

UN TEMPS POUR SOI

Stretching (adulte)
Mardis 7, 14, 21 et 28 janvier
De 18h à 19h
Salle du Tertre - Gratuit - Sur inscription



ATELIERS DU MERCREDI

Mercredi 8 janvier
Atelier bricolage : 14h30-16h
Motricité : 16h-17h30
Maison de quartier - Sur inscription - Gratuit

Mercredi 15 janvier
Réunion « Top chef » : 14h30-16h
Atelier famille : 16h-17h30
Maison de quartier - Sur inscription - Gratuit



Mercredi 22 janvier
Atelier cuisine : 14h30-16h
Motricité : 16h-17h30
Maison de quartier - Sur inscription - Gratuit

Mercredi 29 janvier
Sortie au bois de l'Huisserie : 14h30-16h30
Sur inscription - Gratuit

BALADES DÉTENTE DU JEUDI

Jeudi 9 janvier de 8h45 à 12h
La coulée verte (Louvigné)

Jeudi 16 janvier de 9h à 12h
Les ruisseaux de St Nicolas (Laval)

Jeudi 23 janvier de 9h à 12h
Circuit d'Avesnières (Laval)



Jeudi 30 janvier de 8h45 à 12h
Circuit de la Valette (Villiers-Charlemagne)

Gratuit - Sur inscription - Prévoir une paire de chaussures

COMME UN POISSON DANS L'EAU

Vous souhaitez vaincre vos appréhensions du milieu aquatique : rejoignez-nous pour évoluer comme un poisson dans l'eau !

Les mardis 7, 14, 21 et 28 janvier de 10h30 à 11h30

Piscine de St Nicolas

RDV sur place : 10h15

Sur inscription - Règlement sur place : 4,50 €
Prévoir : bonnet de bain et 1 jeton



ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE

Venez avec votre ordinateur, tablette ou téléphone, nous vous aiderons

Judis 9, 16, 23 et 30 janvier
De 13h30 à 14h25 ou de 14h30 à 15h25

Gratuit - Sur inscription



PROJET PARTICIPATIF « COUTURE »

Vous aimez la couture et vous souhaitez vous impliquer dans la réalisation de fanions ? Ce projet est fait pour vous ! Chaque fanion déposé à la maison de quartier nous aidera à réaliser les décorations pour des festivités d'Avesnières



TOP CHEF

Avis aux cuisinières et cuisiniers d'Avesnières !

La 2ème édition de « Top chef interquartiers » se déroulera du 10 au 14 février 2025

Venez partager, échanger, vous rencontrer, mais aussi, vous défier autour de recettes de cuisine.

Si vous souhaitez représenter votre quartier, une **réunion de préparation** se tiendra le **mercredi 15 janvier à 14h30**

Sur inscription avant le 14/01/25



APPEL À BÉNÉVOLAT !!!

La maison de quartier, en partenariat avec l'école Louis Pergaud, vous propose un projet « Apprend en jouant ». Nous recherchons des bénévoles, **les jeudis de 13h50 à 15h, de janvier à avril 2025**, pour animer des temps de jeux de société. Si vous êtes disponible quelques jeudis sur cette période, n'hésitez pas à prendre contact avec la maison de quartier

CAVAA - COMITÉ D'ANIMATION VIVRE AUTOUR D'AVESNIÈRES

Vente de tickets cinéma Cinéville

Tarif adhérent CAVAA : 6 €

Vente de places pour le spectacle de marionnettes et de magie « Vers les métamorphoses » (31/01/25)

Tarif adhérent CAVAA : 8 €

Lundi 6 janvier de 16h à 17h30

Galette des rois et spectacle

Dimanche 26 janvier à partir de 15h

Salle du Tertre

