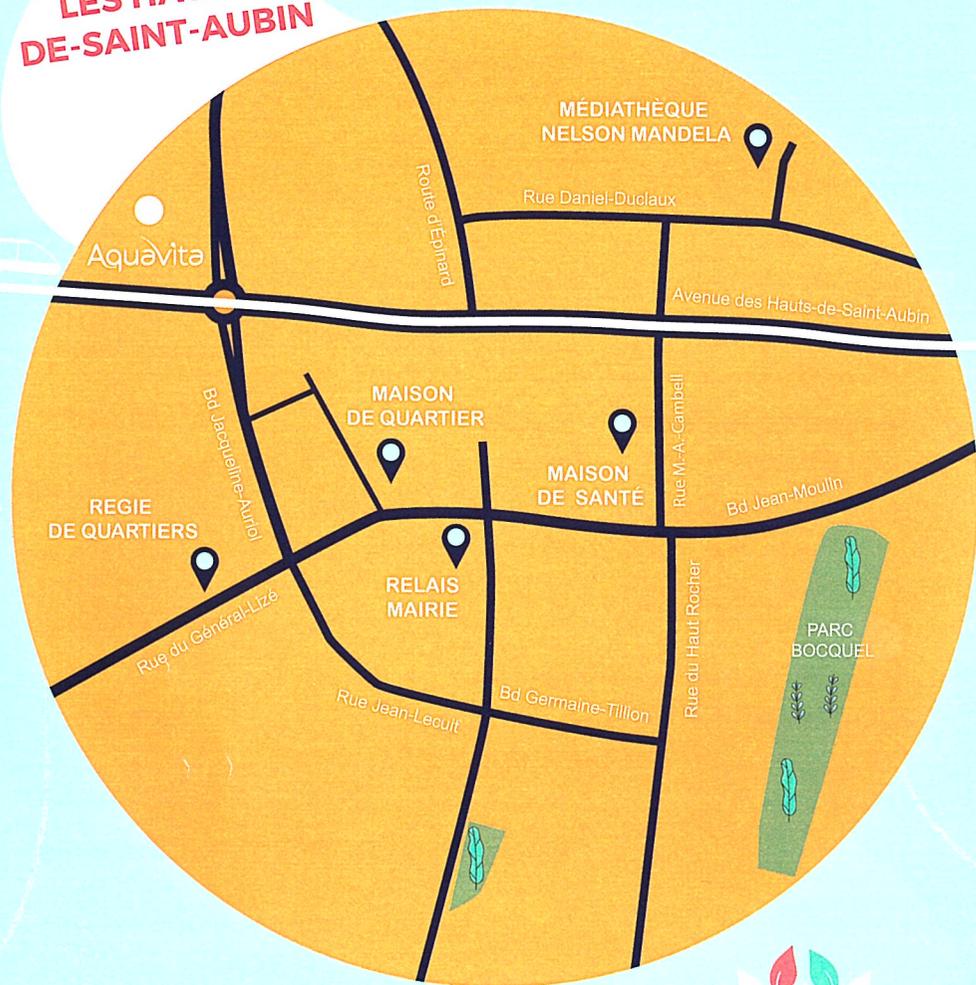


## LES HAUTS- DE-SAINT-AUBIN



### Maison de quartier

02 41 73 44 22 // 2, rue Daniel-Duclaux

### Maison de santé

02 41 34 74 24 // 9, rue Marie-Amélie-Cambell

### Médiathèque Nelson-Mandela

02 41 19 98 10 // rue Isidor-Odorico

### Relais-mairie

02 41 35 07 12 // 1, rue du Général-Lizé

### Régie de quartier

02 41 34 29 15 // 22, rue du Général-Lizé



# La Quinzaine

## BIEN-ÊTRE

Du 28 nov.  
au 10 déc.  
2022



## HAUTS-DE-SAINT-AUBIN

# Programme

## La Quinzaine

### ANIMATIONS

#### Lundi 28 novembre

 *Atelier bien être « les maux de l'hiver »*

 **Maison de quartier**  
**De 9 h15 à 11 h**

 Tarif : 0,50 cts

Renseignement au 07 88 75 46 52

#### Mercredi 30 novembre

 *Déjeuner partagé au GEM la vie*  
*Suivi d'un après-midi de jeux de société*

 **56, avenue des Hauts-de-St-Aubin**  
**Possibilité de participer à l'élaboration du repas**  
**à 10 h30**

 Tarif : 5 euros

Inscription : [associationgemlavie@gmail.com](mailto:associationgemlavie@gmail.com) ou au 06 50 57 50 77

 *Atelier « bienfaits et vertus des plantes »*

 **Régie de Quartier**  
**De 15 h à 17 h**

Gratuit, inscription au 06 82 57 27 24

#### Jeudi 1<sup>er</sup> décembre

 *Marche bien être (5 kms)*

 **Maison de quartier**  
**à partir de 10 h**

Gratuit, inscription au 02 41 73 44 22

 *Tout le monde peut venir jouer*

 **Maison de quartier**  
**De 14 h à 18 h**

Tarif : gratuit (possibilité de goûter à 2 euros)

# ANIMATIONS

## Vendredi 2 décembre

### Apéritif littéraire

À partir de 14 ans

 **Bibliothèque Nelson Mandela**  
**De 18 h 30 à 20 h**

Gratuit

## Samedi 3 décembre

### L'heure du conte

Public : de 1 à 4 ans

 **Bibliothèque Nelson Mandela**  
**à 10 h 30**

Gratuit, sans inscription

### Spectacle jeune public

De 1 à 3 ans

 **Maison de quartier**  
**Les Habilleuses, Compagnie RES NON VERBA**

**2 séances à 10 h et 11 h 15**

Durée 35 minutes

 Tarifs : 2 €, 4 € ou 6 € au choix du spectateur  
Réservation au 02 41 73 44 22

### Après-midi cocooning et détente

Réservé aux 10-15 ans

 **Secteur START de la Maison de Quartier**  
**De 14 h à 17 h**

Gratuit, renseignements au 07 86 20 09 53

## Mercredi 7 décembre

### Déjeuner partagé au GEM la vie

 **56, avenue des Hauts-de-St-Aubin**  
**Possibilité de participer à l'élaboration du repas**  
**Suivi d'un café philo**  
**à partir de 10 h 30**

 Tarif : 5 euros  
Inscription : [associationgemlavie@gmail.com](mailto:associationgemlavie@gmail.com) ou au 06 50 57 50 77

### L'heure du conte

Public : de 1 à 4 ans

 **Bibliothèque Nelson Mandela**  
**à 11 h**

Gratuit, sans inscription

### Atelier cuisine

**Épluchez, cuisinez, dégustez... partagez !**

 **Maison de Quartier**  
**De 10 h à 11 h**

Gratuit

### « Mon p'tit marché »

Pour les bénéficiaires

**Dégustation lors de la distribution**  
**De 11 h à 13 h**

### Plantation bulbes au verger et bar à soupe

 **Le verger en libre cueillette**  
**(Au croisement de la route d'Épinard et du boulevard Jean Moulin)**  
**De 15 h à 17 h**

Gratuit, sans inscription

# ANIMATIONS

## Jeudi 8 décembre

### *Tout le monde peut venir jouer*

Tout public

 **Jeux de société**  
**Maison de Quartier**

**De 14 h à 18 h**

Gratuit, sans inscription

### *Animation santé*

Tout public

 **La Grande Flèche**

**De 17 h à 18 h**

Gratuit

## Vendredi 9 décembre

### *Cuisine au marché*

Atelier soupe : épluchez, cuisinez, dégustez... partagez !

 **Place de la fraternité**

**De 15 h à 19 h**

Gratuit, sans inscription

## Samedi 10 décembre

### « *Instant étoilé* »

Spectacle la fanfare Tchoutchouka, animations, jeux et ateliers créatifs avec la PAF Mobile sur le thème de Noël  
Présence du père Noël, boissons chaudes offertes, vente de gourmandises

 **Place de la Fraternité**

**De 16 h à 18 h 30**

Gratuit

### « *Consoles et vous* »

Tout public

 **Bibliothèque Nelson Mandela**

**De 10 h à 12 h et de 14 h à 17 h**

Réservation obligatoire au 02 41 19 98 10

Gratuit

