



ATELIERS DU QUOTIDIEN

Lundis 3, 10, 17 et 24 | 13h45 - 16h15 | ATELIER TRICOT'THE

Les tricoteuses bénévoles se retrouvent chaque lundi. N'hésitez pas à les rejoindre pour participer aux projets collectifs.

Gratuit - Sur inscription - Adultes

Mardis 4, 18 et 25 | 14h30 - 16h | MA VIE AU QUOTIDIEN

Venez jouer avec la langue française, partager des sorties ou bien vivre des situations du quotidien pour faciliter les échanges de tous les jours.

Gratuit - Sur inscription - Adultes

Vendredis 7, 14, 21 et 28 | 9h30 - 12h | GROUPE COUTURE

Participez à un échange de savoir-faire autour de la couture et réalisez différents ouvrages avec les habitants.

Gratuit - Sur inscription - Adultes

ATELIERS CUISINE

Jeudis 6, 13, 20 et 27 | 14h - 16h30 | CUISINONS DEGUSTONS

Retrouvez votre atelier cuisine du quotidien et préparez de nouvelles recettes à savourer tous ensemble.

1€ par séance - Sur inscription - Adultes

Mercredi 26 | 14h - 16h30 | ATELIER CUISINE GRAINE EN MAIN

Aux côtés de l'intervenante de l'association, venez découvrir de nouvelles façons de cuisiner les légumes du panier solidaire.

1€ - Sur inscription - Adultes bénéficiaires du panier solidaire

HORAIRES D'ACCUEIL DU PUBLIC

LUN	MAR	MER	JEU	VEN
9h 12h		9h 12h	9h 12h	9h 12h
13h30 18h	13h30 17h30	13h30 18h	13h30 17h30	13h30 17h30

CONTACT

50 rue de la Vallée
76600 LE HAVRE
Tél: 02.35.13.43.40
lafabrique-desquartierssud@lehavre.fr

ÇA SE
PASSE
PRÈS DE
**CHEZ
VOUS
AVEC
VOUS**

LA **FABRIQUE**
DES **QUARTIERS SUD**
CENTRE SOCIAL

Programme des animations Novembre 2025



ACTIVITES EN FAMILLE

Mercredis 12 et 26 | 10h - 11h | ATELIERS "SENS EN FAMILLE"

Venez partager un moment complice et ludique avec votre enfant lors d'un atelier sensoriel pensé pour éveiller les cinq sens. À travers des matières à toucher, des sons à écouter, des odeurs à sentir ou à découvrir, petits et grands sont invités à explorer ensemble le monde par les sensations.

2€/ famille - Sur inscription - Familles

Mercredi 5 | 14h - 16h | MERCREDI EN FAMILLE (Jeux de société)

En famille, venez défier vos parents / enfants pour un après-midi jeux de société autour des droits de l'enfant.

2€/ famille - Sur inscription - Familles

Mercredi 12 | 14h - 16h | MERCREDI EN FAMILLE (La cuisine des enfants)

Atelier en lien avec la journée internationale des droits de l'enfant.

L'alimentation joue un rôle majeur dans le développement et la santé de l'enfant. L'atelier proposera une cuisine nutritive et attractive, ainsi qu'un temps d'échange ludique.

2€/ famille - Sur inscription - Familles

Mercredi 19 | 14h - 16h | MERCREDI EN FAMILLE (Ciné goûter)

Court-métrage destinées aux familles et aux enfants sur *"Histoires de filles qui changent le monde"*. Aventurières, scientifiques, héroïnes d'hier et d'aujourd'hui, venez découvrir les petites et grandes histoires qui changent le monde.

Gratuit - Sur inscription - Familles

Mercredi 26 | 14h - 16h | COMMUNIQUER AVEC MON ENFANT, AVEC MON PARENT

Atelier les mots pour les maux : mise en scène du quotidien pour parler ensemble (animateur, parents et enfants) de la communication à la maison.

Gratuit - Sur inscription - Familles

Dimanche 30 | 14h | SPECTACLE « HORIZON »

En lien avec les ateliers proposés aux familles au mois d'octobre, la Fabrique vous invite au spectacle de danse "Horizon" de la chorégraphe Margot, qui a réalisé les ateliers qui ont inspiré le spectacle (rendez-vous 13h45 devant Le Phare).

Gratuit - Sur inscription - Familles

ACTIVITES ADULTES

Jeudi 6 | 20h45 - 21h | CINEMA LE SIRIUS

Sortie cinéma : Projection du film "Patients" de Grand Corps Malade et Alban Ivanov, suivi d'un débat sur le thème : « Vivre son Handicap au Havre ». Rendez-vous 20h30 au cinéma le Sirius.

Gratuit - Sur inscription - Adultes

Vendredi 7 | 14h - 16h | JEUX DE SOCIETE

Venez jouer et découvrir des jeux de société dans la joie et la bonne humeur.

1€ - Sur inscription - Adultes

Vendredi 14 | 14h - 16h30 | INITIATION SELF DEFENSE

Moment d'échange et de solidarité au-delà des techniques pour faire reculer le silence et affirmer que personne ne doit subir la violence.

1€ - Sur inscription - Adultes

Lundi 17 | 9h30 - 11h | ATELIER DETENTE, MEDIATION ACTIVE ET YOGA

En lien avec la thématique "Mobilisons-nous, contre les violences faites aux femmes", un atelier détente méditation active et yoga est proposé pour favoriser votre estime de soi.

Gratuit - Sur inscription - Adultes

Vendredi 21 | 14h - 16h30 | BALADE URBAINE

Exposition *"Femmes inspirantes : les bâtisseuses de l'égalité femmes / hommes"* : Sortie organisée à la médiathèque Léopold Sédar Senghor pour découvrir l'exposition illustrée sur les femmes inspirantes qui ont œuvré et œuvrent encore à bâtir l'égalité entre les femmes et les hommes. (rendez-vous à 13h30 à la Fabrique)

1€ - Sur inscription - Adultes

ACTIVITE TOUT PUBLIC

SAMEDI 22 | 17h - 19h | SPECTACLE DE DANSE : OUM

Ce spectacle est consacré à la fameuse chanteuse égyptienne Oum Kalthoum. Hommage à la diva arabe qui passe par les rythmes orientaux de deux musiciens au plateau et les ondulations de six danseurs et danseuses. Participation à l'échauffement corporel avant le spectacle (rendez-vous 16h30 devant le Volcan).

2€ - Sur inscription - Tout public à partir de 8 ans