

		Jeudi 1 <sup>er</sup>		Vendredi 2	
		<p>A partir de 10h : <b>INFORMATIQUE</b></p> <p>11h15 à 12h15 : <b>RELAXATION MUSICALE</b> avec Florian</p> <p>14h à 16h30 : <b>DE FIL EN AIGUILLES +: COUTURE</b></p>		<p>10h à 11h : <b>LES PITCHOUN'S</b> Psychomotricité à Andouillé</p> <p>10h à 11h puis 11h à 12h : <b>ÇA BOUGE A L'EDI</b> : à l'Atelier</p> <p><b>Nouveau</b> 14h à- 16h30 : <b>L'Escapade en scène</b> avec Sandrine</p>	
<p>Lundi 5</p> <p><b>DECO NOEL</b> des locaux</p>	<p>Mardi 6</p> <p>10h à 13h30</p> <p><b>CUISINE</b> (Les Mirabelles)</p> <p>Repas festif</p>	<p>Mercredi 7</p> <p>9h30 à 11h</p> <p><b>ECRITURE - MEMOIRE</b></p>	<p>Jeudi 8</p> <p>10h à 11h30: <b>A CUP OF TEA</b></p> <p>Conversation anglaise avec Kameela</p>	<p>Vendredi 9</p> <p>10h à 11h puis 11h à 12h</p> <p><b>ÇA BOUGE A L'EDI</b> : à l'Atelier</p> <p>9h30 à 12h – 14h à 16h30</p> <p><b>P'TITE BOUTIQUE</b></p> <p><i>Special NOEL</i></p>	
		<p><b>2 Découvertes avant Noel...</b></p> <p>A 14h30 : <b>Histoire Musicale des MINOTS</b> avec Lucia</p> <p>Jusqu'à 16h30 : <b>Découverte du Népal</b> avec Rashmi</p>	<p>14h à 16h30</p> <p><b>DE FIL EN AIGUILLES</b></p> <p>14h à 16h30 : <b>COUTURE</b></p> <p>14h30 à 16h (départ 14h)</p> <p><b>DANSES de l'APOM !</b> à Gorron</p>	<p><b>Oser y aller...</b></p> <p>Entre 14h et 15h30 :</p> <p><b>C'EST FACILE DE LIRE</b></p>	
<p>Lundi 12</p> <p>14h à 16h30</p> <p><b>MY PAUSE CRéA</b> avec Virginie (fin de la lanterne)</p>	<p>Mardi 13</p> <p>10h à 13h30</p> <p><b>CUISINE</b> (Les Marmitons)</p> <p>Repas festif</p> <p>A 9h30 et 10h45</p> <p><b>SPECTACLE de NOEL pour LES PITCHOUN'S</b></p> <p>14h à 15h30</p> <p><b>CHORALE « MELI-MELO »</b></p>	<p>Mercredi 14</p> <p>9h30 à 11h</p> <p><b>BEAUTY DAY</b> (épilation)</p> <p>A 9h30 et 10h45</p> <p><b>SPECTACLE de NOEL pour LES PITCHOUN'S</b></p>	<p>Jeudi 15</p> <p>A partir de 10h (jusqu'à 11h30)</p> <p><b>INFORMATIQUE</b></p> <p>11h15 à 12h15 : <b>RELAXATION MUSICALE</b> avec Florian</p> <p>14h à 16h30 : <b>DE FIL EN AIGUILLES</b></p> <p>14h à 16h30 : <b>COUTURE</b></p>	<p>Vendredi 16</p> <p>A 10h : <b>LES PITCHOUN'S</b> Explora'Sons à MONTENAY</p> <p>10h à 11h puis 11h à 12h</p> <p><b>ÇA BOUGE A L'EDI</b> : à l'Atelier</p>	
<p>Lundi 19</p> <p><b>Bien-être</b> 14h à 16h</p> <p><b>PEAU M"</b> Prendre soin de vous</p> <p>Mise en beauté</p>	<p>Mardi 20</p> <p>10h à 13h30</p> <p><b>CUISINE</b> (Les Chouquettes)</p> <p>Repas festif avec Françoise</p> <p>A 14h30 <b>CINE BLEU</b></p> <p>« une belle course »</p>	<p>Mercredi 21</p> <p>9h30 à 11h</p> <p><b>ON SE DIT QUOI ?!...</b></p> <p>« Groupe de paroles »</p>	<p>Conqés les 22 et 23 décembre puis les 29 et 30 décembre</p> <p><b><u>JOYEUSES FETES DE FIN D'ANNEE A TOUTES ET A TOUS !</u></b></p>		
<p>Lundi 26</p> <p>14h à 16h30</p> <p><b>PEINTURE</b> avec Armelle</p>	<p>Mardi 27</p> <p>RDV à 13h30 : <b>BALADE</b></p> <p>(RDV place Noé Guédon)</p>	<p>Mercredi 28</p> <p><b>SORTIE DE NOËL</b></p> <p>15h30h à 20h : <b>BALADE en bateau sur la Mayenne + Lumières de Laval</b></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.

Il est **IMPORTANT et NECESSAIRE** voire quasi **OBLIGATOIRE** de s'inscrire avant chaque atelier. *Merci de votre compréhension.*

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 :

- 4<sup>ème</sup> et dernier atelier **PEAU M' Prendre soin de vous** le lundi 19 avec une mise en beauté. – *Groupe déjà complet !*
  - Atelier **PEINTURE -DESSIN** avec Armelle le lundi 26 de 14h à 16h30. *Inscription auprès de Virginie – Groupe limité à 8 personnes. Gratuit mais apporter sa toile.*
  - Venez chanter avec le groupe **CHORALE « MELI-MELO »** le mardi 13 de 14h à 15h30. *Ouvert à toutes et à tous.*
  - Une séance **CINE BLEU «Aline»** est programmée le mardi 7 à 14h30. *Inscription auprès de Virginie pour bénéficier d'1 chèque découverte de 2 € selon votre situation financière personnelle.*
  - Nous programmons 1 atelier **BALADE** le dernier mardi du mois dès 13h30 sur la place Noé Guédon.
  - L'Atelier **ECRITURE - MEMOIRE** est programmé le 1<sup>er</sup> mercredi du mois de 9h30 à 11h. *Groupe complet.*
  - L'atelier **« BEAUTY DAY »** est programmé le mercredi 14 entre 9h30 et 11h pour l'épilation. *Gratuit mais inscription auprès de Virginie.*
  - Le **« Groupe de paroles » ON SE DIT QUOI ?!**... se retrouve avant les fêtes, le mercredi 21 entre 9h30 et 11h avec Hubert OGER – *Groupe complet.*
  - L'atelier **INFORMATIQUE** est prévu 2 fois ce mois-ci, les jeudis 1<sup>er</sup> et 15 à partir de 10h en salle Informatique dans les locaux de Communauté de Communes de l'Ernée (CCE).
  - Atelier **A CUP OF TEA Conversation anglaise avec Kameela** le jeudi 8 entre 10h et 11h30. *Gratuit– Il reste des places !*
  - L'atelier **DE FIL EN AIGUILLE** a lieu 3 jeudis ce mois-ci : le 1<sup>er</sup> puis les 8 et 15 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 Aiguilles.
  - 4<sup>ème</sup> et dernière séance pour apprendre les **DANSES de l'APOM !** le jeudi 8 de 14h30 à 16h à l'espace Colmont de Gorrion cette fois – *Gratuit mais inscription obligatoire auprès de Virginie (2€ pour le co-voiturage en mini bus).*
  - Il y aura 2 ateliers **PITCHOUN'S** pour les parents et enfants de 0-3 ans ce mois-ci en + du spectacle offert le mardi 13 ou mercredi 15 : le vendredi 2 (à partir de 10h) au dojo d'Andouillé pour la psychomotricité et le vendredi 16 à Montenay pour Explora'Sons
  - **« ÇA BOUGE A L'EDI ! »** ... Venez bouger avec le club de l'Elan (et Solène). RDV les vendredi 2 – 9 et 16 de 10 à 11h ou de 11 à 12h.
- Nouveau** 14h à- 16h30 : **« L'Escapade en scène »** avec Sandrine le vendredi 2 – RDV à 14h à la salle Constant Martin.
- Osez et venez accueillir Gaëlle et Jean-Philippe qui vous montreront dans nos locaux comme **C'EST FACILE DE LIRE !** RDV à l'ESCAPADE à 14h et jusqu'à 15h30.

**LUMINOTHERAPIE** : Accès gratuit et ouvert à tous et à toutes en prenant RDV auprès de Virginie.

## AUTOUR DE NOEL

- Atelier **DECO NOEL de nos locaux** dès le lundi 5 à 13h30.
- Lundi 12 : **MY PAUSE CréA** animé par Virginie de 14h à 16h 14h pour terminer la lanterne papier commencée en novembre et la décorer sur le thème de Noël.
- **Les repas festifs** pour les groupes **CUISINE** auront lieu 3 mardis dès 10h : les Mirabelles le 6 – Les Marmitons le 13 et Les Chouquettes le 20. *Pensez à apporter votre serviette de table en tissu !*
- Mercredi 7 à 14h30 : **2 Découvertes avant Noël... A 14h30** : Venez écouter les **MINOTS** vous présenter leur **Création d'histoire Musicale avec Lucia (Lulu de l'est) : « L'Histoire se termine bien »** Puis Entre 15h et 17h : **Découverte du Népal avec Rash Mi...tout en partageant un goûter de Noël.**
- Pour Noël, la **P'TITE BOUTIQUE** sera ouverte le vendredi 9 de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30.
- Pour les tout-petits, **le spectacle pour les PITCHOUN'S : « Les rêves d'Anicia »** le mardi 14 ou mercredi 15 à 9h30 ou 10h45 à Ernée. Gratuit pour les parents qui ont participé cette année – **INSCRIPTION OBLIGATOIRE !**
- Sortie **BALADE SUR LA MAYENNE + Lumières de Laval** le mercredi 28 – Départ d'Ernée à 15h30. *Inscription obligatoire— 5€ / adulte et 2€ / enfant.*

Pour toute information, contacter **Virginie** au **07.62.50.29.37** ou [lescapade@lernee.fr](mailto:lescapade@lernee.fr)

