

ATELIERS DE EN JANVIER



BELLE ANNÉE 2025, encore et toujours pleine de découvertes et d'initiatives !



<p><u>Lundi 6</u></p>	<p><u>Mardi 7</u> A 10h : LES PITCHOUN'S Explora'Sons à Montenay</p>	<p><u>Mercredi 8</u> 9h30 à 11h ECRITURE - MEMOIRE</p>	<p><u>Jeudi 9</u> 14h à 16h30 : DE FIL EN AIGUILLES + COUTURE</p>	<p><u>Vendredi 10</u> 10h à 11h puis 11h à 12h ÇA BOUGE A L'EDI à l'Atelier 14h à 16h30 BIJOUX EN MACRAME avec Lucia</p>
<p><u>Lundi 13</u> 13h30 à 15h SOPHROLOGIE avec Alain 14h à 16h30 MAY' PAUSE CRéA avec Virginie Carte de vœux</p>	<p><u>Mardi 14</u> 10h à 13h30 CUISINE (Les Mirabelles) 14h à 15h30 CHORALE « MELI-MELO » avec Alain</p>	<p><u>Mercredi 15</u> 9h30 à 11h ON SE DIT QUOI ?!... « Groupe de paroles » avec Hubert 14h à 16h LES MINOTS (Parents enfants) <i>Couronne et galette</i></p>	<p><u>Jeudi 16</u> <i>Virginie en réunion la journée</i> 14h à 16h30 : DE FIL EN AIGUILLES + COUTURE</p>	<p><u>Vendredi 17</u> Ouverture 9h30 à 12 h et de 14h à 16h30 P'TITE BOUTIQUE 10h à 11h puis 11h à 12h ÇA BOUGE A L'EDI à l'Atelier 14h à- 16h30 Les CONTES MASQUES avec Sandrine</p>
<p><u>Lundi 20</u> A 9h30 : LES PITCHOUN'S Astuces pour apaiser les petits maux A partir de 14h REUNION des PARTICIPANTS 13h30 à 15h SOPHROLOGIE avec Alain</p>	<p><u>Mardi 21</u> 10h à 13h30 CUISINE (Les Marmitons)</p>	<p><u>Mercredi 22</u> 9h30 à 11h : BEAUTY DAY Épilation avec Michelle</p>	<p><u>Jeudi 23</u> NOUVEAU 9h30 à 12h : ATELIER NUTRITION (pour les + de 60ans) 10h à 11h30 : A CUP OF TEA Conversation anglaise avec Kameela 14h à 16h30 : DE FIL EN AIGUILLES + COUTURE</p>	<p><u>Vendredi 24</u> 10h à 11h puis 11h à 12h ÇA BOUGE A L'EDI à l'Atelier Projet Cinema 2025 14h30 : PROJET « Ce qui nous Lie » à la Résidence autonomie</p>
<p><u>Lundi 27</u> 13h30 à 15h SOPHROLOGIE avec Alain 14h à 16h30 DESSIN -PEINTURE avec Blandine</p>	<p><u>Mardi 28</u> 10h à 13h30 CUISINE (Les Chouquettes)</p>	<p><u>Mercredi 29</u> 9h30 : LES PITCHOUN'S « SNOEZELEN » à Emée</p>	<p><u>Jeudi 30</u> A partir de 10h (jusqu'à 11h30) INFORMATIQUE 9h30 à 16h30 ATELIER NUTRITION (pour les + de 60ans) 14h à 16h30 : DE FIL EN AIGUILLES + COUTURE</p>	<p><u>Vendredi 31</u> A 10h : LES PITCHOUN'S Bébé Lecteur à La Baconnière 10h à 11h puis 11h à 12h ÇA BOUGE A L'EDI à l'Atelier 14h à- 16h30 Les CONTES MASQUES avec Sandrine</p>

Inscriptions :

Les **inscriptions** pour les ateliers (si besoin) se font auprès de Virginie hors temps d'atelier déjà prévus selon l'emploi du temps. Tous les ateliers ne nécessitent pas une inscription mais il est souhaitable que Virginie soit prévenue de votre présence ou pas.

La participation aux ateliers reste libre et non obligatoire. Si vous êtes intéressés par l'E.D.I et souhaitez poursuivre les activités, vous pourrez remplir une **fiche d'accueil**.

Infos pratiques concernant les ateliers :

- Reprise de l'atelier **SOPHROLOGIE** avec Alain pour 2 nouveaux groupes dès le lundi 13 de 13h30 à 15h– 5€ pour 4 séances prévues –A la salle convivialité de la salle de sport G. Heude à ERNEE – *Reste des places pour le second cycle en février et mars*
- Lundi 13 : **MY PAUSE CRÉA** animé par Virginie de 14h à 16h pour 1 confection de cartes de vœux. - *Prévoir 2 € de participation – Ce groupe est complet mais ouverture à de nouveaux participants en février.*
- Atelier **PEINTURE -DESSIN** avec Blandine le lundi 27 de 14h à 16h30. – *Ce groupe est complet mais ouverture à de nouveaux participants en février!*
- Les ateliers **PITCHOUN'S** pour les parents et enfants de 0-3 ans continuent en 2025 avec 4 séances proposées : Explora'sons dès le mardi 7 à 10h à Montenay, avec la PMI autour des « astuces pour apaiser les petits maux » le lundi 20 à 9h30 à Ernée (locaux du CIAS), Snoezelen le mercredi 29 à 9h30 + 1 séance Bébé Lecteur le vendredi 31 à La Baconnière.
- La **CUISINE** se poursuit aussi les mardis suivants de 10h à 13h30 : les Mirabelles le 14 – Les Marmitons le 21 et Les Chouquettes le 28. *D'autres propositions se feront un mois sur 2 afin de faire profiter de cet atelier à d'autres participants.*
- Venez chanter avec le groupe **CHORALE « MELI-MELO »** avec Alain le mardi 14 de 14h à 15h30. *Gratuit et Ouvert à toutes et à tous.*
- L'Atelier **ECRITURE - MEMOIRE** est programmé le mercredi 8 de 9h30 à 11h. *2 Groupes complets.*
- Le « **Groupe de paroles** » **ON SE DIT QUOI ?!**... se retrouve le mercredi 15 entre 9h30 et 11h avec Hubert– *Groupe complet.*
- Mercredi 15, atelier **LES MINOTS (pour les parents et leurs enfants)** à 14h jusqu'à 16h : Fabrication d'une couronne et partage de la galette des rois.
- L'atelier « **BEAUTY DAY** » avec Michelle est programmé le mercredi 22 entre 9h30 et 11h pour l'épilation. *Gratuit mais inscription obligatoire auprès de Virginie.*
- L'atelier **INFORMATIQUE** avec Kevin est prévu 1 seule fois, le jeudi 30 à partir de 10h en salle Informatique dans les locaux de Communauté de Communes de l'Ernée (CCE).
- **NOUVEAU ! ATELIER NUTRITION (pour les + de 60ans)** – Organisé par la MSAIO, cycle de 6 séances réservé aux+ de 60 ans – *Groupe complet*
- Atelier **A CUP OF TEA Conversation anglaise** avec Kameela le jeudi 23 entre 10h et 11h30. *Gratuit– Il reste 1 à 2 places !*
- L'atelier **DE FIL EN AIGUILLE** a lieu tous les jeudis du mois à partir de 14h et jusqu'à 16h30.
- Même organisation pour l'Atelier **COUTURE** qui aura lieu aux mêmes dates et mêmes horaires que De Fil en Aiguille selon les demandes et présence de personnes ressources.
- Horaires d'hiver, la **P'TITE BOUTIQUE** sera ouverte le vendredi 17 de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30.
- « **ÇA BOUGE A L'EDI !** » ... Venez bouger avec le **club de l'Elan** (avec Solène). RDV tous les vendredis à 10h ou 11h à la salle l'Atelier à Ernée – *2 groupes complets !*
- **BIJOUX EN MACRAME** avec Lucia le vendredi 10 – *8 personnes maximum – 2€ le bijou.*
- **CONTES MASQUES** avec Sandrine les vendredis 17 et 31 à la salle Constant Martin de 14h à 16h30. *Groupe complet.*
- Poursuite du **PROJET autour du Cinéma en 2025 : « CE QUI NOUS LIE »**. Les participants (-tes) intéressés sont invités à la résidence autonomie afin de bien démarrer le projet avec **Pierro des Roulottes** le vendredi 24 à 14h30.

N'OUBLIEZ PAS LA REUNION DES PARTICIPANTS AFIN DE DONNER VOS IDEES POUR UNE ORGANISATION + JUSTE ET IDEALE DES ATELIERS !

RDV LE LUNDI 20 JANVIER A 14H A L'ESCAPADE

Pour toute information, contacter **Virginie** au 07-62-50-29-37 ou lescapade@lernee.fr ou en direct sur le fixe : 02.43.04.96.79

