

ATELIERS DE EN OCTOBRE

 	<p style="text-align: center;"><u>Mardi 1er</u> <u>10h à 13h30 : CUISINE</u> (Les Mirabelles)</p>	<p style="text-align: center;"><u>Mercredi 2</u> 9h30 à 11h ECRITURE – MEMOIRE</p>	<p style="text-align: center;"><u>Jeudi 3</u> <u>A partir de 10h : INFORMATIQUE</u> 11h30 à 12h30 : RELAXATION PAR INDUCTION MUSICALE avec Florian</p>	<p style="text-align: center;"><u>Vendredi 4</u> <u>9h30 à 12h – 14h à 16h30</u> P'TITE BOUTIQUE <u>10h à 11h30 : LES PITCHOUN'S</u> Psychomotricité à Andouillé <u>10h à 11h puis 11h à 12h</u> ÇA BOUGE A L'EDI à l'Atelier</p>
	<p style="text-align: center;"><u>14h à 16h30</u> VANNERIE D'OSIER : mangeoire</p>		<p style="text-align: center;"><u>14h à 16h30</u> DE FIL EN AIGUILLES + COUTURE</p>	<p style="text-align: center;"><u>14h à 15h30 : C'EST FACILE DE JOUER ET LIRE</u> (médiathèque d'Ernée)</p>
<p style="text-align: center;"><u>Lundi 7</u> <u>Dès 13h30 : JARDIN</u> Découverte ! <u>14h à 16h</u> « Les IMPROVERTIS » Découvrez l'improvisation avec Christelle</p>	<p style="text-align: center;"><u>Mardi 8</u> <u>10h à 13h30 : CUISINE</u> (Les Marmitons)</p>	<p style="text-align: center;"><u>Mercredi 9</u> 9h30 à 11h ON S' DIT QUOI ?!... Nouveau « Groupe de paroles » avec Hubert</p>	<p style="text-align: center;"><u>Jeudi 10</u> <u>A 10h : LES PITCHOUN'S</u> Explora'Sons à MONTENAY</p>	<p style="text-align: center;"><u>Vendredi 11</u> <u>9h30 à 12h – 14h à 16h30</u> P'TITE BOUTIQUE <u>10h à 11h puis 11h à 12h</u> ÇA BOUGE A L'EDI à l'Atelier</p>
	<p style="text-align: center;"><u>14h à 15h30</u> CHORALE « MELI-MELO »</p>		<p style="text-align: center;"><u>14h à 16h30</u> DE FIL EN AIGUILLES + COUTURE</p>	<p style="text-align: center;"><u>14h à- 16h30</u> Les CONTES MASQUES avec Sandrine</p>
<p style="text-align: center;"><u>Lundi 14</u> <u>Dès 13h30 : JARDIN</u> <u>14h à 16h30</u> MAY PAUSE CréA avec Virginie Boîte trieur / classeur</p>	<p style="text-align: center;"><u>Mardi 15</u> <u>10h à 13h30 : CUISINE</u> (Les Chouquettes)</p>	<p style="text-align: center;"><u>Mercredi 16</u> <u>9h30 à 11h : BEAUTY DAY</u> (Épilation)</p>	<p style="text-align: center;"><u>Jeudi 17</u> <u>A partir de 10h : INFORMATIQUE</u> 11h30 à 12h30 : RELAXATION PAR INDUCTION MUSICALE avec Florian</p>	<p style="text-align: center;"><u>Vendredi 18</u> <u>9h30 à 12h – 14h à 16h30</u> P'TITE BOUTIQUE <u>10h à 11h puis 11h à 12h</u> ÇA BOUGE A L'EDI à l'Atelier</p>
	<p style="text-align: center;"><u>14h à 16h :</u> ALIMENTATION et SANTE Avec Du Pain sur La Planche (3)</p>	<p style="text-align: center;"><u>14h à 16h</u> Les MINOTS (Parents-enfants) Atelier Musique pour le spectacle</p>	<p style="text-align: center;"><u>14h à 16h30</u> DE FIL EN AIGUILLES + COUTURE</p>	<p style="text-align: center;"><u>14h à 16h :</u> ARGILE avec Isabelle Découverte ! <u>14h à 16h</u> « DES MOTS et +++... » Découvrez l'écriture avec Hubert</p>
 SEMAINE « PARENTALITE » du 21 au 26 octobre – Cf plaquette d'infos				
<p style="text-align: center;"><u>Lundi 21</u> <u>14h à 16h30</u> PEINTURE / DESSIN avec Blandine <u>17h à 20h</u> + Spectacle pour Les MINOTS « Cavalcade en Cocazie ! »</p>	<p style="text-align: center;"><u>Mardi 22</u> <u>10h : RELAXATION</u> Au fil des saisons : l'Automne avec Lucia</p>	<p style="text-align: center;"><u>Mercredi 23</u></p>	<p style="text-align: center;"><u>Jeudi 24</u> <u>A 10h : LES PITCHOUN'S</u> Séance signée à la médiathèque</p>	<p style="text-align: center;"><u>Vendredi 25</u> <u>14h à- 16h30</u> Les CONTES MASQUES avec Sandrine</p>
	<p style="text-align: center;">Nouveauté <u>15h à 16h</u> SOPHROLOGIE avec Marie-Laure</p>		<p style="text-align: center;"><u>14h à 16h30</u> DE FIL EN AIGUILLES + COUTURE</p>	

Lundi 28
Congés du 28 au 31

Mardi 29
10h à 14h :
ALIMENTATION et SANTE
Avec Du Pain sur La Planche (4)

Pour toute information, contacter **Virginie** au 07-62-50-29-37 ou lescapade@lernee.fr

Infos pratiques concernant les ateliers :

- L'Atelier **JARDIN** se termine gentiment pour cette saison. Encore 2 ateliers les lundis 7 et 14 dès 13h30 puis à voir selon la météo...
- **DECOUVERTE de l'IMPRO** (forme de théâtre) avec Christelle des Improvertis le lundi 7 octobre à 14h
- Atelier **MAY PAUSE CRÉA** lundi 14 à 14h avec Virginie – Fabrication d'une boîte trieur / classeur - *Groupe complet.*
- Atelier **PEINTURE -DESSIN** avec Blandine le lundi 21 de 14h à 16h30 – *Groupe complet*
- Dernière séance de **VANNERIE D'OSIER** le mardi 1^{er} à 14h avec la réalisation d'une mangeoire roue - 6 personnes maximum- Prévoir 2€ de participation -
- La **CUISINE** se poursuit les mardis suivants de 10h à 13h30 : les Mirabelles le 1^{er} – Les Marmitons le 8 et Les Chouquettes le 15.
- Venez chanter avec le groupe **CHORALE « MELI-MELO »** le mardi 8 de 14h à 15h30. *Ouvert à toutes et à tous.*
- Deux dernières séances de l'atelier **sur l'alimentation et la santé : « BIEN DANS ASSIETTE - BIEN DANS SA TETE »** avec **Cassandra**, diététicienne à l'Association Du Pain sur La planche le mardi 15 de 14h à 16h puis le mardi 29 de 10h à 14h (repas partagé) – *Groupe Complet.*
- 4^{ème} Atelier de **RELAXATION Au fil des saisons : L'AUTOMNE** le mardi 22 à 10h avec Lucia... N'hésitez pas à découvrir ses outils de musique des plantes, avec des échanges riches et variés. *Places limitées – 2€ la séance.*
- **NOUVEAU** : Atelier **SOPHROLOGIE** avec **Marie-Laure** le mardi 22 de 15h à 16h salle convivialité du Pôle Omnisports- 5€ le cycle de 5 séances – 10 places seulement -
- L'Atelier **ECRITURE - MEMOIRE** est programmé le 1^{er} mercredi du mois de 9h30 à 11h. *2 groupes complets.*
- L'atelier pour **LES MINOTS (parents-enfants)** a lieu le mercredi 16 de 14h à 16h avec une intervention d'A Petits Pas vers les Arts en musique pour préparer le **SPECTACLE « Cavalcade en Cocazie »** du lundi 21 à 18h (départ à 17h de l'Escapade)
- Nouveau « **Groupe de paroles** » **ON SE DIT QUOI ?!**... le mercredi 11 entre 9h30 et 11h avec **Hubert**– *Reste 1 place !*
- L'atelier « **BEAUTY DAY** » est programmé le mercredi 16 entre 9h30 et 11h pour l'épilation. *Gratuit mais inscription obligatoire auprès de Virginie.*
- Il y aura 3 ateliers **PITCHOUN'S** pour les parents et enfants de 0-3 ans ce mois-ci : le vendredi 4 à partir de 10h au dojo d'Andouillé pour la psychomotricité, le jeudi 10 pour Explora'Sons à la garderie de Montenay à 10h et une séance sur le LANGAGE DES SIGNES le jeudi 24 à 10h à la médiathèque de l'Ernée (aussi dans le cadre de notre semaine PARENTALITE)
- L'atelier **INFORMATIQUE** aura lieu 2 fois ce mois-ci avec Kevin : les jeudis 3 et 17 à partir de 10h en salle Informatique dans les locaux de Communauté de Communes de l'Ernée (CCE).
- Suite de la **RELAXATION PAR INDUCTION MUSICALE** avec **Florian** les jeudis 3 et 17 de 11h30 à 12h30 dans la salle de cinéma le Majestic à l'Ernée – *Groupe compet.*
- A voir avec Kameela pour son Atelier **A CUP OF TEA Conversation anglaise avec Kameela** qui pourrait avoir lieu le jeudi 24 entre 10h et 11h30 (*à confirmer*). *Gratuit mais auprès de Virginie – Il reste des places !*
- L'atelier **DE FIL EN AIGUILLE** a lieu les jeudis du mois (sauf le 31), à partir de 14h et jusqu'à 16h30. Se renseigner en début de chaque semaine pour l'Atelier **COUTURE** qui a lieu aux mêmes horaires mais pas forcément tous les jeudis.
- « **ÇA BOUGE A L'EDI !** » ... Venez bouger avec **l'association Elan (et Solène)**. RDV tous les vendredis (hors vacances scolaires) à 10h ou 11h à la salle l'Atelier à Ernée – *Encore des places sur le 2^{ème} groupe à 11h.*
- **C'EST FACILE DE JOUER et LIRE !** le vendredi 4 à la médiathèque d'Ernée à 14h pour jouer et découvrir des jeux et des livres avec Gaëlle et Jean-Philippe.
- 2 ateliers de **CONTES MASQUES** avec **Sandrine** les vendredis 11 et 25 à la salle Constant Martin de 14h à 16h30. *Groupe complet.*
- **DECOUVERTE de l'ECRITURE** (que faire avec des mots ?) avec **Hubert** : séance à la médiathèque le vendredi 18 de 14h à 16h.
- La **P'TITE BOUTIQUE** ouvre aux horaires habituels tous les vendredis du mois d'Octobre de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30.



Demandez et regardez le programme de la 1^{ère} SEMAINE DE LA PARENTALITE organisée par le CIAS de l'Ernée du 21 au 26 octobre 2024 !

