

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 : Thérèse et Loïcia

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



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

Dalai Lama

Activités physiques

- En janvier et février pas d'activité aquatique!
- Pensez à régler le deuxième trimestre de la Relaxation/Concentration et de la Gym dès le redémarrage en janvier.

Jeudis 9 Janvier et 20 Février

ATELIER CUISINE

Le 16 Janvier :

- Croque-légumes
- Crème aux œufs



Préparations du 20 février à définir ensemble.

Jeudis 16 Janvier et 13 février

PARTAGES EN CUISINE

Venez partager votre recette fétiche et cuisiner dans la convivialité!

En janvier, nous cuisinerons des "restes"!

Nous envisagerons le menu de février ensemble.

*Nombre de places limité
Pensez à vous inscrire !*



Jeudi 16 Janvier

PRÉSENTATION DES SPECTACLES

Après le repas collectif, Caroline médiatrice de la saison culturelle viendra présenter les spectacles de début d'année. Rendez vous à 14h30 aux Ateliers.

ÇA SE PASSE AVEC LES HABITANTS DES ARCHERS !

Vendredi 24 Janvier



RÉALISATION DE GALETTES DES ROIS & APRÈS MIDI JEUX

Venez partager un moment convivial lors de la fabrication de galettes le matin. Nous les partagerons ensuite ensemble lors de l'après midi jeux de société.

Inscription obligatoire

Vendredi 14 Février

APRÈS MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ

*Nombre de places limité
Sur inscription*



Vendredi 21 Février

LOTO

Qui terminera sa grille en premier ???
Moment convivial assuré !

*Inscription obligatoire
Participation financière demandée*



Vendredis 10, 24 Janvier et 14 Février

ATELIER NUMÉRIQUE ALÉOP



Vous souhaitez apprendre à réserver votre transport Aléop en ligne? Venez découvrir l'atelier numérique animé par Yohann, conseiller numérique au CIAS.

Gratuit - Sur inscription

Vendredi 31 Janvier

DISTRO - Danse houblonnée

20h30 Salle des Fêtes François Dermault - Livré La Touche



Danse poétique à l'énergie rock'n'roll Nolwenn et Pauline ont choisi de s'inspirer de ces lieux sociaux par excellence que sont les bars, bistrotts tavernes et autres troquets.

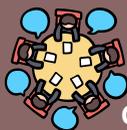
*Nombre de places limité
Sur inscription - Tarif saison culturelle*

Jeudi 20 Février

ET SI ON PARTAIT EN SÉJOUR ENSEMBLE?



Le séjour se précise depuis la rencontre de décembre mais il reste encore des choses à voir et à réfléchir ensemble concernant les repas, les activités sur place.... !



COMITÉ DE PILOTAGE EDI

Le comité de pilotage de l'EDI est un temps de bilan, d'échanges et de retour sur les actions menées aux Ateliers auprès de nos différents partenaires. Si vous avez envie de témoigner sur votre expérience, faites en part aux animatrices.

Jeudi 27 Février

Vendredi 28 Février

POUR HÊTRE - CIRQUE CHORÉGRAPHIÉ

20h30 - Espace Culturel Saint Clément

Trois être, dont un avec un "h" nous offrent un spectacle doux et vertigineux exécutant des figures aussi belles que périlleuses.

*Nombre de places limité
Sur inscription - Tarif saison culturelle*



Mardi 18 Février

CUISINE et REPAS avec les JEUNES du NPA

Venez réaliser de la pâte feuilletée et des cordons bleus maison. Après le repas, il y aura un temps de jeu avec les jeunes.



*Nombre de places limités
Participation financière demandée*

A partir de Janvier

FESTIVAL DES 37 : ATELIER CINÉMA



Décembre 2025, la 5ème édition du Festival des 37 aura lieu, festival de cinéma populaire. D'ici décembre, des courts métrages seront réalisés. Des professionnels vous accompagneront de l'écriture de nouvelles aux scénarios, de la mise en scène à la réalisation... Si vous êtes intéressés pour y participer ou simplement curieux de découvrir, nous vous invitons à venir sur les rencontres le mercredi. Plusieurs possibilités de participation : écriture, jeu d'acteur, soutien à la technique (éclairage, don, prise de vue...)

Pour tout renseignement contactez Edwige.

En Janvier

EN JANVIER C'EST LE BILAN DE L'EDI !

Comme tous les ans, les animatrices établissent le bilan de l'année passée en janvier. Des temps de rencontre vont être organisés avec certains d'entre vous pour échanger sur ce que vous vivez aux Ateliers, sur ce que ça vous apporte, ce que vous y trouvez. Si vous avez envie de vous entretenir avec les animatrices n'hésitez pas à prendre rendez-vous avec Edwige ou Sandrine !



Juillet 2025



RENCONTRE INTER EDI

Les EDI du Sud Mayenne (Château-Gontier, Meslay/Grez 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 17 Janvier

EMILY LOIZEAU - CONCERT CHANSON POP

20h30 - Salle du FCC Cossé-Le-Vivien

Emily Loizeau et ses musiciens proposent une version live de son nouvel album magnifiquement scénographiée

*Nombre de places limité
Sur inscription - Tarif saison culturelle*



**A noter !
Troc'Plantes de printemps
le 22 Mars**

