

PROGRAMME D'ANIMATION

ARTS ET LOISIRS D'ARLAC

-ADULTES & FAMILLES-

MAI. JUIN 2023

MAI

Les Arlequins

Atelier d'éveil parents-enfants de 0 à 3 ans,
le mardi de 10h à 11h30

Mardi 2 : Signes et comptines "nature" (pour les parents)

Mardi 9 : Éveil culinaire

Mardi 16 : Parcours motricité

Mardi 23 : Wobbelyoga et massage bébé (pour les parents)

Mardi 30 : Éveil créatif

Ateliers cuisine

Échange, partage, convivialité où l'on teste de
nouvelles recettes que nous dégustons par la suite
Le mardi de 19h à 22h30

Mardi 9 : Plats libanais

Mardi 23 : Plats réunionnais

Sortons, sortez !

Sortie adultes et, ou familles à organisées et accompagnées par des
bénévoles

Vendredi 12 : Sortie répit parental à l'Aquastadium de
Mérignac (piscine, balnéo et repas)

Sorties loisirs seniors

Sortie seniors organisée et accompagnée par
des bénévoles.

Samedi 13 : Nuit du musée : Musée du vin et du négoce.
A partir de 17h

Mercredi 24 : Visite de la MECA et repas au restaurant
Heure à définir

Ateliers conserverie

Ateliers collectifs de préparation de conserves (cuisine
et mise en bocaux) à destination de la Boutic' tac

Lundi 15 : Atelier conserverie de 15h00 à 18h00
bocaux légumes de saison

Mardi 30 : Atelier conserverie de 19h à 22h30
bocaux légumes de saison

Séjour Répit parental

Rencontre collective d'organisation d'un séjour
en Vendée au mois de juillet à destination des
parents

Mercredi 3 de 18h à 19h30

Atelier éphémère

Samedi 13 : Séance de relaxation de 9h30 à 10h30
à payer en TIC TAC

Atelier d'initiation au portage physiologique

Mercredi 17 de 10h00 à 12h00

Ateliers vie quotidienne

Des ateliers collectifs pour avancer ensemble et à son
rythme dans des démarches éco-citoyennes
Le vendredi de 10h à 12h

Vendredi 5 : Fabrication de déodorants

Vendredi 26 : Fabrication de carnets

JUIN

Ateliers vie quotidienne



Des ateliers collectifs pour avancer ensemble et à son rythme dans des démarches éco-citoyennes
Le vendredi de 10h à 12h

Vendredi 2 : Fabrication de couronnes de fleurs séchées

Vendredi 16 : Fabrication d'un album photo

Ateliers couture



Atelier couture pour débutant.e.s pour confection des produits pour la Boutic tac

Jeu 1,8,15, 22, 29 : De 14h30 à 16h, les bases de la couture

Ateliers conserverie



Ateliers collectifs de préparation de conserves (cuisine et mise en bocaux) à destination de la Boutic tac

Mardi 20 : Atelier conserverie de 19h00 à 22h30
bocaux Légumes de saison

Atelier éphémère



Samedi 24 : Séance de relaxation de 10h30 à 11h30 à payer en TIC TAC

Sortons, sortez !

Sortie familiales organisées et accompagnées par des bénévoles

Samedi 10 : Sortie au bassin, pêche aux coquillages et crustacés, petits jeux d'extérieurs et baignade

Révisions au portage physiologique

Mercredi 21 de 10h00 à 12h00

Les Arlequins

Atelier d'éveil parents-enfants de 0 à 3 ans,
le mardi de 10h à 11h30

Mardi 6 : Signes et comptines "été" (pour les parents)

Mardi 13 : Fête de l'été, fête petite enfance

Mardi 20 : Éveil musical suivi d'un déjeuner (auberge espagnole)

Atelier cuisine

Échange, partage, convivialité où l'on teste de nouvelles recettes que nous dégustons par la suite
Le mardi de 19h à 22h30

Mardi 13 : Plats africains

Sortie loisirs séniors

Sortie séniors organisée et accompagnée par des bénévoles.

Mercredi 14 : Visite Saint Macaire et Chateau Malromé
De 8h à 19h

Resto solidaire



Des bénévoles en cuisine et des invités avec qui partager le repas, le mercredi de 10h à 14h

Mercredi 7 : Repas Espagnol

Événements

Du 1er au 3 : Bourse à la puériculture au Burck

Vendredi 2 : Assemblée générale

Samedi 10 : LOTO à la Maison des Habitants d'Arlac


Mercredi 14 : Temps fort numérique

Vendredi 23 : Feu de la St Jean

ARLACOOPÉ

En adhérant à l'association vous intégrez le réseau « Arlacoopé » et vous recevez sur votre compte temps, 300 Tic-Tac. Le Tic-Tac est une monnaie temps qui permet de quantifier les flux des échanges, de produire en collectif et de valoriser des services. Les TT sont ensuite comptabilisés en "+" en réalisant des biens et/ou des services, en "-" lors d'achats de services, de biens confectionnés en collectifs tels que : des produits d'entretien, d'alimentation, des repas, des transports, des sorties, des commandes groupées, de l'accompagnement à la scolarité... Au bon grès des collectifs d'habitants.

Le TIC-TAC. 1 tic-tac = 1 minute. 60 TT = 1 heure.

Retrouvez les activités qui fonctionnent avec le Tic-Tac grâce à la petite horloge ! 

Comment participer aux ateliers ?

Toutes les inscriptions se prennent à l'accueil du centre socioculturel Arts et Loisirs d'Arlac dans la Maison des Habitants d'Arlac.

L'adhésion est obligatoire pour participer aux activités du centre.
Vous y retrouverez également les tarifs des différents ateliers/ sorties

Un événement vous intéresse ?

Il est possible d'être bénévole sur les différents événements organisés. Pour en savoir d'avantage, prenez directement contact avec l'accueil du centre socioculturel ou alors prenez part à une réunion déjà programmée et qui figure sur le programme.

Vous souhaitez participer à la vie du quartier et de l'association ?

Nous cherchons des bénévoles prêts à donner quelques heures de leur temps pour : 

- L'accompagnement à la scolarité
 - Le transport solidaire
 - Partager vos connaissances et vos savoirs-faire
 - Participer aux événements du quartier
 - Etre rédacteur-trice au Can'arlacais
- Mais aussi tenir des permanences à la BouTic Tac...

Contactez nous !

Maison des Habitants d'Arlac - Place de la Chapelle Ste Bernadette 33700 Mérignac

contact@artsetloisirsarlac.fr

05 56 99 55 33