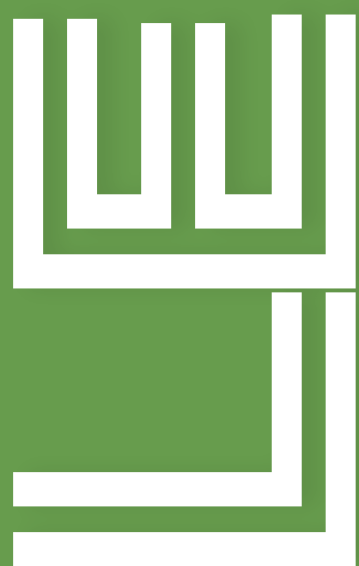




OCTOBRE
NOVEMBRE
2026

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
individuel.

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

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

PROG RAM



Pour tous les habitants



Évènement



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

OCTOBRE



Reprise des "Cafés du vendredi"

Les 09 et 16 octobre, les 6, 13 et 27 novembre

Un moment pour boire un café, discuter, échanger et envisager les sorties à venir. Ouvert à tous - offert - à l'accueil de Mosaïca.

Ven. 02/10

09h00 - 15h00

PERMANENCE CONCILIATION DE JUSTICE

Animée par un conciliateur de justice. Il a pour mission de permettre le règlement à l'amiable des différends qui lui sont soumis. Il écoute les positions des parties pour proposer ensuite une solution à leur litige. Offert - Ouvert à tous - sur inscription - A Mosaïca

Lun. 05/10

09h30 à 11h30

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 9h30 et 11h30 - Offert - À Mosaïca ou en extérieur Square de Condove en cas de météo favorable !

Mar. 06/10

18h30 à 20h30

ATELIER D'AUTO-DÉFENSE INTELLECTUELLE

Langue de bois, manipulations rhétoriques, biais cognitifs : comment se défendre ? Offert - Ouvert à tous - Sans inscription à Mosaïca - St Michel de Mne

Mer. 07/10

09h30 - 11h00



QI GONG INTERGÉNÉRATIONNEL

Une séance découverte animée par Christiane de Maurienne Senior, ouverte à tous. Offert - sur inscription auprès de Mosaïca. Dojo - St Michel Mne

Mer. 07/10

14h30 - 17h00



JEUX DE SOCIÉTÉ - APRÈS-MIDI INTERGÉNÉRATIONNELLE

- REPORTÉ ULTERIEUREMENT



Jeu. 08/10

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

Sam. 10/10

9h00 - 18h00



TEMPS FORT OCTOBRE ROSE MAURIENNE

Retrouvez les bénévoles tricoteuses et crocheteuses de Mosaïca sur un stand où vous pourrez acheter des objets fait mains tout en participant à la collecte de fond pour la recherche contre le cancer du sein. Ecole élémentaire - St Michel

Mar. 13/10

15h00

MARDI AU CINE - LES GARDIENNES DE LA PLANÈTE

Une baleine à bosse s'échoue sur un rivage isolé... Alors qu'un groupe d'hommes et de femmes s'organise pour tenter de la sauver, le documentaire explore l'histoire extraordinaire des cétacés. Place de ciné 6€. Le Savoie - St Michel de Mne.

Mer. 14/10

18h30 - 20h00

MA PETITE LAINE - APPRENTISSAGE DU TRICOT ET DU CROCHET

1 heure 30 pour se rencontrer, échanger autour de la laine et des différentes techniques, dans une ambiance conviviale. Nous vous prêtons le matériel pour débiter. Pour tous dès 8 ans - Offert à Mosaïca.

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

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

Mer. 14/10
14h30 - 16h30
et
Mar. 20/10
14h30 - 16h30

LES COUPS DE POUCE NUMÉRIQUE - SANTÉ

Les espaces numériques de santé : Pour vous, comment ça se passe ? Deux rendez-vous pour mieux comprendre et pratiquer nos espaces de santé numériques : Compte Ameli, prise de rdv en ligne, obtenir des résultats d'analyse
[Sur inscription](#) – [Offert](#) – [À l'AEP de Valloire](#) – [Transport possible au départ de St Michel de Mne](#)

Jeu. 15/10
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](#)

Jeu. 15/10
20h00 à 21h30

APERO-CLUB DES PARENTS : “ LA PLACE DANS LA FRATRIE ”

Retrouvons-nous autour d'un apéro pour échanger ensemble sur nos enfants et leurs relations dans la fratrie. Avec Lucile, psychologue et Charlotte – [Offert](#) – [Au Pôle Enfance de La Colombette St Michel de Mne](#) - [Sur inscription](#).

Ven. 16/10
14h30 - 17h00

RELACHEZ VOUS ! ART-THÉRAPIE

Avec Sandrine et Olivia, venez prendre du temps pour vous et offrez vous un moment de répit dans votre quotidien (bien chargé!). Ouvert à tous - Aucune compétence artistique n'est requise. [Adultes](#) – [Sur inscription](#) – [Tarif libre de 2 à 10€](#). [A Mosaïca](#)

Sam. 17/10
15h30 à 17h00

« CUISINE AVEC TON PAPA ET PAPY » SPÉCIAL TOUT-PETIT 2/6 ANS

Petites mains et grands gourmands se retrouvent pour cuisiner ensemble une recette sucré et facile. Accompagné par Charlotte, on cuisine, on patouille et surtout ... on partage ! - [Enfants de 2/6 ans accompagné de leur papa ou papy](#).
[Sur inscription minimum 48h avant](#) – [Offert](#) – [A Mosaïca](#)

Sam. 17/10
18h00 à 20h00

« CUISINE AVEC TON PAPA OU PAPY » SPÉCIAL SOIREE PIZZA ! 7-13 ANS

Papa et moi, ce soir c'est pizza ! Venez mettre la main à la pâte pour cuisiner ensemble des minis pizzas. On cuisine, on rencontre d'autre familles et on déguste tous ensemble. Enfants, ado de 7/13 ans accompagné de leur papa ou papy.
[Sur inscription minimum 48h avant](#) – [Offert](#) – [A Mosaïca](#)

Lun. 19/10
09h30 à 11h30

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 9h30 et 11h30 – [Offert](#) – [À Mosaïca](#) ou en extérieur [Square de Condove](#) en cas de belle météo

Mer. 21/10
14h30 - 16h30

SORTIE EN FAMILLE : SPECTACLE MUSICAL “ LA REINE DES NEIGES ”

L'aventure d'une princesse qui part à la recherche de sa sœur disparue dans un royaume glacé. Au fil de son voyage, elle entraîne les enfants dans une histoire pleine de magie. Pour toute la famille. [Théâtre - St Jean de Mnne](#) - [Gratuit pour les - de 6 ans](#) et tarif libre par personne de 5 à 20 euros. Covoiturage.



Jeu. 22/10
19h00 à 21h00

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

Parents et enfants , retrouvons nous autour d'une soirée crêpes party & défis et jeux coopératifs pour les enfants de + de 8 ans, les ados et leurs parents;
[Offert](#) - [À Mosaïca](#)

Mer. 28/10
18h30 - 20h00

MA PETITE LAINE - APPRENTISSAGE DU TRICOT ET DU CROCHET

1h30 pour se rencontrer, échanger autour de la laine et des différentes techniques, dans une ambiance conviviale. Nous vous prêtons le matériel pour débuter. [Pour tous dès 8 ans](#) - [Offert à Mosaïca](#).

Jeu. 29/10
14h00 - 17h00

MON JEUDI EN BALADE - OUVERT AUX PETITS ET GRANDS !

Venez en famille découvrir ce sentier sous La Croix des Têtes, en coteau sud, une petite boucle, pour découvrir le village typique de Serpolière et du vignoble conservatoire de Babylone, ainsi que le centre équestre à St Julien Montdenis
[Ouvert à tous](#) - [sur inscription](#) - [tarif libre 2-10 €](#) - [St Julien Montdenis](#)

NOVEMBRE



A vos marques, prêt, tricotez, les petits bonnets sont de retour !

Les 3 bonnes raisons de tricoter des petits bonnets au dos du programme

Lun. 02/11
09h30 à 11h30

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 9h30 et 11h30 - **Offert - À Mosaïca ou en extérieur Square de Condove en cas de belle météo**

Mar. 03/11
14h00 - 17h00

PERMANENCE HABITAT SOLIHA

Soliha vous reçoit pour vous accompagner sur la définition de votre projet de rénovation de votre logement. Ces permanences vous sont offertes 1 fois par mois par la Communauté de Communes à Mosaïca - **Sur inscription au 04 76 47 82 45**

Mar. 03/11
14h00 - 17h00

LA SORTIE CULTURELLE DU MOIS : SUPRISE !

Pour cette sortie culturelle, laissez vous surprendre ! Promis, on vous a concocté un temps convivial et culturel. Alors rejoignez nous les yeux fermés !

Adultes - Sur inscription - Tarif libre entre 2 et 10€ Départ en minibus de la gare de Saint Michel de Mne

À PARTIR DU
Mer. 04/11
10h15 - 11h30

SOYEZ ZEN ! ATELIER COLLECTIF DE SOPHROLOGIE

7 séances tous les mercredi et tout l'automne pour respirer et déconnecter un peu du quotidien. **Inscription avant le 30 octobre**, Tarif libre de 10-50 € le cycle (séance du 11/11 décalée au jeudi 12/11). Ouvert à tous.



Mer. 04/11
15h30 - 17h30

CUISINONS ENSEMBLE : SPÉCIAL CUISINE DU MONDE

Emincer, faire mijoter : préparons tous ensemble un plat à base de légumes qui mijote dans une marmite. Profitons du temps de cuisson pour mieux nous connaître. En bonus, chacun rentre à la maison avec son plat

Ouverts à tous - Sur inscription - Offert - A Mosaïca

Jeu. 05/11
14h00 - 17h00

PERMANENCE CONNECTÉE AVEC CORINNE

Les permanences connectées sont adaptées à tous, et surtout aux débutants, afin de développer des compétences numériques.

Offert. Sur rendez-vous individuel d'une heure.



Ven. 06/11
20h00

SPECTACLE « JE VIS AVEC FREDDIE MERCURY »

De l'humour, de l'émotion, du chant, du piano, un jeu de comédien au sommet de son art. La musique de Queen évidemment.

Tarif libre de 5-20 par personne € - Inscription obligatoire -

Au théâtre de St Jean de Mne. Possibilité de transport dans les villages de Maurienne Galibier sur demande.

Sam. 07/11
09h30 à 11h30

DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE & ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE " LES BONS REPÈRES POUR MON ENFANT "

Comment accompagner son enfant dans la découverte des aliments et construire une alimentation variée et équilibrée. Les enfants sont les bienvenus avec un espace de jeux prévu pour eux. **Avec Claire Burdin, Infirmières puéricultrice et charlotte, Pôle Enfance de la Colombette - St Michel de Mne - Offert**

Lun. 16/11
09h30 à 11h30

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 9h30 et 11h30 - **Offert - À Mosaïca**

Du Lun. 16/11 au
Lun.21/12
10h00 - 11h00

STIMULEZ VOTRE CERVEAU !

Venez jouer, vous entraîner et apprendre autour d'ateliers mémoire. Rires et remue-méninges garantis Ouvert à tous.

Tarif libre de 10 à 50 euros le cycle. Sur inscription à Mosaïca -A St Martin la Porte



Mer. 18/11
18h30 - 20h00

MA PETITE LAINE - APPRENTISSAGE DU TRICOT ET DU CROCHET

1h30 pour se rencontrer, échanger autour de la laine et des différentes techniques, dans une ambiance conviviale. Nous vous prêtons le matériel pour débiter. Pour tous dès 8 ans - Offert à Mosaïca.

Jeu. 19/11
10h00 - 16h00

MON JEUDI EN BALADE

Journée complète de balade et découverte en Haute-Maurienne ! Pique-nique à prévoir. Ouvert à tous, aucun niveau de marche requis - **Sur inscription** - Tarif libre 2-10 € - Départ en minibus

Jeu. 19/11
20h00 - 21h30

APERO-CLUB DES PARENTS : " GRANDIR EN CONFIANCE ... ENSEMBLE ! "

Nos mots, nos regards et nos attitudes participent à la construction de la confiance et de l'estime de soi de notre enfant, parlons en ! Une soirée pour échanger ensemble sans culpabilité et repartir avec des pistes concrètes - Offert- à Mosaïca ou en participation visio sur demande

Ven. 20/11
09h00 - 15h00

PERMANENCE CONCILIATION DE JUSTICE

Animée par un conciliateur de justice. Il a pour mission de permettre le règlement à l'amiable des différends qui lui sont soumis. Il écoute les positions des parties pour proposer ensuite une solution à leur litige. Offert - Ouvert à tous - sur inscription - A Mosaïca



GRANDE FETE DE RÉDUCTION DES DÉCHETS EN MAURIENNE GALIBIER !

Une journée pour réfléchir à notre consommation, désencombrer notre maison, rafraîchir notre garde-robe, composter nos déchets verts, donner et échanger dans une ambiance conviviale et familiale !

Détail de la journée au dos du programme

Gratuit ouvert à tous

Salle polyvalente - sous le gymnase - St Michel de Maurienne

FAMILLES : Vous êtes intéressées pour déposer /échanger du matériel de puériculture, vêtements enfants (0 - 15 ans), des jouets... Contactez Mosaïca



Mar. 24/11
19h - 21h30

CINÉ FILS EN AIGUILLE - SPECIAL PETITS BONNETS BONNE ACTION

Vous en avez marre de tricoter/crocheter seul·e·s devant votre télévision ? Venez le faire au cinéma avec d'autres passionné·e·s ! Eclairage de la salle adapté - **Projection de " L'incroyable femme des neiges "** - 19h accueil Pizza sur inscription jusqu'au 23/11 midi Place de ciné 6€ - Ouvert à tous

Mer. 25/11
10h00-11h30
14h30 à 16h30

BRICOLAGE D'AUTOMNE EN FAMILLE

Les feuilles d'automne rencontrent les pages des histoires. Deux créneaux d'atelier au choix pour petits et grands à partager dans la bonne humeur avec Charlotte et Mathias. Dès 3 ans - **Sur inscription** à Mosaïca - Offert - Bibliothèque de St Michel de Mne

Jeu. 26/11
09h30 - 12h00

FORUM DES AIDANTS

Que vous soyez proche aidant, aidant familial, aidant professionnel, ou simple curieux, venez découvrir les services et associations qui proposent des actions ou du soutien aux aidants, seniors et personnes en situation de handicap.

Ouvert à tous - Entrée libre. Transport possible. Best western-St Jean de Mne

Jeu. 26/11
20h00 - 21h30

APÉRO-CLUB DES PARENTS : MOI ET MON ADO : TROUVER MA PLACE DANS LES CHANGEMENTS LIÉS À LA PUBERTÉ ET À LA SEXUALITÉ

Mon enfant grandit, change et découvre son intimité... Un temps d'échange pour partager, trouver sa juste place et repartir avec des clés pour accompagner son ado avec confiance et bienveillance. Avec Lucille, Psychologue et Charlotte. **Sur Inscription**-Offert- Espace jeunesse de la Colombette ou en visio sur demande

Ven. 27/11
14h30 - 17h00

DÉTENDEZ VOUS ! ART-THÉRAPIE

Avec Sandrine et Olivia, venez prendre du temps pour vous et offrez vous un moment de répit dans votre quotidien (bien chargé!). Aucune compétence artistique n'est requise. Ouvert à tous - Adultes - **Sur inscription** - Tarif libre de 2 à 10€. A Mosaïca

L'opération
petit bonnet, bonne action



C'EST LE GRAND RETOUR DE « PETIT BONNET, BONNE ACTION » :
3 BONNES RAISONS DE RESSORTIR VOS AIGUILLES À TRICOTER !

1. « PETIT BONNET, BONNE ACTION », ÇA MARCHE : LA DERNIÈRE OPÉRATION A AINSI PERMIS DE FINANCER 500 000 PORTIONS DE FRUITS ET LÉGUMES SUR L'ANNÉE 2026 !
2. PAS BESOIN D'ÊTRE UN PRO DU TRICOT POUR PARTICIPER : Qu'importe votre niveau en tricot, chaque contribution améliore directement le quotidien des personnes âgées isolées.
3. L'ENVOI EST OFFERT : Déposer vos petits bonnets à Mosaïca jusqu'au 23 NOVEMBRE où lors du "Ciné fil " du 24 novembre au cinéma le Savoie.



LA SEMAINE EUROPÉENNE DE LA RÉDUCTION DES DÉCHETS

C'EST LE 21 NOVEMBRE À ST MICHEL !

ET C'EST POUR TOUT LE MONDE!

GRANDE FETE DE RÉDUCTION DES DÉCHETS EN MAURIENNE GALIBIER !

La gratuiterie des familles :
Vêtements enfants, matériel de puériculture, jouets ...
Déposer ce que vous voulez (en bon état uniquement !) et repartez gratuitement avec ce qui vous plaît ! (même si vous n'avez rien déposé)

Raccommodage facile, artistique et ludique
Avec Sylvain - Artiste, les bénévoles tricoteuses de Mosaïca venez avec vos vêtements à raccommoder ou embellir, bref c'est le moment de donner un second souffle à votre garde-robe - Matériel nécessaire fourni

Réduire les déchets par le compostage
Avec Pierre maître composteur, venez découvrir l'art du compostage autour d'un café.

ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE OUVERT À TOUS

