

Mille Faïtes & Lettre des Ateliers



**Espace de Découvertes et d'Initiatives
Les Ateliers d'Échanges sur le Pays de Craon**

Animatrices Coordinatrices :
Edwige OLIVRIE
Sandrine ROBIN

9 rue de l'Epron - 53400 CRAON
02 43 09 09 75//06 08 34 21 48//06 08 34 21 79
ateliersdechanges@cias.paysdecraon.fr

"Faites ce que vous pouvez,
avec ce que vous avez, là où
vous êtes. »

Théodore Roosevelt

Mardi 1er Juillet

Gym

Dernière séance!

Venez essayer ou terminer la saison avant la coupure estivale.

Pensez à votre certificat médical pour la rentrée.

**mardis 1er, 15, 29 Juillet -
Jeudi 14 et 28 Août**

Jeudis 3,10 et 17 juillet

Faites du Sport continue!

Nous vous proposons de la **marche** à différents rythmes le **jeudi 3 juillet** suivie pour ceux qui le souhaitent d'**ateliers de renforcement musculaire** au plan d'eau du Mûrier. Chacun aura la possibilité de prévoir un **pique nique** et nous déjeunerons au Mûrier.

A Peuton, le **10 juillet**, Laurent proposera des **jeux de coopération** le matin lors de la rencontre inter EDI à Peuton.

Le **jeudi 17 juillet**, une **dernière séance** sera proposée, rendez vous à 10h à la salle du Pré 9.

Merci de vous inscrire sur ces différentes dates auprès d'Edwige.

Mardi 8 juillet

**Pêche avec les jeunes du
le Nulle Part Ailleurs.**

Rendez vous aux Ateliers à 9h45. Apportez votre matériel de pêche si vous avez et votre pique nique.

Inscription auprès des animatrices.



En Juillet



Les ateliers cinéma pour le Festival des 37 et les ateliers décor se poursuivent. Les tournages se programment. Les jours et horaires indiqués dans le calendrier peuvent être modifiés selon la disponibilités des professionnels, des besoins de tournage, des salles disponibles, de la météo...Nous vous tiendrons informés des changements.

Mardi 8 juillet

Création florale

Apportez un ou plusieurs contenants de votre choix, des fleurs et végétaux si vous avez.

Et laissez libre court à votre imagination!!

Inscrivez vous.



Mercredi 9 - Jeudi 10 Juillet

Au programme

RENCONTRE INTER EDI

Organisée par les structures de Grez en Bouère, de Château Gontier et du Pays de Craon, la journée du 10 juillet se déroulera à Peuton.

Une journée de partage autour de diverses activités dans la bonne humeur et la convivialité.

Venez préparer des gourmandises sucrées et salées la veille, le mercredi 9 juillet.

Inscrivez vous!

- 9h45/10h15 : Accueil café/thé /gourmandises
- 10h30/12h : **jeux de coopération proposés par Laurent** - Badminton, kin-ball, parcours santé...
- Pique Nique
- 14h : Danses traditionnelles - jeux d'extérieur...
- 15h45/16h15 : Goûter

Vendredi 11 juillet

Jeux de société

Venez passer un **après midi jeux de société aux Archers**. Vous pouvez découvrir de nouveaux jeux ou proposer votre jeu du moment

Inscription obligatoire

Mardi 15 Juillet



RELAXATION - CONCENTRATION EN PLEIN AIR

Pour la dernière séance de l'année Marie-Annick nous propose de profiter de son jardin pour pratiquer le yoga en extérieur!

Rendez-vous 10h aux Ateliers pour covoyer

Merci de vous inscrire auprès de Sandrine

En cas de météo non propice,
replis à l'Espace St Clément !!

Jeudi 17 Juillet

Journée à Terra Botanica

Pour toute la famille, venez découvrir l'aventure du végétal dans le parc de **Terra Botanica**.

Découverte du parc à bord d'une coque de noix, balade en barque, serre tropicale, cinéma dynamique, spectacles, parcours suspendu...

Des jeux pour les petits et les grands, des activités ludiques...

Il y en a pour tous les goûts et tous les âges!

Participation selon possibilité financière.

Tarif adulte : entre 15 et 25€

tarif enfant (jusqu'à 16 ans) : entre 6 et 12€

Inscription obligatoire



Mercredi 23 et mardi 29 Juillet

Spectacles Nuits de la Mayenne

Nous vous accompagnons sur un spectacle de théâtre et un concert théâtralisé.

Nous pique niquerons sur place.

Prévoyez un vêtement chaud et un coussin si besoin.

Tarif : 12€ (CAP possible sous conditions)

Inscription obligatoire avant le 15 juillet

Annulation si moins de 6 inscriptions

Jeudi 24 Juillet et mercredi 13 Août - Pique Nique

Nous pique niquerons au jardin public de Cossé le vivien le jeudi et, selon les inscriptions, nous déciderons du lieu pour le mercredi.

Apportez votre pique nique et vos jeux pour profiter de l'après midi : pétanque, palets, jeux de société, ou vos mandalas... *Inscrivez vous.*

Mercredi 27 Août

Spectacle : Valentine chez les tsiganes

Venez découvrir ce spectacle de sur l'aire d'accueil de grand passage à Craon
Inscription auprès des animatrice.

Jeudi 28 Août

Cuisine

Venez cuisinez avec les enfants de l'accueil de loisirs de Craon : feuilletés et Wrap pour une mise en bouche lors de l'apéro partagé.



Vendredi 29 Août

Parc floral des Renaudies

Dernière visite de l'été, venez découvrir le parc floral des Renaudies!
Nous visiterons le jardinet et essaierons de sortir du Labyrinthe de maïs!

Prévoyez votre pique nique - *Inscription avant le 21 Août*

Tarif de 10€ (visite et transport). Possibilité de CAP sous conditions

A la rentrée

- **Pensez à demander un certificat médical pour votre ou vos activités physiques!**
- **Repas et karaoké avec les Archers le 2 septembre**
- **P'tit dèj' discut' le jeudi 4 septembre**
- **Ciné plein air le 5 septembre**

