


Mille Faîtes & Lettre des Ateliers



Espace de Découvertes et d'Initiatives
Les Ateliers d'Échanges sur le Pays de Craon
Animatrices Coordinatrices : Edwige OLIVRIE
Sandrine ROBIN
Stagiaires : Lila et Thérèse

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

Attachons-nous à reconnaître le caractère si précieux de chaque journée

Dalai Lama

Vendredi 22 Novembre

Collecte de la Banque alimentaire

Vous avez envie de participer à ce week-end solidaire?

Merci d'en parler avec les animatrices !



Jeudi 28 Novembre



Atelier cuisine

Au menu:

Quiche aux légumes de saison

Riz au lait - caramel au beurre salé



Jeudi 28 Novembre

Cirque intimiste Lulu's Paradise

Une yourte. Une scène minuscule. Tout autour le public. Et puis au centre: Lulu, qui a tant de choses à dire.



Jeudi 14 Novembre

Un Groupe d'Entraide Mutuelle à Craon (GEM)

Une nouvelle structure va s'implanter sur Craon. Il s'agit d'un GEM dont l'objectif sera de favoriser le lien social pour les personnes en situation de troubles psychiques.

Venez rencontrer les gmeurs de Château-Gontier pour qu'ils vous parlent de leur expérience !

Vendredi 22 Novembre Samedi 23 Novembre



Troc'Plantes

Venez vous joindre à l'équipe du Troc'Plantes pour préparer et animer un partage autour du jardinage et communiquer sur l'EDI !

Jeudi 7 Novembre Jeudi 5 Décembre

Hygiène Corporelle

Suite aux premiers échanges, Sandrine nous propose 2 séances de pratique sur :



Le soin du visage et lavage des cheveux



Le soin des mains et des ongles

Prochaines séances sur inscription uniquement

Mardi 3 Décembre

Le sucre ami ou ennemi ?

Projection suivi d'un échange avec une diététicienne.

Soirée organisée par l'**association Relais Santé Bien-être**

Mardi 10 Décembre

Création florale de Noël

Paulette vous propose de partager un moment autour de la réalisation d'une composition florale de Noël. Pensez à vous inscrire !

Du 13 au 15 Décembre

Festival des 37 # Rétrospective

Le weekend du 13/14/15 décembre sera présenté une rétrospective des courts métrages des 4 premières éditions du Festival des 37 mais aussi une pièce de théâtre et le documentaire sur l'aventure Festival de Jean François Castell : un Tapis Rouge dans le Pré.

Programme complet fin novembre début décembre

En 2025

Rencontre Inter EDI



Les EDI du Sud Mayenne (Château-Gontier, Meslay et Pays de Craon) organisent la prochaine rencontre inter EDI le 10 Juillet 2025. Si vous souhaitez participer à l'organisation de cette journée conviviale parlez-en aux animatrices :)

Vendredi 6 Décembre



Et si on partait en séjour ensemble?

Si vous avez envie de partir en vacances quelques jours avec d'autres participants de l'EDI, parlez-en aux animatrices.

Ce projet est à construire ensemble! Lieu, logement, activités....



Jeudi 12 Décembre

Atelier cuisine

Au menu:

Cordons bleus - crumble de légumes
Bûche compote/chantilly et caramel au beurre salé



Mercredi 18 Décembre

Repas de Noël et spectacle de magie ✨

Venez nombreux partager ce moment festif de fin d'année !

Rendez-vous à Livré la Touche

Au programme :

Repas festif (participation au coût de revient)

Spectacle de magie (de 2 à 4€)

En Janvier

Réserver un transport Aléop ?

Comment ça marche ?

Yohann, Conseiller Numérique vous propose de vous familiariser avec le service de réservation de transport à la demande. L'objectif ? que vous puissiez faire vous même vos réservations !

Des séances de familiarisation avec la création et l'utilisation de la boîte mail sera proposée en amont pour les personnes qui le souhaitent.

Jeudi 19 Décembre

Ciné Concert

Voyage dans les airs qui nous invite à prendre de la hauteur.

Présentation de 5 courts métrages enfants en lien avec la nature et les animaux.

A voir par les petits et les plus grands !



A noter en janvier et février!

Pas de séances d'aquagym en raison de la fermeture de l'Odysée pour travaux

Belle fin d'année à toutes et tous !

