



# Fabrikons du lien



**Programme du 13 novembre 2023  
au 6 janvier 2024**

## Accueil libre dans nos lieux

Les activités sont gratuites (sauf précision), pensez à vous inscrire !

**[ jeudi 9 novembre ]**

**10 h 30** - Présentation détaillée du programme - Espace Riondel

**11 h 30** - Dans la peau d'un compositeur au 1/3 lieu numérique. Spectacle musical composé et créé par des habitants de Saint-Marcellin à La Fabrik, accompagné par la compagnie Doux Vacarme - *Tout public*

**12 h 30** - Repas partagé (chacun emmène un plat salé ou sucré à partager)

## NOUVEAUTÉ

Une adhésion pour l'année scolaire 2023/2024 est demandée pour vos inscriptions aux activités de La Fabrik. Elle est de 5 € par adulte et 3 € par enfant.





## ON BOUGE

- ◆ **Gym adaptée** [ lundi 11 h - 12 h & 14 h - 15 h ] Activité payante - *Seniors*
- ◆ **Danse en ligne** [ mardi 14 h - 15 h 30 ] Samba, madison, kuduro et autres ! *Adultes*
- ◆ **Marchons dans nos campagnes** [ jeudi 10 h 45 - 11 h 45 hors vacances ] *Seniors + 65 ans*
- ◆ **Entrons dans la danse** [ vendredis 17/11 8/12 - 22/12 - 5/01 : 9 h 30 - 11 h 30 ] Vivre un élan fait de lâcher prise, de confiance, de jeu, de découverte. Atelier d'improvisation : aucune technique nécessaire - *Adultes*
- ◆ **Pas à pas** [ un vendredi par mois : 9 h 30 - 13 h 30 ] Marcher autrement (prévoir eau et pique-nique) - *Adultes*  
[ 24 nov. ] **Pourquoi marcher autrement ?**  
[ 15 déc. ] **Qu'a la nature à nous dire ?**
- ◆ **Méditation** [ vendredi 1<sup>er</sup> déc. 11 h - 12 h ] *Adultes*



## ON ÉCHANGE

- ◆ **Accueil café** [ mardis & jeudis 9 h - 12 h ] Venez discuter, profiter du jardin, jouer aux échecs ...
- ◆ **Café philo citoyen** [ le 3<sup>e</sup> mercredi du mois 18 h 30 - 20 h 30 ] Voir avec les yeux des autres, parler librement, se poser des questions - *Tout public*  
[ 15 nov. ] **Travail, métier, ambition ?**  
[ 20 déc. ] **Le rêve !**
- ◆ **Après-midi réduction des déchets** [ vendredi 24 nov. à partir de 14 h, pot de l'amitié à 17 h ] information sur le compostage, stand autour du réemploi des objets : je jette ou je réutilise ? atelier sur le tri des déchets. Action portée par AIH avec SMVIC, PAISS, ENI et Saphyr
- ◆ **Jardinage à l'espace Riondel** [ jeudis entre 9 h - 12 h ] Pour entretenir, arroser, profiter du beau jardin ! *Tout public*
- ◆ **Jardinage à Beausoleil** [ vendredi 15 déc. 14 h 30 - 16 h 30 ] Et si on créait des espaces de jardinage partagés à Beausoleil ? Venez en discuter avec nous et le service espace vert de la ville de Saint-Marcellin ! *Tout public*
- ◆ **Retrouvons-nous au marché** [ samedi 6 janv. ]



## ON CRÉE

- ◆ **Cré Art** [ lundi 14 h 30 - 16 h 30 ] *Adultes*  
**Novembre** : encre & collages, au choix selon les envies !  
**Décembre** : créons la fête, créons Noël ensemble : réalisation de pomander, carte, décoration
- ◆ **Peinture sur pierre** [ mardi 10 h - 12 h ] *Adultes (et enfants accompagnés dès 7 ans pour les vacances)*
- ◆ **À nos pinceaux** [ mercredi 9 h 15 - 12 h ] Temps de création en commun : chacun vient avec son projet personnel et son matériel - *Adultes*
- ◆ **Poterie** [ mercredi 14 h 30 - 16 h 30, hors vacances ] Création d'objets sans tour de potier - *Adultes et ados à partir de 14 ans*
- ◆ **Les vendredis ensemble** [ vendredi entre 14 h & 17 h ] Venez tricoter, discuter, lire, jouer, 30 min ou 3 h, c'est quand vous voulez et autant qu'il vous plaira !  
*Tout public*
- ◆ **Création de textes en rimes** [ vendredis 24/11 - 15/12 - 29/12 : 10 h - 12 h ] Inventez votre poème ou adaptez une chanson de votre choix pour vous ou pour offrir - *Adultes*



## ON ACCOMPAGNE

### ◆ Informations et orientations dans nos lieux d'accueil

◆ **France services** : aides aux démarches administratives sur RDV et/ou utilisation d'ordinateurs en libre service.

◆ **Répar'ensemble** [ samedis 2 déc. & 6 janv. 14 h - 16 h 30 ]

Apprendre et corréparer du petit électroménager et des vélos - *Tout public*



## ON APPREND

### ◆ Ateliers sociolinguistiques

[ lundi 9 h 30 - 11 h ou 17 h 30 - 19 h hors vacances ] Pour être plus à l'aise avec la langue française. *Adultes*

◆ **Temps de conversation** [ mardi 16 h 30 - 17 h 45 ou 17 h 45 - 19 h ]

Groupe de discussions ouvert à tous pour échanger en groupe, partager un moment convivial en langue française sur des thèmes variés pour gagner en fluidité dans les conversations. *Adultes*

◆ **Initiation bricolage du quotidien pour les femmes** [ vendredis 17/11 & 8/12 entre 14 h 30 et 18 h 30 ]

Atelier accompagné par une maçonne & deux charpentières bénévoles, ouvert à toutes, peu ou pas habituées à l'utilisation des outils de base, 30 minutes ou 3 h, c'est quand vous voulez et autant qu'il vous plaira ! *Femmes adultes et ados dès 12 ans*



## ON DÉCOUVRE

◆ **Sortie au Diapason : Thomas joue ses perruques** [ jeudi 30 nov. 18 h 30 ]

Partageons un pique-nique avant d'aller à un spectacle d'humour décoiffant, nommé aux Molières 2023. Début du spectacle à 20 h, retour accompagné possible (info à l'inscription) - Durée : 1 h 20 - Tarif : 6 € - Prévoir monnaie & pique-nique – *À partir de 12 ans*

◆ **Expo-goûter** [ vendredi 1<sup>er</sup> déc. 16 h 30 - 18 h 30 ] « Bosso » : une exposition d'illustrations et de témoignages sonores sur Beausoleil recueillis auprès de celles et ceux qui habitent ou ont habité le quartier. Des fragments de souvenirs selon le regard et les oreilles des artistes d'Azimuts lors de leur passage à l'été 2023 - *Tout public*

◆ **Soirée docu'** [ mardi 5 déc. 18 h 45 au 1/3 lieu numérique ] Venez voir : *Dormir, dormir dans les pierres* de Alexe Poukine : « Il y a quelques années, mon oncle est mort de froid. Il vivait dans la rue. Comment a-t-il pu en arriver là ? Pour tenter de comprendre, je demande aux membres de ma famille de retracer l'itinéraire de son naufrage ». Un film qui donne à voir le vide laissé dans une famille par la disparition d'un de ses membres, ayant vécu à la rue. Durée : 1 h 14 puis échanges - *Tout public*

◆ **Art'péro Quiz** [ mardi 19 déc. 12 h 15 - 13 h 30 ] Détails ! Saurez-vous reconnaître à quel tableau j'appartiens ? Avec le 1/3 lieu numérique - *Adultes*

◆ **Sortie à Romans, de la raviole à la chaus-sure** [ mercredi 20 déc. 9 h 15 - 17 h ]

Visite du musée de la raviole le matin, de la chaussure l'après-midi, balade dans la ville, pique-nique à la Maison de quartier Saint-Nicolas. Tarif compris entre 5,50 € et 10,80 €. Prévoir monnaie & pique-nique - *Tout public*



## POUR LES FAMILLES

### POUR LES PARENTS

◆ **Paus'café** [ mercredi 13 déc. 16 h - 18 h ]

Une question, une envie de partage d'expérience entre parents ? Nadine Courbier vous accueille et vous prête son oreille attentive et bienveillante. *Espace jeux 0-6 ans à disposition, sous surveillance des parents.*

### POUR LES ENFANTS

◆ **Accompagnement à la scolarité (hors vacances scolaires)**

Primaires [ mardi 16 h 30 - 17 h 30 ou mercredi 9 h - 10 h ou 14 h 30 - 15 h 30 ]

Collégiens [ mardi 17 h 30 - 19 h ]

### EN FAMILLE

◆ **Ateliers parents-enfants 3-7 ans** [ mercredi dès 10 h ] :

[ 22 nov. ] « **LEGOprint** » : **imprime avec des LEGOS !** LEGOS + encre + papier = image imprimée ! Fabriquez des images avec des briques et des plaques de LEGO, animé par le centre d'art La Halle de Pont-en-Royans - Durée 2 h

[ 6 déc. ] **Bouge ton corps : initiation cirque**, animé par Christelle Blanc - Durée 1 h 15

[ 13 déc. ] **Atelier cuisine : Noël**, animé par Élodie Dupont-Rey - Durée 2 h

[ 20 déc. ] **Bricolage artistique : déco de Noël**, animé par Laurence Matesa - Durée 2 h

◆ **Marche et renforcement musculaire pour les mamans avec leurs bébés**

[ vendredi 15 décembre 9 h 30 - 11 h ] Marche, renforcement musculaire type Pilates, respiration, portage. *Parents et enfants moins de 2 ans supportant d'être promenés en poussette.*

### POUR LES VACANCES

◆ **Peinture sur pierre** [ mardi 26/12 & 2/01 : 10 h - 12 h ] *Adultes et enfants accompagnés à partir de 7 ans*

◆ **Ciné en famille** [ mardi 26 déc. 14 h - 16 h 30 ] *Katak le brave beluga* - Durée : 1 h 22  
Conseillé à partir de 6 ans - Départ ensemble du Riondel vers le cinéma Les Méliès puis goûter au retour - *Enfants et leur parents*

◆ **Atelier pâtisserie pour petites mains** [ jeudis 28/12 & 4/01 : 10 h - 12 h ]

*Enfants de 7 à 11 ans*

◆ **Atelier poterie parents-enfants 2-8 ans** [ samedi 6 janvier 14 h 30 - 16 h 30 ]

◆ **Espace Riondel** : 2 bd Riondel [ Mardi 9 h à 12 h et 14 h à 17 h et jeudi 9 h à 12 h ]

◆ **L'Atelier de La Fabrik** : 11 rue du Colombier [ Lundi et mercredi 9 h à 12 h et 14 h à 17 h ]

◆ **Maison Beausoleil** : 33 avenue du Vercors [ Vendredi 9 h à 12 h et 14 h à 17 h ]



04 76 38 81 31



lafabrik@saint-marcellin.fr



Groupe facebook de La Fabrik