

Comité de Pilotage Espace de Vie Sociale

Vendredi 3
décembre 2021

Rapport d'activité

Association l'Alternateur

17, rue du Barri

04140 Seyne les Alpes

1) Rapport d'activités

Une ouverture reportée

L'Alternateur aurait dû ouvrir ses portes en novembre 2020. Cependant, le contexte sanitaire et les différents confinements ont rendu impossible cette ouverture.

Nous avons pu (enfin) ouvrir le **1^{er} juin 2021** !

Ce temps de fermeture n'a pas été un temps perdu. Il nous a permis de terminer le diagnostic de territoire réalisé avec l'ADRETS, ainsi que l'écriture de notre projet social. Ce temps a également été l'occasion de terminer quelques travaux dans le lieu.



L'été à l'Alternateur

Nous avons fait le choix d'une **programmation mensuelle, riche et variées**, afin de satisfaire un large public. Nos adhérents la reçoivent tous les mois dans leur boîte mail, et nous la communiquons également sur notre site web et les réseaux sociaux.

L'été a été un temps de test et de découverte de l'usage du lieu. Nous avons dû régler un grand nombre de petites difficultés techniques.

Nous n'avons pas organisé tant d'événements, et avons constaté que le public n'était pas vraiment au rendez-vous vu le nombre important d'activités proposées dans la Vallée à cette période. Cela a renforcé notre conviction que **l'Alternateur était un lieu idéal de retrouvailles hors saison estivale pour les locaux**. Nous devons adapter notre programmation en fonction de cette donnée l'an prochain.

Les **Ateliers cueillette-cuisine proposés par Barbara** ont cependant rencontré un franc succès ! 6 ateliers au cours de la saison, avec 7 à 8 personnes environ à chaque session.



Une rentrée dynamique

Depuis le mois de septembre, l'Alternateur a vraiment pris son envol !

Les adhésions sont montées en flèche : nous comptons aujourd'hui à **188 adhérents**.



Au niveau culturel, une **exposition permanente des sculptures d'Olivier Michaud** a embelli le lieu depuis son ouverture. Nous souhaitons renouveler ce genre de propositions, en offrant aux artistes locaux un espace pour exposer leur travail.

La **soirée Contes** du 8 octobre a réuni environ 70 personnes. Il s'agissait de contes pour adultes, enfants à partir de 10 ans (histoires de sorcelleries dans les Alpes de Haute Provence). Un régal !



En novembre, un **spectacle circassien suivi d'un repas afghan** (organisé en partenariat avec l'association Solidaritat) a remporté un succès au-delà de nos attentes.

Plus d'une centaine de personnes ont répondu présentes pour ce beau spectacle de portées acrobatiques, organisé en extérieur dans le village.

La programmation de ce spectacle s'est faite en lien avec l'association culturelle digne La Chamade, qui avait programmé une date à Digne la veille.

L'Alternateur propose également **des ateliers bimensuels de théâtre avec Myriam Bruyère et de chant avec Harphang pour un public adulte**.

Ces ateliers sont complets et fonctionnent très bien !

Myriam Bruyère a également souhaité démarrer des ateliers de théâtre pour enfants, mais devant le nombre insuffisant d'inscrits, l'activité n'a pas pu se poursuivre. Des stages seront certainement organisés pendant les vacances scolaires.

Au niveau social, notre premier événement a été un **brunch musical en juin 2021**. Un bel événement qui a rassemblé une cinquantaine de personnes, toutes très heureuses de voir enfin ce lieu ouvrir.

Des personnes sont venues manger seul-e-s, mais ont rapidement trouvé de la compagnie.

C'est un point important pour nous, pouvoir **accueillir les personnes seules**, et les inciter à venir sans gêne pour tisser des liens.



Des **jours co-working** sont organisés deux fois par mois, le jeudi de 10h à 17h. Ces jours rencontrent un succès grandissant. Des indépendants, ou étudiants, ou toute personne qui le souhaite, peuvent venir pour travailler sur leur ordinateur dans un cadre convivial. Ces temps sont de vrais moments de rencontre et de richesse, avec très souvent des projets qui naissent par la rencontre d'individus partageant des buts ou envies communes.

Les soirées jeux !

Nous en avons organisé trois jusqu'à présent. Un succès progressif, la dernière a réuni plus de quarante personnes, la première en avait réuni une petite vingtaine.

Ce sont des temps riches, très **intergénérationnels**, avec souvent la présence de familles qui apprécient beaucoup pouvoir laisser jouer leurs enfants librement (ou presque!) et profiter d'un moment chaleureux.

Les temps parents-enfants

Nous proposons deux types de temps parents-enfants :

- **Les mercredis matin** 1x/mois : un temps libre pour partager une activité, des paroles, des expériences
- **Les après-midi Ludirunner** : la ludothèque itinérante dignoise est déjà venue à deux reprises pour animer un atelier jeux à l'Alternateur. La fréquentation est en hausse entre les deux événements, environ 10 familles étaient présentes à la dernière édition.



Les soirées initiation échecs

Depuis la rentrée des vacances de la Toussaint, un adhérent propose tous les mardis soir un atelier échecs pour les adultes débutants ou confirmés. L'activité fonctionne bien, avec entre 5 et 10 personnes qui viennent régulièrement.

Les ateliers de dessin partagé

Un temps pour dessiner ensemble, sans connaissances préalable et sans jugements. Olivier Michaud, artiste de La Bréole met au service son talent pour inspirer les autres. Une seule soirée a eu lieu mais il est question de poursuivre régulièrement.

Les concours de cartes

Incontournables du pays bas alpins, des jeux tels que la contrée ou la moune ont leurs adeptes. La première soirée contrée organisée en novembre a remporté un grand succès. Une quarantaine de

joueurs sont venus s'affronter pour remporter un lot. Novices ou pas, tout le monde a pu trouver sa place. Au-delà du jeu, l'intention est également de perpétuer ces jeux traditionnels et locaux, et de les transmettre des anciens aux jeunes.

Les Repairs Café

Nous avons tenté l'aventure du repair-café une seule fois, grâce à un adhérent ayant des compétences en bricolage. Personne n'est venu ! Mauvaise communication ? Manque de connaissance de ce type d'événement ? Nous allons nous mettre en lien avec l'Atelier Partagé de Digne pour améliorer notre visibilité et notre manière de faire.

Le Repas Afghan

Le 7 novembre 2021 s'est tenu à l'Alternateur un beau moment de partage et de solidarité. En partenariat avec l'association Solidaritat de Barcelonnette, où l'une des adhérentes de l'Alternateur travaille depuis peu, des demandeurs d'asile sont venus cuisiner un repas afghan à l'Alternateur. Ils ont pu assister au spectacle circassien ayant lieu juste avant le repas, sous un soleil radieux dans le village de Seyne.

Un vent magique a soufflé ce jour là sur l'Alternateur. Des sourires, des rires, de la bonne nourriture et un fort sentiment de chaleur humaine ont ponctué cette journée.

Un partenariat à renouveler donc !



Les Ciné-Débat

Le premier Ciné-Débat de l'Alternateur s'est déroulé le dimanche 28 novembre 2021, dans le cadre de festival Alimentterre, festival national ayant pour objectif de sensibiliser un large public, par la diffusion de films, à une alimentation plus responsable et plus solidaire.

Nous avons donc choisi de projeter le film « L'Arbre Providence », sur les arbres fertilitaires en Afrique. La séance a été un succès, avec environ 25 spectateurs, novices ou passionnés par le sujet, dont deux gardes ONF et un agriculteur qui ont largement pu abonder le débat de leurs connaissances et de leurs expériences.

Un adhérent nous a récemment proposé de développer à l'Alternateur une activité « Ciné-Club ». Le projet est en cours de construction.

2) Notre Gouvernance

L'association est gouvernée par un Conseil d'Administration Collégial (baptisé le Kremlin pour les intimes), composé de cinq membres actuellement, et renouvelé tous les ans lors de l'Assemblée Générale.

Le fonctionnement de l'association s'appuie sur 3 documents clés

- ✓ **Les statuts** de l'association évidemment
- ✓ **La charte** de l'Alternateur définissant vocation, finalités et valeurs du collectif et de l'association
- ✓ **Les « règles du jeu »** de l'Alternateur (règlement intérieur) précisant notamment les modalités de fonctionnement pour les adhérents, les différentes instances, les modes de prise de décision, ainsi que les modalités de propositions de projets ou de changement de fonctionnement. Ces règles du jeu sont complétées de « règles du lieu », sorte de mode d'emploi pour les usagers en autonomie du lieu.

Principes de gouvernance

- ✓ Transparence sur les informations
- ✓ Décisions partagées
- ✓ Cercles de travail en responsabilité

Organisation opérationnelle de la gouvernance

- ✓ Une rencontre annuelle à destination de l'ensemble des usagers et partenaires mixant assemblée générale et construction collective du projet social pour l'année à venir (au mois de février)
- ✓ Un comité de pilotage annuel de l'Espace de Vie Sociale
- ✓ Des rencontres bimensuelles et décisionnaires du conseil d'administration collégial
- ✓ Des rencontres de travail régulières selon les besoins pour les cercles opérationnels
- ✓ 1 à 2 rencontres annuelles de l'ensemble des intervenants

Une participation des usagers omniprésente

L'implication des bénévoles et des adhérents dans le fonctionnement du lieu et dans sa gouvernance est un point essentiel pour nous. Nous tentons de mettre en œuvre les conditions favorables à cette participation, en étant le plus ouvert possible, mais aussi en créant des règles et des espaces dédiés à cela.

Deux salariées depuis le 1er octobre

Dès le début du projet, nous souhaitions pouvoir rapidement salarier, conscients de la charge de travail bénévole que représente un tel projet.

Ainsi c'est avec grande joie que Myriam Bruyère et Isabelle Dalban ont été embauchées le 1^{er} octobre, avec respectivement 14h et 4h de travail hebdomadaire, ce qui constitue un mi-temps à deux. Elles ont donc démissionné du Conseil d'Administration Collégial lors du CA du 29 septembre 2021.

Nous sommes actuellement en train de redéfinir les rôles et les périmètres d'action de chacun dans cette nouvelle configuration. Deux membres du CA sont désignés spécifiquement à la « gestion » des salariées, tant sur le plan administratif que humain.

Canevas Relationnel L'Alternateur Février 2021

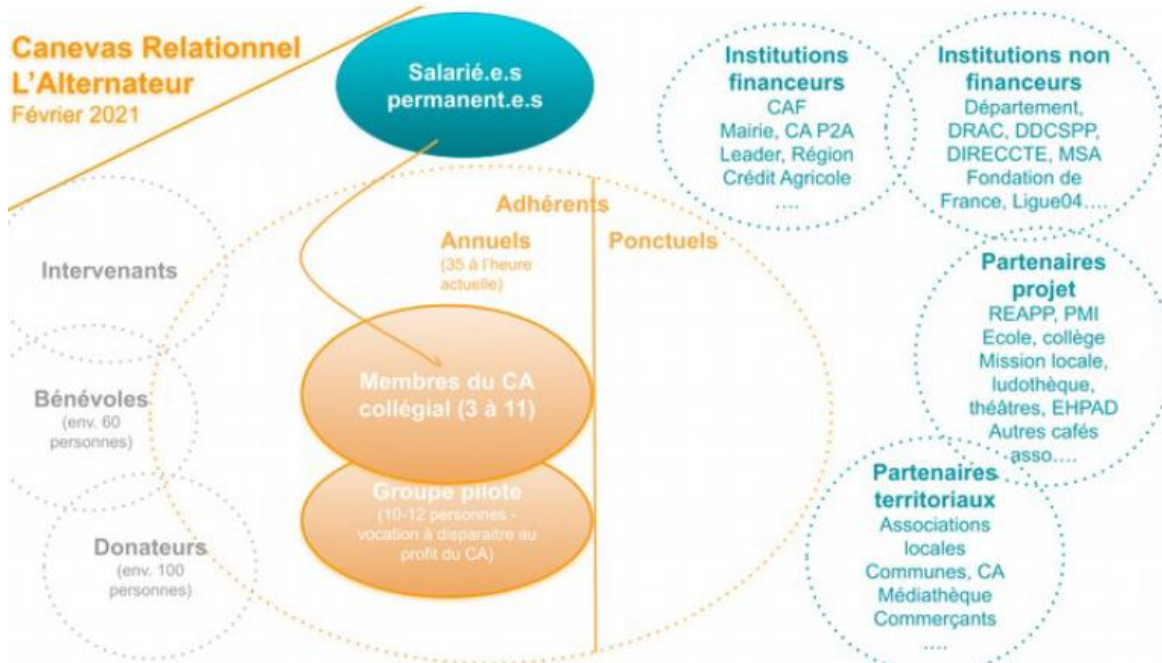
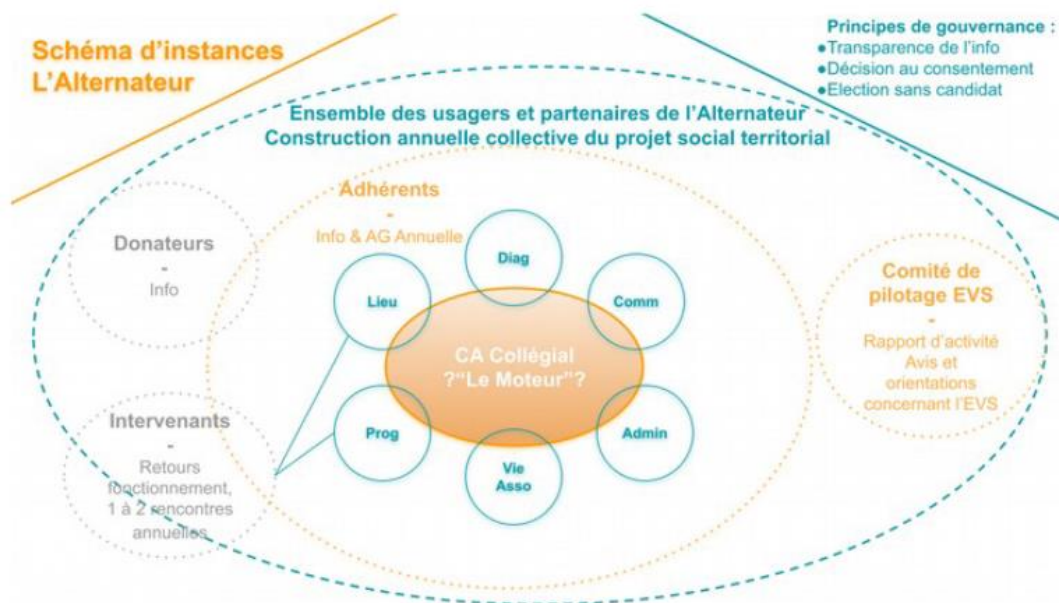


Schéma d'instances L'Alternateur



3) Evaluation de nos actions en rapport à nos axes d'intervention

Un regard croisé sur notre activité et nos objectifs de départ nous permet d'évaluer la pertinence de nos actions.

Axe 1 : Créer un lieu de proximité à vocation globale, familiale et intergénérationnelle qui accueille toute la population en veillant à la mixité sociale.

Objectifs :

- ✓ Favoriser la création de lien social
- ✓ Favoriser la mixité sociale, générationnelle et culturelle
- ✓ Favoriser les initiatives et la citoyenneté
- ✓ Dynamiser et animer le quartier et le tissu des acteurs locaux
- ✓ Être un acteur du développement social local

Evaluation :

Un lien social plus fort entre habitants et générations : ces objectifs sont à notre sens complètement atteints. En effet, **l'Alternateur est un vrai lieu de rencontre et de création de lien social.** Les activités proposées favorisent le partage et l'échange entre personnes qui ne seraient pas rencontrées ailleurs.

Notre fréquentation est composée de **gens de tous les âges et de différents milieux sociaux.** Nous travaillons actuellement sur des moyens d'évaluation plus précis : installation d'un tableau participatif où chaque personne inscrit sa venue, son âge, et sa commune de provenance, afin de soulager le travail des bénévoles et de générer facilement des statistiques.

Au-delà de la mixité sociale, l'Alternateur engendre une **mixité territoriale.** Des personnes viennent de la Vallée de Bès, d'autres de la Vallée de l'Ubaye, la majorité de la Vallée de la Blanche. Ces gens se retrouvent à Seyne, et partagent des moments de convivialité qu'ils ne retrouveraient pas ailleurs.

L'Alternateur favorise également largement la **prise d'initiatives.** Les adhérents sont force de propositions, et nous sommes tous les jours étonnés par leur motivation et leur envie de participer. Nombre d'activités sont à l'initiative d'adhérents qui souhaite partager une passion : soirées échecs, atelier de dessin partagé, ateliers cuisine, repair-café...

L'implication des habitants dans la vie de ce lieu favorise indirectement leur implication dans le village et dans leur sentiment d'appartenance et d'utilité au sein de celui-ci. C'est un premier pas pour certains vers une forme de **citoyenneté** active.

La création d'emplois au service du mieux vivre ensemble : nous sommes très fiers d'avoir réussi à embaucher deux personnes et à leur permettre de vivre sur le territoire et de s'impliquer (encore plus) dans la dynamique sociale et humaine de Seyne.

Axe 2 : Créer des animations favorisant la vie sociale et permettant aux habitants d'exprimer, de concevoir et de réaliser leurs projets

Action 1 : Développer les initiatives culturelles

Objectifs :

- ✓ Faire (re-)vivre la vie culturelle dans la vallée

- ✓ Mettre en valeur les talents locaux (artistes, musiciens...)
- ✓ Favoriser les rencontres et la créativité
- ✓ Organiser de la médiation culturelle notamment envers les scolaires
- ✓ Faire rayonner Seyne aux alentours
- ✓ Soutenir les associations culturelles alentours

Evaluation :

Là encore, nous estimons que les objectifs sont **complètement atteints**, pour un début d'activité. **Les manifestations culturelles organisées rencontrent un franc succès en termes de fréquentation et les retours sont très positifs**. La population apprécie de voir le spectacle de rue revenir à Seyne, et de pouvoir bénéficier d'une programmation culturelle locale et proche de chez eux.

Les cours de théâtre et de chant sont également très plébiscités, et répondent à un manque d'activités de ce type sur le territoire.

La création d'un réseau actif de partenaires locaux notamment associatifs : bien sûr, ce n'est qu'un début, et **des liens restent à tisser** avec les artistes locaux, ainsi que les associations. Des programmations communes sont envisagées avec l'association La Chamade à Digne, et le café associatif Le Grain de Sable à Barcelonnette.

De nombreuses personnes commencent à parler de l'Alternateur à l'extérieur de Seyne, de Digne à Gap, en passant par Barcelonnette, ce qui permet de **donner une coloration positive au village !**

Les actions envers les scolaires n'ont pas encore vraiment démarré, mais nous souhaitons nous mettre en lien avec les écoles prochainement.

Action 2 : Proposer un espace d'accueil, de rencontres et d'animations dédié aux familles et aux jeunes

Objectifs :

- ✓ Permettre aux familles d'échanger librement
- ✓ Encourager l'expression des parents et des jeunes, la prise de confiance en eux
- ✓ Recenser les interrogations des familles
- ✓ Développer des moments de rencontres, d'échanges entre familles en toute convivialité
- ✓ Faire émerger des projets communs et développer l'entraide parentale

Evaluation :

C'est un **démarrage plus doux et plus lent** pour les activités autour de la parentalité et de la jeunesse.

Les matinées parents-enfants prennent leur temps pour faire des adeptes, les après-midi jeux avec Ludirunner fonctionnent bien. **Les parents du secteur commencent à repérer l'Alternateur comme un lieu accueillant pour eux et leurs enfants, dans une dynamique de loisirs.**

Nous ne sommes pas encore repérés comme un lieu pouvant être source d'information, ou de soutien sur ces questions.

Une première grande réunion autour de la parentalité a été organisée le vendredi 26 novembre. La plupart des acteurs de la parentalité sur le territoire étaient représentés : CAF, REAAP, UDAF, crèche, PMI, Conseil Départemental (responsable, infirmière, assistante sociale, sage-femme) médecin du

village, conseillère conjugale et familiale. Les échanges ont permis de mettre en avant le besoin de lien sur ces sujets, tant entre les professionnels qu'entre les parents eux-mêmes. Il ressort la notion d'isolement et de manque d'informations sur le rôle et les actions de chacun. **Ainsi, la question de créer une animation locale du REEAP est en cours de réflexion, l'Alternateur pourrait-il jouer ce rôle ?**

Concernant la jeunesse, et plus particulièrement les adolescents, un projet est en cours de construction avec l'association seynoise GUZU. L'association va répondre à l'appel à projet de la Prestation Jeunes de la CAF, et l'Alternateur serait partenaire de ce projet. L'idée est de créer un lieu d'animation et d'activités pour les adolescents, avec une ouverture plusieurs fois par semaine, mais aussi pendant le week-end et les vacances scolaires. L'Alternateur étant à quelques mètres du collège, l'emplacement est idéal. Ce partenariat devrait voir le jour au mois de septembre 2022.

L'année 2022 sera aussi l'occasion de mettre en œuvre plus d'activités autour de la jeunesse puisque que **nous avons reçu un accord favorable de notre dossier de subventions LEADER intitulé « Un lieu de rencontre, d'activités et d'échanges, pour les adolescents et les jeunes enfants à Seyne ».** Nous allons donc être financés pour de l'équipements (livre, jeux, matériel informatique...) et des prestations de services d'activités pour les jeunes (ateliers d'écriture, fresque murale, cirque...)

Action 3 : Organiser des ateliers sur différentes thématiques

Objectifs :

- ✓ Favoriser la collaboration, le « faire ensemble » entre habitants
- ✓ Développer le partenariat entre la population et les associations
- ✓ Faire découvrir de nouvelles pratiques, démarches, initiatives

Evaluation :

C'est une action en cours de développement. Les ateliers cueillette-cuisine cet été ont très bien fonctionnés, mais ne peuvent pas se reproduire en hiver. Les séances de repair-café n'ont pas encore trouvé leur public. Nous prévoyons pour le mois de décembre une activité « Produits ménagers : fais-le toi-même ! », qui, nous l'espérons fonctionnera bien.

L'évaluation de cette action est donc difficile pour le moment.

Action 4 : Sensibiliser la population à la citoyenneté et aux nouveaux enjeux de la transition

Objectifs :

- ✓ Impliquer la population dans des démarches écocitoyennes
- ✓ Informer sur les enjeux de la transition démocratique, sociale et écologique
- ✓ Faire émerger de nouveaux modes de coopérations qui conviennent aux habitants pour favoriser l'échange d'idées et la réalisation de projets d'intérêt commun.
- ✓ Développer un projet de coéducation élaboré avec tous les acteurs et engager chacun au travers de valeurs partagées et d'objectifs communs pour promouvoir le « vivre ensemble »

Evaluation :

Cette action peut se décliner sous différents axes. Tout d'abord, **notre fonctionnement collégial et notre gouvernance sont source d'inspiration pour d'autres associations.** Notre mode de fonctionnement interroge, intrigue, et semble essayer une autre manière de faire ensemble.

L'utilisation de méthodes d'intelligence collective et d'animations participatives favorisent aussi la prise de conscience des adhérents et des partenaires sur la nécessaire transition sociale et démocratique que nous devons enclencher.

La participation au festival Alimenterre, et la projection du film sur le thème des arbres fertilitaires était aussi un bon moyen d'informer et de sensibiliser aux enjeux de la transition actuelle. Nous souhaiterions reproduire ce genre d'initiatives.

Au quotidien, nous trions nos déchets et tentons de faire attention à nos consommations d'énergie. La promotion des circuits-courts : nous ne vendons que des produits locaux, issus d'une agriculture raisonnée. Nous proposons des repas gourmands, mais avec des produits de qualité. Les agriculteurs et producteurs du territoire sont heureux de travailler avec nous, et que l'on mette en avant leurs produits.

Ci-dessous une grille de critères d'évaluation que nous avons créée et sur laquelle nous allons travailler pour notre bilan annuel.

Proposition d'une grille globale de critères d'évaluation

Accessibilité du lieu	Fréquentation	Participation à la vie associative	Coopération associative	Programmation	Dynamique locale
<ul style="list-style-type: none"> - nombre d'heures d'ouverture - adaptation des créneaux aux besoins (questionnaire) - tarif des consommations - tarif des ateliers - tarif des événements - convivialité du lieu / accueil (questionnaire) 	<ul style="list-style-type: none"> - nombre de personnes différentes étant venues - nombre de visites par semaine - nombre d'utilisateurs réguliers - nombre d'utilisateurs réguliers < 25 ans 	<ul style="list-style-type: none"> - nombre d'adhérents - nombre d'adhérents < 25 ans - nombre de personnes impliquées dans les différents cercles - propositions d'activités - propositions d'aide / de matériel 	<ul style="list-style-type: none"> - nombre de prêts / locations des espaces à d'autres associations - nombre d'ateliers réguliers réalisés par d'autres associations - mutualisation de matériel effective - coordination programmation - comm culturelle commune 	<ul style="list-style-type: none"> - nombre d'événements programmés - nombre d'ateliers réguliers par semaine - fréquentation des événements par les < 25 ans - satisfaction sur la programmation événementielle (questionnaire) - satisfaction sur la programmation activités (questionnaire) 	<ul style="list-style-type: none"> - nombre de projets collectifs émergents - nombre et faisabilité des propositions pour l'Alternateur

4) Perspectives 2022 et leviers d'action

L'année 2022 sera une année de stabilisation pour l'Alternateur et ses équipes. Permettre aux salariées, aux membres du conseil d'administration collégial et aux bénévoles de bien trouver leur place, travailler (encore !) notre gouvernance.

Ce sera également l'année pour **développer notre réseau, nos liens et nos partenaires.**

Nous poursuivrons évidemment nos actions, sur la même lancée, avec la même éthique et les mêmes valeurs. Nous pensons être dans une **dynamique très positive**, qui convient aux uns et aux autres, et prend son « rythme de croisière ».

Nous avons quelques leviers d'actions et de progression :

- **Nous faisons face à une grosse difficulté quant au dispositif de chauffage.** Le lieu est grand et n'est chauffé qu'avec des radiateurs électriques qui consomment beaucoup. Nous avons fait venir un expert en conseil en rénovation énergétique de l'Agence Locale pour la Transition Energétique. Cette personne a pu nous donner quelques conseils, mais a surtout insister sur la nécessité d'isoler et de changer de mode de chauffage. De gros travaux que nous ne pourrions assumer seuls. Nous devons prendre contact avec les propriétaires pour évoquer cela avec eux.
- Nous avons également à travailler nos moyens d'intégrer de nouveaux bénévoles, et donc nos moyens de communication, notamment pour que la **gouvernance soit toujours plus participative et agile.**
- Nous souhaitons également mettre en œuvre de **meilleurs moyens d'évaluation** de nos actions et de notre impact sur le territoire.

5) Bilan Financier

L ALTERNATEUR

Café Associatif & Culturel

Jun 2021



EDITO

Ca y est, ON OUVRE!

un démarrage tout en douceur, adapté à la période, à l'équipe, aux finances, et pour trouver notre place. En tout cas, les débuts d'un lieu avec de l'émotion, des promesses, de l'énergie, du partage.

ouverture les vendredis 9h/13h (à partir du 11 juin)

découvrir les lieux, boire un bon café ou thé, co-working, musique, lectures, jeux

13 juin Le brunch du dimanche 11h/14h

Brunch musical avec

* Accordeon rouge* elle partage en toute modestie ce langage universel qu'est la musique participation au chapeau réservation souhaitée.

18 Juin soirée Apéro/Mix (à partir de 18h30)

Avec 'dj Black Hole' participation au chapeau petite restauration sur place

25 Juin soirée jeux/chill (à partir de 18h30)

venez jouer! jeux sur place ou amenez des jeux blind test bol de chill

24 juin De la cueillette à l'assiette 9h, 14h30

Une balade un atelier cuisine un bon repas partagé, en compagnie de Barbara, « cheffe nourricière ». Rés. : 07 54 38 24 12

30 JUIN temps parents/enfants 9h/12h

Dessins, histoires....

tout l'été Exposition olivier Michaud

contacts: 06 22 763 731
https://asso-lalternateur04.org
mail:lalternateur04@gmail.com

L ALTERNATEUR

Café Associatif & Culturel



EDITO

Un été au rythme chaloupe

Après un départ en trombe avec des allures de Grando Vadrouille, toute l'équipe se réjouit de faire vivre cette belle aventure sociale, humaine, créée par les habitants et pour les habitants. Qu'on se le dise, on est chauds!

ouverture les vendredis 9h-13h

Découvrir les lieux, boire un bon café ou thé, co-working, musique, lectures, jeux

14 JUILLET temps parents/enfants 9h-12h

Dessins, histoires, activités manuelles, papotages....

17 juillet soirée poésie musicale 18h-21h

Lecture de poèmes Accompagnés de voix 50 adultes /gratuit enfants Temps convivial à la suite avec les artistes

tout l'été Exposition olivier Michaud Sculpteur



8, 13, 31 Juillet de la cueillette à l'assiette 9h-14h30

Une balade, un atelier cuisine, un bon repas partagé, en compagnie de Barbara, « cheffe nourricière ». réservation obligatoire au 07 54 38 24 12

22 Juillet après-midi jeux 15h-18h

Plaisir et grand jeu, venez jouer! Grand jeu en bois, jeux de plateau Animation par Ludirunner l'atelier est ouvert à tous

1er août le brunch du dimanche 11h-14h

Brunch musical participation au chapeau nombre de brunch limité, réservation souhaitée!

contact: 06 29 78 01 86
https://asso-lalternateur04.org
mail:lalternateur04@gmail.com

L ALTERNATEUR

Café Associatif & Culturel



Septembre / Octobre

Vendredis 17 & 24 septembre (ouverture 9h à 13h)

Profiter de l'espace, coworking, musique, lecture, jeux,....

28 septembre - Jeux de plateaux

Expert ou pas, viens jouer et pourquoi pas défer les plus expérimentés aux échecs, dames et go. A partir de 18h30

Les jeudis coworking 30 sept - 14 oct - 28 oct (10h à 17h)

Dans une ambiance de travail partagé, en toute convivialité. Accès wifi gratuit.

13 oct Matinée parents/enfants

Ateliers et jeux pour les petits, un temps de rencontre pour les parents. De 9h à 12h



8 octobre - Soirée Contes

"Le Roi des menteurs" contes et légendes des Alpes et de Provence. Contes des veillées d'autrefois, du temps où les hivers étaient rudes : diableries, sorcelleries et contes humoristiques. par Renaud Thery.

Adultes et enfants à partir de 10 ans Durée : 1 heure environ

PAF : 5 €/adulte - petite restauration sur place

27 octobre - Ateliers ludiques

Ludirunner et son attirail de jeux pour TOUS. De 15h à 18h - Goûter gourmand sur place

22 octobre - Soirée jeux

Au programme jeux de cartes & jeux de société pour une soirée chaleureuse. A partir de 18h30

Permanent : Exposition d'Olivier Michaud, Sculptures

Infos & contact

Mymy : 06.22.76.37.31 - lalternateur04@gmail.com - https://asso-lalternateur04.org

L ALTERNATEUR

Café Associatif & Culturel



Vendredi 5, 12 & 19

Profiter de l'espace, lecture, musique, jeux, ...
Ouverture de 10h à 13h.

Les jeudis coworking 18 & 25

Dans une ambiance de travail partagé, en toute convivialité. Accès wifi gratuit. De 10h à 17h.

Samedi 13 - Repair café

Amène tes outils, ton petit électroménager, ton petit mobilier. Mymy et Eric seront là pour essayer de réparer avec toi sur place. De 10h 16h - Repas partagé

Jeudi 18 - Atelier de dessin partagé

Venir avec son matériel, son envie de dessiner (crobart, nature morte, ...) et de partager. De 17h à 19h30

Dimanche 28 - Alimenterre

Dans le cadre du festival Alimenterre, sur les enjeux agricoles et alimentaires. Diffusion du film "L'Arbre Providence". A 17h.

Infos & contact : Mymy : 06.22.76.37.31 - lalternateur04@gmail.com - https://asso-lalternateur04.org

Mercredi 3 - Lectures

Lectures d'histoires par nos bénévoles pour vos petits. De 9 h à 11h
Présence des parents obligatoire

Dimanche 7 - Spectacle

Place des trois rois

devant l'Alternateur à 11h30

"Je te tiens"

Si tu ne me tiens pas, je tombe et si je te lâche, c'est la chute assurée. Je te tiens est une invitation à jouer, à se confronter au hasard, c'est aussi un doux mélange entre contrainte choisie et imposée par nos deux circassiens.

PAF : 5 €/personne
Spectacle soumis au pass sanitaire (espace public avec point d'entrée)

Suivi d'un repas Afghan à l'Alternateur concocté avec l'association Solidaritat. Réservation obligatoire

Vendredi 19 - Concours de contrée

Concours de contrée ouvert à tous. Lots à gagner. A partir de 19h30

Permanent : Exposition d'Olivier Michaud, Sculptures



L ALTERNATEUR

Café Associatif & Culturel
17 rue du Barri - 04140 Seyne-les-Alpes



Vendredi 10 & 17

Profiter de l'espace, lecture, musique, jeux, ... et troc de décorations de Noël. Ouverture de 10h à 13h.

Apéro des jardiniers - 3 déc

Une rencontre avec Pierre Gervai et des jardiniers expérimentés pour un partage de connaissances et des conseils avisés. - A partir de 11h30

Les jeudis coworking 2, 9 & 16

Dans une ambiance de travail partagé, en toute convivialité. Accès wifi gratuit. De 10h à 17h.

Bricolage de Noël

10 déc (16h30 à 21h)

15 déc (10h à 13h)

Fabrication de petits cadeaux et décorations de Noël.

Concert Jazz Swing

Samedi 4 décembre à 21h

"F Train To Brooklyn" Elisha McIntyre alias Izzy chante avec passion cette patine "soul" typiquement afro-américaine. Amoureux de la Provence mais arrivé tout droit de Brooklyn, il se produira avec ses nouveaux acolytes, autour d'un répertoire éclectique alliant standards de jazz, de soul, de rock, de folk music..."

Ouverture de l'Alternateur à 19h30
Prix libre



Atelier de dessin partagé 9 & 16

Venir avec son matériel, son envie de dessiner et de partager. De 17h30 à 19h30

Temps de musique partagé - 10 déc

Un temps entre musiciens pour jouer et élargir ton répertoire. A partir de 18h30

Atelier produits ménagers - 15 déc

Accompagné(e) de Barbara, apprends à faire tes propres produits ménagers naturels.

De 15h à 18h

Participation 10 € - Infos/résa : 07.54.38.24.12

Contes pour enfants

Mardi 21 décembre à 18h30

Rentre dans l'univers d'Anne Lopez, artiste/conteuse. Spectacle à partir de 5 ans. Prix libre

Permanent : Exposition d'Olivier Michaud, Sculptures

Infos & contact : Mymy : 06.22.76.37.31 - lalternateur04@gmail.com - https://asso-lalternateur04.org

