



Votre programme

de

Mars

Bon retour à toi le printemps !


Familles


Adultes



Renseignements et inscriptions à l'accueil du CSC



3 rue Saint Michel, 68100 Mulhouse



03 89 66 09 55



accueil@cscmiroir.asso.fr

	Lundi 02	Mardi 03	Mercredi 04	Jeudi 05	Vendredi 06
Matin	 Lieu d'Accueil Enfants-Parents (Tous les Lundis)	 Atelier Cuisine 9h-12h Au Centre Tarif: 3.50 €	  Journée des Droits des Femmes : ateliers, bien-être et estime de soi – venez prendre soin de vous et vous informer ! Horaire à définir	Lieu d'Accueil Enfants-Parents (Tous les Jeudis)  Projet Vélo 8h45 au CSC  Gratuit  Casque et vélo fournis Prévoyez votre gourde ! Débutants bienvenus	 Une pause s'impose ! 9h00-11h00  Atelier cuisine avec Blandine 9h00-12h00 "Du panier à l'assiette" Tarif 3,50€
Après-midi	 Yoga 14h15-15h15 Tarif: 3€ Maison de Quartier	 Jeux de société 14h-16h CSC Miroir		Atelier Jardinage Semis en folie ! Venez semer les graines de vos légumes ! CSC Miroir  14h-16h Tarif : 1€	
	Lundi 09	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12	Vendredi 13
Matin		  Cours de ZUMBA avec intervenante 10h15 - 11h30 Maison de quartier Tarif: 3 €	 Atelier parents - enfants Beignets de carnaval en partenariat avec le CCAS 9h30 Maison de Quartier	Projet Vélo 8h45 au CSC  Gratuit  Casque et vélo fournis Prévoyez votre gourde ! Débutants bienvenus	 Atelier cuisine avec Blandine 9h au CSC "Du panier à l'assiette" Tarif 3,50€
Après-midi	 Jeux de cartes 14h-16h CSC			Après-midi créative Avec Fabienne  14h-16h Tarif: 1€	

	Lundi 16	Mardi 17	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20
Matin		Repas des Aînés 11h45-14h Maison de quartier  12 € avec CM 17 € sans CM		Projet Vélo 8h45 au CSC Gratuit  Casque et vélo fournis Prévoyez votre gourde ! Débutants bienvenus	Une pause s'impose 9h-11h  Sortie Adultes Visite guidée - revivez l'histoire de Strasbourg ! Places limitées 10h au CSC Repas tiré du sac Tarif : 10€ 
Après-midi	Café Papotes et Pâtisseries 14h-16h Venez discuter autour d'une pâtisserie préparée ensemble Tarif : 2€ 	Parent'aise Enchantée est un espace d'échange et de partage Rdv à 9h00 au CSC 	Sortie sky roller Départ : 14h00 Tarif : 3€ par personne qui participe 	Jeux de société 14h00-16h00 CSC Miroir 	
	Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27
Matin	On se met en marche Petite marche dans le quartier  9h30 au CSC	Atelier Cuisine 9h-12h Au Centre Tarif: 3.50 € 	Projet "L'école, un voyage pour tous" Des souvenirs plein la tête, ramenez vos souvenirs d'école pour en discuter autour d'un bon repas. Des activités seront proposées pour vos enfants !  9h30 à la Maison de Quartier	Projet Vélo 8h45 au CSC Gratuit  Casque et vélo fournis Prévoyez votre gourde ! Débutants bienvenus	Atelier cuisine avec Blandine  9h00-12h00 Tarif : 3,50€ Grande Marche 9h au CSC Places limitées 
Après-midi	 Yoga 14h15-15h15 Tarif: 3€ Maison de Quartier  Jeux de cartes 14h-16h CSC	Cours de ZUMBA avec intervenante 10h15 - 11h30 Maison de quartier  Tarif: 3 €		Après-midi créative Avec Fabienne 14h-16h Tarif : 1€ 	Soirée en famille et repas en extérieur Spectacle Le Chapelier Fou (Alice au pays des Merveilles) RDV :17h30 au CSC Tarif : 3.50 € Adulte 2 € Enfant 
	Lundi 30	Mardi 31			
	 Yoga 14h15-15h15 Tarif: 3€ Maison de Quartier	Repas Solidaire préparé par les seniors du Centre  Tarif : 14€  12h à la Maison de Quartier			

LE SAVIEZ-VOUS ?

Point Culture



Le printemps astronomique commence le jour de l'équinoxe, quand le jour et la nuit ont la même durée partout sur Terre. L'Équinoxe de printemps est le moment où le disque du Soleil franchit l'équateur céleste, passant de l'hémisphère sud à l'hémisphère nord.

Il marque le début de l'automne dans l'hémisphère sud.

En 2026, il aura lieu le vendredi 20 mars à 14 h 45.
(Source : Institut de mécanique céleste et de calcul des éphémérides (IMCCE))

Certaines plantes « dorment » la nuit !
Elles replient leurs feuilles ou ferment leurs fleurs en l'absence de lumière : c'est ce qu'on appelle le mouvement nyctinastique.

(Source : CNRS – La vie cachée des plantes)



Référente Familles / Adultes : Katia Centanni - 07.84.91.12.42

Carte de membre famille : 15€ ou 10€ selon imposition, justificatif obligatoire

Carte de membre individuelle : 10€ ou 8€ selon imposition, justificatif obligatoire

Renseignements et inscriptions à l'accueil du CSC



3 rue Saint Michel, 68100 Mulhouse



03 89 66 09 55



accueil@cscmiroir.asso.fr