



MARS
AVRIL
2026

**Adhésion pour
l'année civile 2026**

Mosaïca propose
une adhésion
facultative pour
toutes ses actions.

Cette cotisation est
de 2€ minimum
pour tous, famille et
individuelle.

Si vous le
souhaitez, pour
nous soutenir, vous
pouvez donner un
montant supérieur.

Tarif pour les
associations : 20 €
pour l'année.

PROGRAMME



Evènement



Pour tous



Vos droits



Famille



Seniors

Mosaïca centre social
36 rue général Ferrié
73140 St Michel de Maurienne
04 79 56 66 09 - 06 33 21 60 04
contact@centresocialmosaica.fr

M A R S

CONCOURS CRÉATIF « LES CHATS » POUR TOUS DÈS 3 ANS

Créer des chats avec la technique artistique de votre choix (collage, peinture, modelage...)
Déposer votre création à l'accueil de Mosaïca entre le 02 mars et le 17 avril

Lun.02/03

09h00- 11h00

LE LUNDI DES TOUT-PETITS (0/3 ANS)

Retrouvons-nous autour d'un atelier d'éveil sensoriel thématique parents/enfants. Un espace d'échanges privilégié entre parents. Inscription souhaitée - départ et arrivée possible entre 9h et 11h - Offert - À Mosaïca

Mer. 04/03

18h30 - 20h00

TRICOT ET CROCHET DÉBUTANT

Avec Véronique, bénévole experte, venez apprendre ou approfondir des techniques autour du fil !
Ouvert à tous dès 8 ans - Offert - À Mosaïca

Lun.09/03

09h00- 11h00

LE LUNDI DES TOUT-PETITS (0/3 ANS)

Retrouvons-nous autour d'un atelier d'éveil sensoriel thématique parents/enfants. Un espace d'échanges privilégié entre parents. Inscription souhaitée - départ et arrivée possible entre 9h et 11h - Offert - À Mosaïca

Mer. 11/03

09h45 - 12h00

CUISINONS EN FAMILLE

Partageons des idées saines simples et gourmandes pour fabriquer ses goûters. A partir de 3 ans accompagné d'un parent ou grand-parent. Sur inscription - Tarif libre entre 2 et 10 € par famille - À St Martin La Porte

Jeu. 12/03

15h00 - 16h30

BIEN-ETRE - Cycle de 4 séances - 12 - 19 - 26 mars et 02 avril

Découvrez le Munz floor avec Laurie, une méthode douce au sol pour améliorer mobilité, posture, coordination et soulager les tensions.
Adultes- Sur inscription - Tarif libre de 5 à 25 € le cycle - À Mosaïca

Ven. 13/03

10h00 - 11h30

CAFÉ DU VENDREDI

Un rendez-vous hebdomadaire pour discuter, se rencontrer, échanger et bien sûr boire un café !
Ouvert à tous - Sans inscription - Offert - À Mosaïca

Ven.13/03

14h00 - 17h30

VENDREDI EN BALADE

Sortie à la cascade Saint Benoit, encadrée par un professionnel.
Adultes - Sur inscription - Tarif libre entre 2 et 10€ par participant
Départ en Minibus de la gare routière de St Michel de Mne

Lun.16/03

09h00- 11h00

LE LUNDI DES TOUT-PETITS (0/3 ANS)

Retrouvons-nous autour d'un atelier d'éveil sensoriel thématique parents/enfants. Un espace d'échanges privilégié entre parents. Inscription souhaitée - départ et arrivée possible entre 9h et 11h - Offert - À Mosaïca

Lun. 16/03

09h30- 12h00

ATELIER NUMERIQUE - PREMIÈRE SÉANCE

Ateliers numériques + de 50 ans : Vous êtes curieux du numérique ou vous êtes un peu perdus avec votre smartphone ? Ces ateliers sont faits pour vous ! 10 séances - Sur inscription - Offert - À Mosaïca

Mar. 17/03

14h00 - 17h00

LA SORTIE CULTURELLE DU MOIS

« 1000 ans d'histoire à la Cathédrale St Jean-Baptiste » de St Jean de Mne. Adultes - Sur inscription - Tarif libre entre 2 et 10€
Départ en minibus de la gare de Saint Michel de Mne

Mer. 18/03

18h30 - 20h00

TRICOT ET CROCHET DÉBUTANT

Vous pourrez vous familiariser avec les bases du tricot et du crochet. Partagez un moment convivial. Nous vous prêtons le matériel pour commencer. Ouvert à tous dès 8 ans - Offert - À Mosaïca

Jeu. 19/03

20h30 - 22h00

CLUB DES PARENTS EN PRÉSENTIEL OU EN VISIO

Un quotidien bien chargé ? Echangeons ensemble sur la thématique de la CHARGE MENTALE PARENTALE. Des partages pour trouver des pistes pour alléger le quotidien, avec Lucille Dompnier, Psychologue.
Sur Inscription-Offert- À Mosaïca, participation en visio sur demande

C'est trop cher pour vous ?
Contactez-nous pour que l'on trouve une solution ensemble (l'argent ne doit jamais être un frein !).

Ven. 20/03

10h00 - 11h30

CAFÉ DU VENDREDI

Un rendez-vous hebdomadaire pour discuter, se rencontrer, échanger et bien sûr boire un café !

Ouvert à tous - Sans inscription - Offert - À Mosaïca

Ven. 20/03

18h30 - 20h30

SORTIE THÉÂTRE « L'HOMME ET LE PÊCHEUR »

Une pépite surréaliste et drôle saluée au festival d'Avignon, salle Melquiott à Modane. A partir de 12 ans.

Sur inscription - Tarif libre de 2 à 10€ - Départ en minibus de Mosaïca.

Sam. 21/03

08h45 - 09h45

ÉVEIL MUSICAL PARENTS/BAMBINS (0 -3 ANS)

Une fois par mois l'atelier d'éveil musical parents-enfants permet de chanter, écouter et jouer ensemble, animé par un intervenant de l'EEA. Sur inscription - Offert - La Collombette St Michel de Mne

Sam. 21/03

10h00 - 11h30

"EXPLORATIONS" PARENTS/ENFANTS(0 -6 ANS)

Des ateliers de manipulation sensorielle et ludique à découvrir. Un espace d'échanges privilégié entre parents. Sur inscription

Offert - La Collombette St Michel de Mne

Lun. 23/03

09h00- 11h00

LE LUNDI DES TOUT-PETITS (0/3 ANS)

Retrouvons-nous autour d'un atelier d'éveil sensoriel thématique parents/enfants. Un espace d'échanges privilégié entre parents. Inscription souhaitée - départ et arrivée possible entre 9h et 11h - Offert - À Mosaïca

Mar. 24/03

09h00 - 18h00

MA SANTÉ, MON BIEN-ÊTRE + DE 60 ANS

Une journée autour de la santé . Spectacle théâtral l'après-midi - Repas prévu - Ouvert aux + 60 ans - Sur inscription - Tarif libre de 2 à 10€

Départ en minibus de Mosaïca à 9h destination Aix les bains

Mer. 25/03

09h30 - 13h30

MERCREDI, ON EST DE SORTIE !

Balade en famille à Valmeinier pour partager un moment au grand air. Accompagné par Gisèle et Charlotte. Pique-nique au chaud à l'arrivée.

Sur inscription- Offert- Covoiturage possible depuis St Michel de Mne

Ven. 27/03

10h00 - 11h30

CAFÉ DU VENDREDI

Un rendez-vous hebdomadaire pour discuter, se rencontrer, échanger et bien sûr boire un café !

Ouvert à tous - Sans inscription - Offert - À Mosaïca

Vend. 27/03

18h30 - 20h30

LA SOIRÉE DES PLUS GRANDS (+8 ANS) & DES PARENTS

Soirée défis et jeux coopératifs pour les enfants de + de 8 ans, les ados et leurs parents - Apéro partagé -Sur inscription- Offert - À Mosaïca

Sam. 28/03

09h45 - 11h30

ATELIER D'ÉCRITURE

Dans le cadre de l'exposition photo « déridez-vous » Alexandre animera plusieurs ateliers sur le thème de la transmission.

A partir de 12 ans - Sur inscription - Tarif libre de 2 à 10 €. À Mosaïca

Lun. 30/03

9h00 - 11h00

LE LUNDI DES TOUT-PETITS (0/3 ANS)

Retrouvons-nous autour d'un atelier d'éveil sensoriel thématique parents/enfants. Un espace d'échanges privilégié entre parents. Inscription souhaitée - départ et arrivée possible entre 9h et 11h - Offert - À Mosaïca

Mar. 31/03

À 15h00

MON MARDI AU CINÉ: « LA FERME DES BERTRANDS »

Un documentaire sur 3 générations d'agriculteurs en Haute-Savoie. Projection suivie d'échanges et d'un temps convivial.

Place de ciné 6€. Cinéma le Savoie - St Michel de Mne

A V R I L

Mer. 01/04

18h30 - 20h00

TRICOT ET CROCHET DÉBUTANT

Vous pourrez vous familiariser avec les bases du tricot et du crochet. Partagez un moment convivial. Nous vous prêtons le matériel pour commencer. Ouvert à tous dès 8 ans - Offert - À Mosaïca

Ven. 03/04

10h00 - 11h30

CAFÉ DU VENDREDI

Un rendez-vous hebdomadaire pour discuter, se rencontrer, échanger et bien sûr boire un café !

Ouvert à tous - Sans inscription - Offert - À Mosaïca

Du mardi 07/04 au
vendredi 10 /04
De 9h30 à 11h30
Salle des fêtes de
St Martin la Porte

**Covoiturage
possible**

STAGE CIRQUE : FAITES VOTRE CIRQUE EN FAMILLE !

S'amuser ensemble à découvrir les arts du cirque: Jonglerie, équilibre et acrobatie. Laissez vous tenter par l'aventure, seul, avec vos enfants ou petits-enfants pendant la première semaine des vacances d'avril !

Sur inscription : Ouvert à tous, petits, grands, seniors et quelque soit votre forme physique. Vous serez accompagnés par Thomas
Tarif libre de 5€ à 25€ pour les 4 jours.

Jeu. 09/04

15h00 - 17h00

RALLYE PHOTOS EN FAMILLE

En équipe et partez à la découverte des lieux et détails insolite de St Michel munis d'indices et avec un appareil photo. Un moment convivial pour explorer et coopérer entre famille. Sur inscription-Offert-Départ de Mosaïca

Ven. 10/04

10h00 - 11h30

CAFÉ DU VENDREDI

Un rendez-vous hebdomadaire pour discuter, se rencontrer, échanger et bien sûr boire un café !

Ouvert à tous - Sans inscription - Offert - À Mosaïca

Lun. 13/04

9h00 - 11h00

LE LUNDI DES TOUT-PETITS (0/3 ANS)

Retrouvons-nous autour d'un atelier d'éveil sensoriel thématique parents/enfants. Un espace d'échanges privilégié entre parents, Inscription souhaitée - départ et arrivée possible entre 9h et 11h - Offert - À Mosaïca

Jeu. 16/04

15h00 - 17h00

ATELIER CRÉATIF "LA NATURE SE RÉVEILLE"

Collages et bricolages sur le thème du printemps !

Ouvert à tous - Sans inscription - Offert - À Mosaïca

Ven. 17/04

10h00 - 11h30

CAFÉ DU VENDREDI

Un rendez-vous hebdomadaire pour discuter, se rencontrer, échanger et bien sûr boire un café !

Ouvert à tous - Sans inscription - Offert - À Mosaïca

Sam. 18/04

09h45 - 11h30

ATELIER D'ÉCRITURE

Dans le cadre de l'exposition photo « déridez-vous » Alexandre animera plusieurs ateliers sur la thématique de la transmission.

A partir de 12 ans - Sur inscription - Tarif libre de 2 à 10 €. Lieu à définir

Lun. 20/04

9h00 - 11h00

LE LUNDI DES TOUT-PETITS (0/3 ANS)

Retrouvons-nous autour d'un atelier d'éveil sensoriel thématique parents/enfants. Un espace d'échanges privilégié entre parents, Inscription souhaitée - départ et arrivée possible entre 9h et 11h - Offert - À Mosaïca

Mar. 21/04

14h00 - 17h00

LA SORTIE CULTURELLE DU MOIS

La Redoute Marie-Thérèse à AVrieux, une histoire des fortifications en montagne. Adultes - Sur inscription - Tarif libre entre 2 et 10€
Départ en minibus de la gare de Saint Michel de Mne

Jeu. 23/04

12h15 - 13h15

BIEN-ETRE - Cycle de 10 séances - Du 23 avril au 02 juillet

Découvrez la sophrologie avec Nathalie. Chaque jeudis un temps pour éveiller ses sens, se libérer des tensions, se projeter positivement ...
Adultes - Sur inscription - Tarif libre de 15 à 50 € le cycle - À Mosaïca

Jeu. 23/04

20h30 - 22h00

CLUB DES PARENTS EN PRÉSENTIEL OU EN VISIO

« Je , Tu , Nous » Le couple dans la parentalité : comment articuler les places de chacun ? Retrouvons-nous ensemble pour en discuter, avec Lucille Dompnier , Psychologue.

Sur Inscription-Offert- À Mosaïca, participation en visio sur demande

Ven.24/04

10h00 - 11h30

CAFÉ DU VENDREDI

Un rendez-vous hebdomadaire pour discuter, se rencontrer, échanger et bien sûr boire un café !

Ouvert à tous - Sans inscription - Offert - À Mosaïca

Ven.24/04

14h00 - 17h00

VENDREDI EN BALADE

Balade à Sollières-Sardières encadrée par un professionnel. Adultes, sur inscription, tarif libre de 2 à 10 €. Départ en minibus de la gare de St Michel de Mne.

Sam. 25/04

08h45 - 09h45

ÉVEIL MUSICAL PARENTS/BAMBINS (0 -3 ANS)

Une fois par mois l'atelier d'éveil musical parents-enfants permet de chanter, écouter et jouer ensemble, animé par un intervenant de l'EEA. Sur inscription - Offert - La Collombette St Michel de Mne

Sam. 25/04

10h00 - 11h30

"EXPLORATIONS "PARENTS/ENFANTS(0 -6 ANS)

Des ateliers de manipulation sensorielle et ludique à découvrir. Un espace d'échanges privilégié entre parents. Sur inscription Offert - La Collombette St Michel de Mne

Sam. 25/04

09h30 - 12h00

LES COUPS DE POUCE NUMÉRIQUE - CONNECTÉS MAIS EN SÉCURITÉ !

Venez échanger avec Morgan, formateur en numérique autour des risques liés à la navigation sur internet (et leurs conséquences). Apprenez à acquérir de nouvelles habitudes et découvrez des principes simples de sécurité numérique - Sur inscription - Offert - À Mosaïca

Dim. 26/04

A 15h00

CINÉ FILS EN AIGUILLES : "LE RÉPONDEUR"

Vous en avez marre de tricoter/crocheter seuls devant votre télévision ? Venez le faire au cinéma avec d'autres passionnés! Bar à tisane : apportez votre mug et votre thé préféré à partager après la séance. 6€. Cinéma le Savoie - St Michel

Lun. 27/04

09h00- 11h00

LE LUNDI DES TOUT-PETITS (0/3 ANS)

Retrouvons-nous autour d'un atelier d'éveil sensoriel thématique parents/enfants. Un espace d'échanges privilégié entre parents. Inscription souhaitée - départ et arrivée possible entre 9h et 11h - Offert - À Mosaïca

Lun. 27/04

19h30 - 20h30

ATELIER COSMETIQUE "SOINS QUOTIDIENS"

Prenez soin de vous de manière naturelle en créant vos propres produits cosmétiques : un dentifrice, un déodorant et un baume à lèvres.

A partir de 8 ans - Tarif libre de 2 à 10 € - À Mosaïca

Mar. 28/04

17h00 - 19h00

ATELIER CUISINE « C'EST LE PRINTEMPS ! »

Colorés, croquants, savoureux, les légumes de saison des alliés santé à savourer. Avec Bérengère diététicienne nutritionniste.

Ouvert à tous - Sur inscription. Tarif libre de 2 à 10 € - À Mosaïca

Mer. 29/04

10h00 - 12h00

CUISINONS EN FAMILLE

Partageons des idées saines simples et gourmandes pour fabriquer ses goûters. A partir de 3 ans accompagné d'un parent ou grand-parent.

Sur inscription - Tarif libre entre 2 et 10 € par famille - À l'AEP de Valloire

Mer. 29/04

18h30 - 20h00

TRICOT ET CROCHET DÉBUTANT

Vous pourrez vous familiariser avec les bases du tricot et du crochet. Partagez un moment convivial. Nous vous prêtons le matériel pour commencer. Ouvert à tous dès 8 ans - Offert - À Mosaïca

Jeu.30/04

14h00 - 17h00

LES PERMANENCES CONNECTÉES AVEC CORINNE

Le numérique, c'est plus simple quand on nous accompagne!

Rendez-vous individuel pour apprendre et avancer avec vos outils numériques - Sur inscription - Offert - À Mosaïca

ZOOM

MOIS DE MARS ET AVRIL 2026

DÉRIDEZ-VOUS !

Un projet pour valoriser nos aînés, penser notre place dans la société et créer un espace de rencontre pour tous.



Depuis trois mois, le regard de nos aînés veille sur la ville. Bien plus que des portraits, ces visages sont des mémoires vivantes de notre territoire.

Pour faire vibrer ces portraits, Mosaïca décline en 2026 une programmation dédiée

RACONTE-MOI !

Printemps

Une plongée dans le récit, de l'écriture au grand écran

- Ateliers d'écriture
- Lecture d'album jeunesse
- Projection de cinéma

DESSINE-MOI !

Été

Une exploration artistique pour transformer le regard sur le temps qui passe

- Ateliers d'art thérapie
- Réalisation d'une oeuvre commune
- Concours créatif

MONTRE-MOI !

Automne

Un partage de savoirs-faire et de trésors pour tisser le lien intergénérationnel

- Ateliers de cuisine, recettes d'antan
- Objets du quotidien d'hier et d'aujourd'hui
- Semaine bleue 2026

Retrouvez chaque mois des temps dédiés dans notre programme. En mars et avril, venez participer aux ateliers d'écriture.

PARENT SOLO... MAIS PAS SEUL!

Séjour collectif famille "Mini-vacances" !

Ouvert aux familles monoparentales ET aux parents qui se sentent seuls ou isolés !

Ouvert à tous, sans condition de ressource.

Intéressé par l'aventure ?

+ d'infos :

Par téléphone ou SMS au 06 70 48 08 72
Ou en passant à l'accueil de Mosaïca

Financement d'aide aux départs en vacances par la CAF Savoie

