

ATELIERS DE L'Escapade EN MAI

<u>Lundi 1^{er} mai</u> Fête du travail 	<u>Mardi 2</u> <u>10h à 13h30</u> CUISINE (Les Mirabelles)	<u>Mercredi 3</u> Dès 9h : JARDIN De 9h30 à 11h ECRITURE – MEMOIRE	<u>Jeudi 4</u> A partir de 10h : INFORMATIQUE <u>11h15 à 12h15</u> RELAXATION PAR INDUCTION MUSICALE avec Florian <u>14h à 16h30</u> : DE FIL EN AIGUILLES <u>14h à 16h30</u> : COUTURE	<u>Vendredi 5</u> <u>9h30 à 12h – 14h à 16h30</u> P'TITE BOUTIQUE <u>10h à 11h30</u> : LES PITCHOUN'S Psychomotricité à Andouillé <u>10h à 11h puis 11h à 12h</u> ÇA BOUGE A L'EDI à l'Atelier <u>14h à 16h30</u> EXPRESSION SCENIQUE avec Sandrine
<u>Lundi 8</u> Victoire 1945 	<u>Mardi 9</u> <u>10h à 13h30</u> CUISINE (Les Marmittons)	<u>Mercredi 10</u> Dès 9h : JARDIN	<u>Jeudi 11</u> <u>10h à 11h30</u> : A CUP OF TEA Conversation anglaise avec Kameela <u>14h à 16h30</u> : DE FIL EN AIGUILLES <u>14h à 16h30</u> : COUTURE <u>14h30 à 16h</u> DANSES de l'APOM ! à Ernée	<u>Vendredi 12</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 <u>14h à 16h</u> : ARGILE avec Isabelle
<u>Lundi 15</u> <u>A 10h</u> : LES PITCHOUN'S Explora'Sons à Monténay <u>Dès 13h30</u> : JARDIN <u>De 14h à 16h</u> MY PAUSE CréA avec Virginie Fleurs en papier	<u>Mardi 16</u> <u>10h à 13h30</u> CUISINE (Les Chouquettes) <u>14h à 15h30</u> CHORALE « MELI-MELO » avec Alain	<u>Mercredi 17</u> Dès 9h : JARDIN <u>9h30 à 11h</u> : ON SE DIT QUOI ?!... « Groupe de paroles »	<u>Jeudi 18 et vendredi 19</u> : Ascension le 18 et fermé le 19	
<u>Lundi 22</u> Dès 13h30 : JARDIN <u>14h à 16h</u> PEAU M' : Prendre soin de vous Soin des mains	<u>Mardi 23</u> RDV à 13h30 (Aux Bizeuls) BALADE	<u>Mercredi 24</u> Dès 9h : JARDIN <u>9h30 à 11h</u> : BEAUTY DAY (Épilation) <u>14h à 16h</u> : LES MINOTS Fin de l'attrape-rêves	<u>Jeudi 25</u> A partir de 10h : INFORMATIQUE <u>11h15 à 12h15</u> RELAXATION PAR INDUCTION MUSCIALE avec Florian <u>14h à 16h30</u> : DE FIL EN AIGUILLES <u>14h à 16h30</u> : COUTURE	<u>Vendredi 26</u> <u>9h30 à 12h – 14h à 16h30</u> P'TITE BOUTIQUE <u>10h</u> : LES PITCHOUN'S Bébé Lecteur à Monténay <u>10h à 11h puis 11h à 12h</u> ÇA BOUGE A L'EDI à l'Atelier <u>14h à 16h30</u> EXPRESSION SCENIQUE avec Sandrine
<u>Lundi 29</u> Journée de solidarité	<u>Mardi 30</u> <u>14h30 à 16h30</u> : DECO <u>Ou/+14h30</u> : CINE BLEU	<u>Mercredi 31</u> Dès 9h : JARDIN	<u>A noter sur vos agendas</u> 📢 Spectacle de la 3'E : TOUTES ET TOUS DEHORS le samedi 20 Mai sur le site de la fonderie Louis Derbré à Ernée	

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 :

- Atelier **JARDIN** les lundis d'ouverture soit les 15 et 22 à partir de 13h30 + tous les mercredis dès 9h. *Prévoir tenue et chaussures adaptées.*
- On retrouve Hélène pour Explora'Sons le lundi 15 à 10h à la garderie de Montenay pour les ateliers **PITCHOUN'S** (parents et enfants de 0-3 ans) + la motricité avec Ophélie le vendredi 5 à partir de 10h au Dojo d'Andouillé, puis Clarisse qui termine le mois avec une séance bébé Lecteur le vendredi 26 à 10h à la médiathèque de Montenay.
- Lundi 15 : **MY PAUSE CRéA animé par Virginie** de 14h à 16h. - *Prévoir 2 € de participation – Inscription auprès de Virginie – Fabrication « surprise ».*
- Retour d'un nouveau groupe avec Lynda pour votre moment de bien-être avec **PEAU M'' Prendre soin de vous** – soins des mains pour cette 1^{ère} séance le lundi 22 à 14h. 5€ pour les 4 séances proposées. Groupe limité à 6 personnes (second groupe en fin d'année)
- La **CUISINE** se poursuit les mardis 2 pour le groupe des Mirabelles, le 9 pour les Marmitons et le 16 pour les chouquettes de 10h à 13h30.
- Venez chanter avec le groupe **CHORALE « MELI-MELO »** le mardi 16 de 14h à 15h30. *Gratuit et Ouvert à toutes et à tous.*
- 2 Ateliers **DECO Au Foin de la Rue** à l'EHPAD de St Denis les mardis 9 et 30 entre 14h30 et 16h – 5 personnes maxi - (RDV 14h15 à l'Escapade pour le co-voiturage).
- Nous aurons notre **BALADE** de fin du mois, le mardi 23 – RDV aux Bizeuls à 13h30.
- Une séance **CINE BLEU «Les petites victoires»** est programmée le mardi 30 à 14h30. *Inscription auprès de Virginie pour bénéficier d'1 chèque découverte de 2 € selon votre situation financière personnelle.*
- L'Atelier **ECRITURE – MEMOIRE** est programmé le 1^{er} mercredi du mois de 9h30 à 11h. 2 groupes.
- Le « **Groupe de paroles** » **ON SE DIT QUOI ?!...** se retrouve le mercredi 17 entre 9h30 et 11h avec Hubert– *Le Groupe est de nouveau complet jusqu'à juin !*
- L'atelier « **BEAUTY DAY** » avec Michelle est programmé le mercredi 24 entre 9h30 et 11h pour l'épilation. *Gratuit mais inscription obligatoire auprès de Virginie.*
- Mercredi 24, atelier **LES MINOTS (pour les parents et leurs enfants)** de 14h jusqu'à 16h30 : les enfants finiront leur « attrape rêves » et pourront faire un bonhomme en perles – Groupe compet
- L'atelier **INFORMATIQUE** avec Kevin et Sylvain est prévu 2 fois ce mois-ci, les jeudis 4 et 25 à partir de 10h en salle Informatique dans les locaux de Communauté de Communes de l'Ernée (CCE).
- Nouveau cycle de **RELAXATION PAR INDUCTION MUSICALE** les jeudis 4 et 25 de 11h15 à 12h15 à la salle convivialité du Pôle Omnisports d'Ernée – *Groupe compet*
- Kameela vous retrouve pour l'atelier mensuel **A CUP OF TEA Conversation anglaise** le jeudi 11 entre 10h et 11h30. *Gratuit– Il reste 2-3 places !*
- **DANSES de l'APOM ! avec Mavel** le jeudi 11 de 14h30 à 16h à la salle convivialité du Pôle omnisports d'Ernée – *Gratuit mais inscription obligatoire auprès de Virginie.*
- L'atelier **DE FIL EN AIGUILLE** a lieu tous les jeudis du mois à partir de 14h jusqu'à 16h30 (sauf le 18).
- Se renseigner en début de chaque semaine pour l'Atelier **COUTURE** qui a lieu aux mêmes horaires mais pas forcément chaque jeudi.
- « **ÇA BOUGE A L'EDI !** » ... Venez bouger avec l'association **Elan (et Solène)**. RDV tous les vendredis (sauf le 19) à 10h ou 11h à la salle l'Atelier à Ernée – *2 groupes complets !*
- 2 ateliers d' **EXPRESSION SCENIQUE** avec Sandrine les vendredis 5 et 26 de 14h à 16h30 à la salle Constant Martin. *Groupe complet pour 2023.*
- Seconde séance pour l'atelier **ARGILE** avec Isabelle le vendredi 12 de 14 à 16h – *Groupe complet.*
- La **P'TITE BOUTIQUE** sera ouverte les vendredis (sauf le 19) de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30.

Pour toute information, contacter Virginie au 07.62.50.29.37 ou lescapade@lerneer.fr

