

À NE PAS MANQUER
CE MOIS CI :



Marcher, c'est le pied !

Lundis 3, 10, 17, 24 juin et 1^{er} juillet de 14h à 15h30

Et si vous augmentiez de façon durable votre nombre de pas au quotidien ? Au programme : test d'effort, remise d'un podomètre, application pour suivre vos progrès, mini marche et mini rando au Parc François Mitterrand et quiz challenge.

18 places
disponibles
Présence requise
aux 5 séances

LES RENDEZ-VOUS INTERGÉNÉRATION

⇒ *Jardinage :*

Mercredi 5 juin de 10h à 12h « Jardin et compost »

Mettons en terre les échanges du troc de mai !

Adultes et enfants dès de 4 ans. Accompagné d'un parent jusqu'à 6 ans.

⇒ *Biblio-relaxation :*

Jeudi 6 juin à 14h30

Profitez des bienfaits des techniques de respiration et de la lecture à haute voix. Un moment de détente et de bien-être garanti ! Pour adultes.

⇒ *Repas partagé :*

Jeudi 6 juin de 10h à 14h « Repas rouge »

Profitons du joli mois de juin pour se régaler ensemble ! Ouvert à tous.

⇒ *Les ateliers du samedi :*

Samedi 8 juin à 10h30 « Atelier créatif »

Création de marque-pages, laissez parler votre créativité ! Dès 7 ans, sans inscription.

⇒ *Conférence prévention contre les arnaques :*

Lundi 17 juin de 10h30 à 12h « Les cambriolages : les conseils pour s'en prémunir »

Accompagnés de la police Nationale, nous vous proposons une séance d'informations afin de vous protéger des arnaques.

⇒ *Exposition :*

Du 17 au 22 juin « Mahatma Gandhi »

Par le Conseil Municipal de Jeunes. Focus sur ce guide spirituel de l'Inde et du mouvement pour l'indépendance. Tout public.

⇒ *Les ateliers de la bricole :*

Mercredi 12 juin de 14h30 à 16h30 « Atelier bois »

Grâce à la scie chantourner, venez réaliser des ardoises pour vos plantations.

Dès 6 ans. Accompagné d'un adulte jusqu'à 8 ans.

Mercredi 19 juin de 10h à 11h30 « Atelier rotin »

Fabrication d'un vide-poche en rotin.

Dès 6 ans. Accompagné d'un adulte jusqu'à 8 ans.

⇒ *Mini-Golf :*

Vendredi 21 juin de 16h à 18h

Venez participer à une séance de mini-golf à la Buissonnière. Tout public.

⇒ *Jouons ensemble :*

Samedi 29 juin de 10h30 à 11h30 « Jouer n'est pas qu'un jeu d'enfant »

Un samedi par mois venez tester le coup de cœur d'une ludothécaire. Dès 10 ans.

⇒ *Trico'thé :*

Vendredis 7, 14, 21 et 28 juin de 14h à 17h30

Vous aimez le tricot, le crochet... Vous souhaitez partager cette passion ou la découvrir ? Nous vous attendons autour de créations à destination d'associations, d'hôpitaux, d'écoles... Ouvert à tous, sans inscription.

LES RENDEZ-VOUS DES SÉNIORS

⇒ *Jouer pour partager entre séniors :*

Vendredi 28 juin de 14h à 15h30

Venez partager un moment convivial autour de jeux simples et en équipe.
Dès 60 ans.

⇒ *Balade à vélo pour les séniors :*

Vendredi 28 juin de 12h à 17h « Le vélo, ça ne s'oublie pas ! »

Balade à vélo accompagné d'un éducateur sportif avec une pause repas.
Pensez à votre pique-nique !



LES RENDEZ-VOUS PARENTALITÉ

Vous êtes jeunes parents ou grands-parents ? Venez participer à nos ateliers thématiques avec votre enfant âgé de 0 à 6 ans.

⇒ *Les contes de Lolo :*

Mercredis 5 juin et 3 juillet de 10h30 à 11h15

Enfants de 2 et 3 ans, accompagnés d'un parent.

⇒ *Atelier motricité :*

Mercredi 5 juin de 10h30 à 11h30

Dans un espace dédié à la ludothèque, venez participer avec votre enfant, à un atelier de motricité (toboggan, cage à écureuil, trampoline, planche d'équilibre...) Enfants jusqu'à l'âge de 5 ans.

⇒ *Chants et comptines :*

Mercredi 12 juin de 10h30 à 11h15

Un moment partagé avec votre enfant autour des comptines.
De 0 à 3 ans.

⇒ *Atelier des émotions :*

Jeudi 20 juin de 10h à 10h30 ou de 10h30 à 11h

Venez partager un moment avec votre enfant afin de découvrir les différentes émotions et leurs couleurs. De 1 à 3 ans.

⇒ *Comptines et chansonnettes :*

Mercredi 26 juin de 10h30 à 11h15

Un moment partagé avec votre enfant autour d'un répertoire de chansons. Enfants de 3 à 5 ans, accompagnés d'un parent.

⇒ *Bac sensoriel :*

Mercredi 26 juin de 10h30 à 11h30

Sur le thème de l'été : sable, eau, figurines et jeux de société. A la ludothèque, tout public, sans inscription. Présence obligatoire des parents.

⇒ *Atelier du toucher :*

Jeudi 27 juin de 10h à 10h30 ou de 10h30 à 11h

Offrez une expérience sensorielle à votre enfant grâce à la découverte de matériaux variés.
Moins de 3 ans.

⇒ *Baby-gym :*

Vendredis 7, 14, 21 et 28 juin de 9h à 10h

Rouler, sauter, courir, lancer... des activités essentielles pour les tout-petits. Nous vous accueillons avec votre enfant dans un environnement adapté pour qu'il découvre le goût du risque en toute sécurité. Enfants marcheurs jusqu'à 3 ans.

⇒ *Comptines à signer :*

Lundis 3, 10 et 24 Juin de 10h à 10h30

Découverte des comptines en langue des signes pour les enfants de 0 à 3 ans et bébés à venir.

⇒ *Gym poussette :*

Lundis 3, 10 et 24 juin de 9h à 10h

Parent au foyer, en congé parental ?
Vous souhaitez reprendre une activité sportive, sortir de la maison, rencontrer d'autres parents ?

Nous vous proposons une séance d'exercices de cardio-training et de musculation autour de l'Arcature, tout en promenant bébé, confortablement installé dans sa poussette !

