



FORMATIONS ET DÉCOUVERTES GRATUITES POUR TOUS!*

*adhésion non comprise

ATELIER INFORMATIQUE

En atelier collectif ou en itinérance, l'association CAFES, équipée de PC portables et de tablettes numériques, propose des cours de l'initiation au perfectionnement.

- Bureautique / Photos numériques
- Démarches « administration et services en ligne »
- Messagerie emails, smartphone, réseaux sociaux
- Conception 3D (CAO) et imprimante 3D

Horaires : nous consulter. plus d'info au **04 81 07 27 17**
informatique@associationcafes.org

SÉCURITÉ ROUTIÈRE

Mobilité à tout âge

- « Rester mobile » : remise à niveau code et conduite, en particulier pour les + 60 ans

Atelier itinérant, plus d'infos auprès de CAFES

- Soutien à l'apprentissage du code tout public

Horaires : nous consulter.

- Découvrir les nouvelles formes de mobilité : sites internet, plateforme de covoiturage

LANGUE FRANÇAISE

- Améliorer son français, à l'oral comme à l'écrit
- Approche de la langue française par la pratique et la découverte de ses codes

Horaires : préparation examen DELF
Français avancé Lundi 13h45 - 15h45
 Mardi : 9h - 11h
Français débutant Lundi 9h30 à 11h15
 Mardi : 14h - 16h
 Vendredi : 14h - 16h (à Corps)

Association CAFES

17 rue du Dr Tagnard, La Mure
04 76 30 94 42

association.cafes@associationcafes.org

www.associationcafes.org

facebook.com/associationcafes.org



C.A.F.E.S

Convivialité Accueil Formation Expression Solidarité

AQUARELLE

■ Découverte et approfondissement de la pratique de l'aquarelle.

Horaires : jeudi de 9h30 à 11h30



COUTURE

- Apprendre les bases de la couture à la main et à la machine
- Partager ses connaissances, s'entraider, devenir autonome en couture

Ouvert aux débutants et confirmés

Horaires : jeudi de 14h à 16h



L'ART DU CHI

- Découvrir le CHI, ensemble de mouvements lents issus de la tradition chinoise, nourrissant les articulations, la respiration et l'attention.

Horaires : lundi et jeudi de 16h30 à 18h30

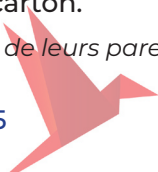


SCRAPBOOKING

- Venez découvrir l'art du pliage pour faire des formes en 3D en papier ou en carton.

*Ouvert aux enfants accompagnés de leurs parents
A partir de 8 ans*

Horaires : mercredi de 15h à 16h15



À LA RECHERCHE D'UN EMPLOI

Vous êtes demandeur d'emploi et/ou au RSA ?

- CAFES peut vous aider dans vos démarches de recherche d'emploi : CV, démarchage, immersion professionnelle en entreprise.
- CAFES recrute pour ses activités : forestier / espace vert, bâtiment multi services et menuiserie.

Offres d'emploi ouvertes aux personnes avec ou sans expérience.

**Renseignez-vous
04 76 30 94 42**



C.A.F.E.S