleversement climatique"

Mardi 27 mai : Perm'Apéro

Mardi 10 juin : Conférence "Conservation des fruits et légumes"

Mardi 24 juin : Perm'Apéro

LE MARDI DE LA PHOTO AVEC les reporters de l'Éclat de Vie

Transmettre son savoir, sa passion, c'est formidable. Créer des projets, c'est fantastique.

Parce que vous êtes des passionnés de photo ou aimeriez découvrir cet univers, venez intégrer le groupe des Reporters pour partager et apprendre ce milieu fascinant.



Le mardi de 18h00 à 20h00
à l'Espace d'Activités du
Centre Socioculturel.

En extérieur en fonction des projets :

Le lundi de 9h00 à 19h00

Le mardi de 9h00 à 12h00

Accès libre et gratuit

LE VENDREDI DU BRICOLAGE AVEC

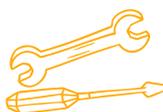
les Bricol'heureux de l'Éclat de Vie RÉPARONS ENSEMBLE

Que faire d'une chaise au pied branlant ?

D'un grille-pain qui ne marche plus ?

Les jeter ? Pas question !

On essaie de les remettre en état en bricolant... vous pouvez rejoindre l'équipe et partager votre savoir-faire.



Dernier vendredi de chaque mois,
de 16h30 à 19h00 :

- 23 mai à l'Espace d'Activités du Centre Socioculturel
- 27 juin à la Maison du Cottaret

Accès libre et gratuit

NOUVELLE FORMULE

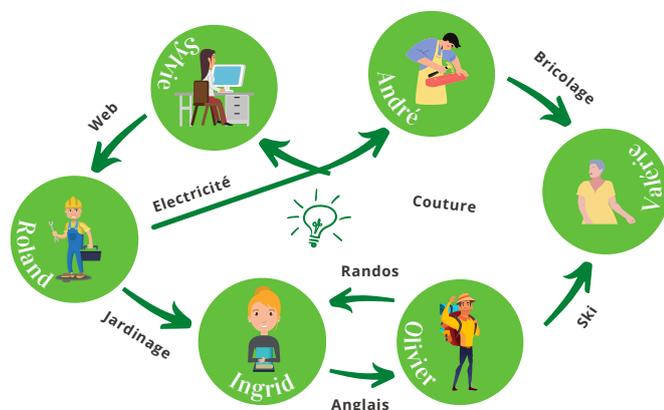
LE VENDREDI, ÉCHANGÉONS NOS SAVOIRS

Les rencontres « TROK'SAVOIRS » avec nos bénévoles

Et oui !!! Vous n'avez peut-être pas conscience, mais nous avons tous des talents !

Christelle, Cindy et Claude vous accueillent sur un temps fort mensuel pour vous faire découvrir les échanges de savoirs.

Rencontrez-les sur les soirées thématiques qui vous sensibilisent, sur le partage, la transmission de connaissances, et d'expériences entre individus ou groupes.



- Vendredi 23 mai de 16h30 à 19h00 à l'Espace d'Activités du Centre Socioculturel : « Comment entretenir et réparer son vélo ? »
 - Vendredi 27 juin de 14h00 à 16h00 à la Maison du Cottaret : « Préparer une balade à vélo »
 - Dimanche 31 août à la Fête des Montagnes: « Découvrir le jardinage »
- Accès libre et gratuit...

LES ATELIERS

DONNEZ UNE SECONDE VIE A VOS VÊTEMENTS...

Atelier couture

Tricoter, Broder, Réparer, Customiser, Transformer, fabriquer soi-même sont donc autant de pratiques qui sont mises en œuvre dans les ateliers couture, dans une atmosphère d'entraide et chaleureuse.

Odile Derache, habitante uginoise et adhérente à l'Eclat de Vie vous apportera son savoir-faire.



Du 15 mai au 26 juin les jeudis
de 9h à 11h à l'Espace d'Activités du
Centre Socioculturel
Du 16 mai au 27 juin les vendredis de
14h00 à 16h00

Tarifs : Uginois de 2€ à 6€
Extérieurs de 6€ à 14€

PERSONNALISEZ VOS ESPACES DE VIE...

Atelier loisirs créatifs

Christelle Masson et Nadine Boucamus, habitantes uginoises et adhérentes à l'Eclat de Vie vous permettront de partager leur passion créative autour de la fabrication de bonhommes en terre cuite et un mangeoire pour oiseaux.



Du 8 mai au 26 juin
(jours fériés inclus)
les jeudis de 17h30 à 19h00
à l'Espace d'Activités du
Centre Socioculturel

Pour adultes/ados à partir de 14 ans

Tarifs : Uginois de 2.40€ à 7.20€
Extérieurs de 7.20€ à 13.80€

DU SPORT POUR UN MEILLEUR ÉQUILIBRE...

Atelier d'équilibre

Améliorez votre équilibre, restez en forme à travers des activités physiques adaptées. Animée par une intervenante sport diplômée – Association Dynamique Sport Mercury-Verrens.

POUR LES + DE 60 ANS

Du 5 mai au 19 juin (hors jours fériés)
les jeudis de 9h à 10h à la salle
multisports du complexe sportif

Tarifs : Uginois de 15€ à 25€
Extérieurs de 25€ à 35€

EN FAMILLE...

AU JARDIN...

C'est la saison pour planter

Petits et grands, venez donner vie au potager et découvrir le plaisir de cultiver ensemble.

L'occasion parfaite de partager cette activité avec Baptiste et René, nos jardiniers passionnés.

Création autour des plantes et arbres du jardin.

A 16h00 à l'Espace d'Activités du Centre Socioculturel Éclat de Vie :

Mercredi 14 mai :

Réalisation d'une œuvre de la nature

Mercredi 18 juin :

Création d'un jeu sur le thème du jardin

En famille – Enfants à partir de 3 ans

Gratuit sur inscription



A partir de 14h00 à l'Espace d'Activités du Centre Socioculturel Éclat de Vie,

les mercredis :

28 mai et 25 juin

En famille – Enfants à partir de 3 ans

Gratuit sur inscription

FAITES VOS JEUX...



Le plaisir autour du jeu...

Se retrouver autour d'un jeu de société et s'amuser ensemble : jeux coopératifs, jeux de plateaux, jeux pédagogiques... il y en a pour tous les goûts.

CUISINE...

Pour un pique-nique équilibré

En famille, vous pourrez réaliser des recettes simples avec les enfants à réutiliser sans modération pour un pique-nique équilibré !

Mercredi 25 juin

de 10h30 à 12h00

à l'Espace d'Activités du Centre Socioculturel Éclat de Vie :

En famille – Enfants à partir de 4 ans

Tarifs : Uginois de 0.60 € à 1.50 €

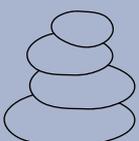
Extérieurs de 1.50 € à 2.50 €

ATELIER DÉDIÉ AUX MAMANS

Bien-être au féminin : se ressourcer au cœur de la nature

Besoin de prendre du temps pour vous et de retrouver de l'énergie dans un cadre naturel ressourçant, venez découvrir diverses méthodes qui vous aideront à retrouver confiance bien être, sérénité et libération émotionnelle.

Initiation à la respiration consciente, relaxation etc...



Vendredi 20 juin de 9h00 à 17h00 à la Maison de l'Enfance

Tarifs : Uginois de 12 € à 24 € / Extérieurs de 24 € à 32 €

DU COTÉ DES TOUT PETITS ...

Temps pour les tout petits et leur parents – à partir de 2 ans

VISITE À LA FERME

Visite adaptée aux tout-petits pour venir découvrir des poules et la vie à la ferme. Une balade bucolique à faire en famille sur un chemin le long d'une rivière.



Rendez-vous Mercredi 4 juin à 11h00 à l'Espace d'Activités

En famille – Enfants à partir de 2 ans

Tarifs : Uginois de 0.60 € à 1.40 € / Extérieurs de 1.40€ à 1.80 €.

ATELIER PETITS EXPLORATEURS, transvaser, manipuler...

Un atelier sensoriel de transvasement proposé aux tout-petits pour petites mains curieuses

Mercredi 18 juin à partir de 10h30 au parc des Charmettes

En famille – Enfants de 12 mois à 3 ans accompagnés d'un adulte

Gratuit sur inscription

LAEP PETIT PATAPON

Lieu d'Accueil Enfants-Parents, c'est quoi ?

Venez partager entre parents un moment de convivialité, d'échanges et de jeux avec votre enfant ! Pour prendre le temps, s'émerveiller, observer et partager un temps privilégié avec son enfant. Pour permettre à son tout-petit de se familiariser avec la vie collective, sous le regard bienveillant de son parent.

C'est pour qui ?

Pour les parents, futurs parents mais aussi grand-parents, accompagnés de vos enfants non scolarisés de 0 à 4 ans.

Tous les mardis entre 8h45 et 11h15 (Hors vacances scolaires)
Entrée libre sans inscription

 **Maison de l'Enfance - 107 place Montmain 73400 Ugine**

+ d'infos : Emmanuelle ZENDRI, référente famille
04 79 89 70 29 - centre-socioculturel@ugine.com



Réseau
Parentalité



LES SORTIES FAMILLES DE L'ÉTÉ

Pour toutes les sorties prévoir : baskets, tenue adaptée, crème solaire, lunettes de soleil, casquette, affaires de baignade (pour les sorties baignade), pique-nique pour les sorties à la journée. Possibilité de prendre son véhicule.
En fonction de la météo, le programme peut être modifié.

Renseignements et tarifs auprès du Centre Socioculturel.

Mercredi 9 juillet

10h00/18h00

Jeux gonflables à la base de Loisirs de Marcôt à Arêches-Beaufort



Jeudi 10 juillet

13h30/18h00

Baignade plage de Doussard



Mercredi 16 juillet

9h00/18h00

Grand Parc d'Andilly d'été



Jeudi 17 juillet

13h30/20h00

Luge d'été au Semnoz et soirée au lac d'Annecy

Mercredi 23 juillet

9h00/18h00

Petite randonnée avec visite d'un village savoyard typique de Tarentaise : Le Monal



Jeudi 24 juillet

13h30/18h00

Piscine du Morel



Mercredi 30 juillet

9h00/18h00

Randonnée facile dans les Bauges, Croix du Nivolet et baignade

Jeudi 31 juillet

13h30/19h30

Après-midi et soirée au Lac de Passy

Mercredi 6 août

10h00/18h00

Découverte d'un lac d'altitude à Méribel/Mottaret.



Jeudi 7 août

13h30/18h00

Multi activités au fort de Tamié



Mercredi 13 août

9h00/18h00

Cascade Saint-Benoît en Maurienne

Jeudi 14 août

18h00/24h00

Soirée observation des étoiles



LES DÉCOUVERTES DE L'ÉTÉ EN FAMILLE...

Partir en livre: les animaux et nous

Proposé par les Médiathèques Arlysère, pour transmettre le plaisir de lire aux enfants, aux adolescents et à leurs familles. De nombreux récits mettent au premier plan des animaux, qui permettent au jeune lecteur de s'identifier et de développer son imaginaire.



**Mardi 8 juillet
de 10h30 à 12h00
Parc des Charmettes
En Famille – Enfants à
partir de 4 ans
Gratuit sur inscriptions**

L'été au jardin !

Rencontres au jardin autour d'un repas partagé pour profiter des belles soirées estivales.

L'été au plan d'eau !

En partenariat avec l'Espace Jeunesse, tous les mardis de l'été venez partager des activités en famille : tournoi sportif, ateliers création, rencontres conviviales....

Les lundis à partir de 18h00

7 juillet, 21 juillet et 11 août

Espace d'Activités du Centre Socioculturel

Famille – Enfants à partir de 3 ans

Gratuit sur inscriptions

Les mardis du 8 juillet au 12 août

de 17h00 à 19h30

Plan d'eau du parc de berges de la Chaise

En Famille – Enfants et ados

Accès gratuit

NOUVEAUTÉ PROMENEUR DU NET PARENTALITÉ

Le Centre Socioculturel proposera dans les prochains mois une présence sur les réseaux sociaux. Il s'agit d'offrir aux parents :

- Un espace d'échange, collectif ou individuel, d'écoute et d'information.
- De transmettre de l'information en lien avec la parentalité,
- De communiquer sur les activités et projets du Centre Socioculturel concernant la famille et la parentalité,
- D'accompagner les initiatives individuelles ou collectives,
- D'orienter vers des professionnels spécialisés selon les demandes ou les besoins.

Afin de mieux répondre aux besoins, attentes et questions des parents grâce à ce nouveau moyen de communication, nous vous invitons à remplir cette courte enquête. Il vous suffit de scanner le QR code, cela ne prendra que 5 minutes.



SCAN ME!