



Lettre d'infos aux adhérents

2ème trimestre d'avril à juin 2025



“Le printemps, c'est tout un poème. On en parle, on le pratique, on l'attend...”
(Alphonse BOUDARD, la Nuit de Paris)

À vos agendas

Gratuit et ouvert à tous sur inscription

Soirée jeux : Le vendredi 5 avril de 20h à 22h à la MDC

Soirée Karaoké : Le vendredi 11 avril de 20h à 23h à la MDC

Programme vacances avril :

Semaine 1 :

“Trucs et astuces” (jeux et goûter) :

le mardi 8 avril à la MDC et jeudi 10 avril à l'espace Gisèle-Halimi de 14h à 16h

Semaine 2 :

Jeux de société : le mardi 15 avril à la MDC et jeudi 17 avril à l'espace Gisèle-Halimi de 14h à 16h

Land art (art et nature) : le vendredi 18 avril à la MDC de 14h à 16h

Espace bénévoles :

N'hésitez plus, venez donner de votre temps, de votre énergie, de vos savoir-faire...

Contactez Loïc PIERRE au 06 70 06 86 76

Les échanges de savoirs

Chacun a des savoir-faire, peut avoir envie de les transmettre et chacun peut recevoir des savoirs. Vous souhaitez échanger et participer à cette joyeuse dynamique ? Contactez Maryvonne qui se chargera de vous mettre en relation avec les autres adhérents.

Espace Familles « PARENT'AISE »

Le rendez-vous incontournable des familles avec des ateliers parents-enfants, des sorties familles et des ateliers.

Programme familles du lundi 7 avril au vendredi 18 avril disponible

à la Maison du Citoyen à partir du mercredi 26 mars.

Contactez MDC au 02.33.36.85.84 Partagez vos idées pour enrichir ses projets.

Vacances Familiales : Jill vous accompagnera dans l'organisation de vos vacances d'été jusqu'au 30 mai, accessible selon le quotient familial et sur rendez-vous au 02.33.36.85.84



FOCUS

Atelier jeux de cartes :

Vous aimez les jeux de cartes comme le belote, le tarot et le rami ? Venez jouer, apprendre à la Maison du Citoyen le mercredi de 16h à 18h

Atelier Cosmétiques naturels :

Profitez d'un temps juste pour vous, venez découvrir des soins mains et visage avec des produits de votre cuisine (huile d'olive, citron, sucre, miel, etc ...)

les mardis : 08/04, 22/04, 20/05, 03/06, 17/06, 01/07 de 14h30 à 16h



MAISON DU CITOYEN - Centre social & d'initiatives municipal

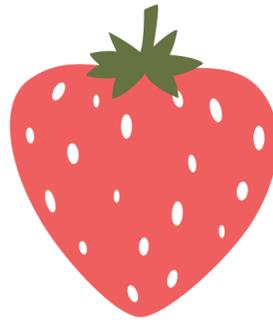
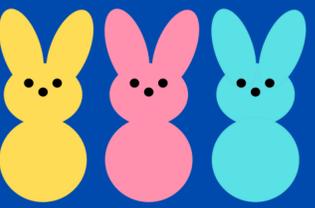
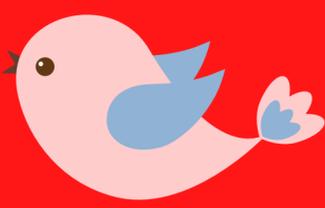
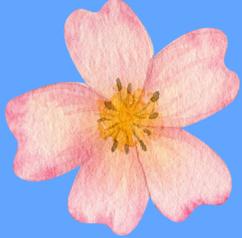
1 rue des Pervenches - 61200 ARGENTAN -

02 33 36 85 84 - mdc@argentan.fr



ATELIERS HEBDOMADAIRES ! (Inscription au trimestre)

Séance d'essai gratuite (bon d'essai à retirer au secrétariat de la Maison du Citoyen).

Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
<p>Retrouver sa souplesse De 10h à 11h Rdv MDC Gratuit Avec Maryvonne</p>	<p>Randonnée De 13h15 à 17h30 Rdv Parking MDC Gratuit Avec Jacques (bénévole)</p>	<p>Atelier parents enfants De 10h00 à 12h00 à partir de 3 ans Rdv espace Gisèle-Halimi Gratuit Avec Anne-Cécile</p>	<p>Cuisine de base À partir du 24/04 De 9h15 à 12h30. Rdv MDC Tarif selon QF Avec Aline</p>	<p>Mouv'It De 9h30 à 11h. Rdv MDC. Tarif : 13€70 Avec Stéphane</p>	<p>Couture de 9h à 12h 26/04, 03/05, 24/05, 31/05, 14/06, 21/06 et 28/06 Tarif : 13€70 Rdv MDC Avec Marie-Pascale</p>
<p>Yoga du rire De 11h à 11h30 Gratuit Avec Maryvonne</p>	<p>Peinture groupe 2 Beaux-Arts De 14h à 16h Tous les 15 jours (début 01/04) Tarif : 28€40 Rdv MDC Avec Aneta</p>	<p>Atelier parents enfants De 14h à 16h à partir de 3 ans Rdv MDC Gratuit Avec Anne-Cécile</p>	<p>Atelier parents ludisport De 9h30 à 11h30 Rdv Espace Gisèle-Halimi Gratuit Avec Stéphane</p>	<p>Randonnée De 13h15 à 17h30 Rdv Parking MDC Gratuit Avec Michel (bénévole)</p>	
<p>Atelier créatif De 14h à 17h Rdv MDC Gratuit Avec Aline</p>	<p>Cosmétiques naturels De 14h30 à 16h 08/04, 22/04, 20/05, 03/06, 17/06, 01/07 Gratuit Avec Maryvonne</p>	<p>Mandala De 16h à 17h30 Rdv MDC Gratuit Avec Maryvonne</p>	<p>Stretching doux De 10h30 à 11h30 Rdv MDC Gratuit Avec Maryvonne</p>	<p>Cuisine De 14h à 16h avec « Femmes d'Argentan et femmes du monde » 3ème vendredi de chaque mois Rdv MDC gratuit</p>	
<p>Mouv'It De 14h à 16h Rdv MDC Tarif : 13€70 Avec Stéphane</p>	<p>Jeux me pause De 16h15 à 18h Rdv MDC Gratuit Avec Loïc</p>	<p>Jeux de cartes De 16h à 18h Rdv MDC Gratuit Avec Jean-Luc (bénévole)</p>	<p>Récup'Art 24/04, 06/05(mardi), 15/05, 22/05, 12/06, 26/06 De 13h30 à 15h30 Gratuit Avec Elisabeth (bénévole)</p>		
<p>Peinture groupe 1 Beaux-Arts De 14h à 16h Tous les 15 jours (début 31/03) Tarif : 28€40 Rdv MDC Avec Aneta</p>		<p>Chant Les cigales De 17h à 18h30 Rdv MDC Gratuit Avec Pascale (bénévole)</p>	<p>Echanges de savoirs De 14h à 17h. Rdv MDC Gratuit Avec Maryvonne</p>		
			<p>Atelier bricolage De 14h à 17h Rdv MDC Gratuit Avec David (bénévole)</p>		
	<p>SPRING</p>		<p>Marche tranquille De 14h à 16h Rdv MDC Gratuit Avec Stéphane</p>		
			<p>Atelier créatif De 14h30 à 17h Rdv espace Gisèle-Halimi Gratuit Avec Aline</p>		