



FORMATCAP



2023-2024

Beauregard



**Venez découvrir des activités
au service du lien social et de votre bien-être.**

Local 217



Le LIS



Pôle Insertion : 07 65 88 85 63
formatcapecapsport-epi.fr

PROGRAMME D'ACTIVITÉS 2023-2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	10h-12h Local 217**		10h00-12h00 Beauregard*	10h00-12h00 Beauregard*
	ABCD Apprentissage de la langue française de manière ludique et concrète		Atelier vélo Apprentissage de l'entretien d'un vélo, réparation et remise en état	Atelier numérique Initiation aux outils informatiques et numériques : ordinateur, smartphone, logiciels et machines
13h30-16h30 Beauregard*	13h30-17h00 Beauregard*	14h00-17h00 Local Infos Santé***	13h30-17h00 Beauregard*	13h30-16h30 Beauregard*
Jardinage Végétalisation d'espaces, semis, plantation Bricolage Création collective à partir de matériaux de récupération	Chantier participatif Lieu évolutif Entretien des espaces verts et réalisation de projets extérieurs, peinture, création d'allée en gravier...	Santé Forme Information et sensibilisation à la santé, proposition d'une activité physique adaptée aux capacités de chacun	Chantier participatif Lieu évolutif Entretien des espaces verts et réalisation de projets extérieurs, peinture, création d'allée en gravier...	Jardinage Entretien des espaces végétalisés ou visite environnementale Bricolage Création collective à partir de matériaux de récupération

INFORMATIONS

Où nous trouver ?	Comment participer ?
*Domaine de Beauregard 568 route de Ouistreham 14200 Hérouville Saint-Clair **Local 217 217 Boulevard du Grand Parc 14200 Hérouville Saint-Clair ***Local Infos Santé 1022 Boulevard des Belles Portes 14200 Hérouville Saint-Clair	- Adhésion  30€ pour l'année - Toutes les activités sont accessibles sous inscription dans la limite des places disponibles. - Inscription auprès du Pôle insertion 07 65 88 85 63 formatcapcapsport-epi.fr



La Ferme du Domaine de Beauregard