

calendrier Trimestriel 2024



Animations
Ateliers
Echanges
Balades
Lectures
Sorties...

PROGRAMME DES ANIMATIONS Jan. Fév. Mar. 2024

NOTRE BUT...
- proposer un ensemble d'activités, de services, de projets ouverts à tous (enfants, jeunes, adultes, retraités, associations locales...)
- Animer un lieu de proximité convivial et familial répondant aux besoins et attentes de la population et accessible au plus grand nombre
- Favoriser les initiatives, échanges, rencontres, solidarités entre les personnes de toutes générations

Meilleurs vœux 2024

Jean-Marie Saury
Président de l'ADHCO
et son conseil d'administration
vous souhaitent
une très belle année 2024

Janvier 2024		Février 2024		Mars 2024	
1 L	Premier de l'An	1 J	Atelier numérique à Mouthoumet	1 V	
2 M		2 V		2 S	
3 M		3 S		3 D	
4 J	Atelier numérique à Mouthoumet	4 D		4 L	SORTIE POUSSETTE
5 V		5 L		5 M	
6 S		6 M	Rencontre présentation Programme 2024 1000ers jours	6 M	
7 D		7 M		7 J	Atelier numérique à Mouthoumet
8 L		8 J	Atelier numérique à Vignevieille	8 V	
9 M		9 V		9 S	
10 M		10 S		10 D	
11 J	Atelier numérique à Vignevieille	11 D		11 L	Atelier éveil
12 V		12 L	Atelier éveil	12 M	
13 S		13 M	Animation EGYPTE	13 M	Banque alimentaire
14 D		14 M	Banque alimentaire	14 J	Atelier numérique à Vignevieille
15 L		15 J	Atelier numérique à Villerouge-Tnès	15 V	
16 M		16 V	Soirée jeux	16 S	
17 M	Banque alimentaire	17 S		17 D	
18 J	Atelier numérique à Villerouge-Tnès	18 D		18 L	Café parents
19 V	Soirée jeux	19 L	Café parents	19 M	
20 S		20 M		20 M	
21 D		21 M	STAGE 6-12 ans MUSIQUE	21 J	Atelier numérique à Villerouge-Tnès
22 L	Atelier éveil	22 J	STAGE 6-12 ans MUSIQUE	22 V	
23 M		23 V	STAGE 6-12 ans MUSIQUE	23 S	
24 M		24 S	STAGE 6-12 ans MUSIQUE	24 D	
25 J	Atelier numérique à Massac	25 D		25 L	Atelier créa partagé
26 V		26 L	Atelier créa partagé	26 M	Atelier CUISINE
27 S		27 M	Atelier CUISINE	27 M	
28 D		28 M		28 J	Atelier numérique à Massac
29 L		29 J		29 V	
30 M				30 S	
31 M				31 D	Dimanche de Pâques

INFORMATION

Juliette FIAT,
conseillère en économie sociale
et familiale à quitté l'ADHCO de-
puis le 1er janvier 2024.
Faustine MARCHAND, lui suc-
cèdera dès le 12 février 2024

LOISIRS & CULTURE

Soirée jeux : Une occasion de découvrir des jeux de société ludiques et amusants à essayer absolument !

Vendredi 19 janvier de 19h à 23h à Mouthoumet

Vendredi 16 février de 19h à 23h à Mouthoumet

Atelier découverte : L'Égypte

En partenariat avec la Médiathèque de Lézignan, une après-midi découverte des hiéroglyphes sur un atelier théorique et pratique.

Mardi 13 février 2024 de 15h à 17h à Mouthoumet

Tout public à partir de 7 ans - Gratuit

sur inscription (places limitées) 04 68 45 24 54

ECHANGES & SAVOIR-FAIRE

Ateliers Cuisine : des ateliers pour nouer de nouvelles relations, partager de bons moments lors de la préparation du repas et jusqu'à sa dégustation

Tout public - Tarif libre

Mardi 27 février de 10h à 12h

Mardi 26 mars de 10h à 12h

PARENTALITÉ

Programme les 1000 ers jours :

Un programme pour les futurs et nouveaux parents.

Informations : 04 68 45 24 54

RENCONTRE ET PRÉSENTATION DU PROGRAMME 2024

le mardi 6 février à 9h30 à Mouthoumet

ATELIERS ÉVEIL 0-3ans : à Mouthoumet à partir de 9h30

22 janvier, 12 février, 11 mars

CAFÉS PARENTS : à Mouthoumet à partir de 9h15

19 février, 18 mars

CONFÉRENCES :

La diversification alimentaire - 16 janvier de 17h à 19h

ATELIERS CRÉA PARTAGÉS : à Mouthoumet de 10h à 11h30. 26 février et 25 mars

SORTIE POUSETTE : le 4 mars (lieu à définir)

ANIMATION JEUNESSE

Mini stage pour les 6-12 ans

Initiation à la musique & musique expression

21, 22, 23, 24 février 2024

4 jours consécutifs pendant les vacances.

De 9h à 12h : stage d'initiation musicale avec découverte d'instruments à vent et à corde

De 14h à 17h : Musique expression pour allier musique et expression créative

Lieu : Mouthoumet

Intervenante : Cécile Costabella

+ informations : Nécessité de présence continue pour les 4 matinées consécutives du stage.

L'après-midi les inscriptions sont ouvertes indépendamment du stage et libre de choix.

Aucun pré-requis - Stage GRATUIT

Inscription obligatoire / places limitées

SÉNIORS (retraités de + 55 ans)

Ateliers Numérique

Des ateliers «nomade» sur l'utilisation des outils numériques (ordi, smartphone, tablette) :

à Mouthoumet les : 4/01, 1/02, 7/03

à Vignevieille les : 11/01, 8/02, 14/03

à Villerouge-Tnès les : 18/01, 15/02, 21/03

à Massac les : 25/01, 28/03

Petite nouveauté dans le programme :

«LES SORTIES NUMÉRIQUES»

4 sorties seront programmées dans l'année, afin de découvrir et d'expérimenter des outils et des applications numériques dans différents domaines (environnement, science, artistique, créatif...)



Les dates indiquées peuvent être amenées à changer, pensez à suivre notre actualité sur le site de l'ADHCo (www.adhco.fr), la page facebook sur votre boîte mail ou par affichage. Toutes les activités sont sur inscription obligatoire et se dérouleront principalement à Mouthoumet dans les locaux de l'ADHCo