



Programme  
Janvier - Mars 2024

Maisons  
d'**ACTIVITÉS**  
de Flers Agglo



# FAMILLES (inscriptions obligatoires)

## MAISON D'ACTIVITÉS ÉMILE-HALBOUT

### Pour les pitchouns

Sophrologie et gestion des émotions pour les 2/4 ans :  
Mercredis 17, 31 janvier, et 14, 28 février et 13, 27 mars  
9h à 10h – 6 tickets pour les 6 séances

### Projet « Je fais attention à ma planète »

#### • Clean walk

Mercredis 24 janvier, 7 février et 13 mars  
14h à 15h – *Gratuit*

#### • Ateliers tout fait maison

Mercredis 24 janvier (produits cosmétiques), 7 février (éponge tawashi) et 13 mars (Portrait « Boîte à œufs »)  
15h à 16h30 – *Gratuit sur inscription*

### Projet la Rochambelle

Création d'accessoires pour tenter de remporter le concours de déguisement  
Mercredis 17 janvier, 14 février et 20 mars  
*Gratuit sur inscription*

### Semaine du blé

Pâte à sel et goûter crêpes. Mercredi 31 janvier  
14h30 à 16h30 – *Gratuit sur inscription*

### Fête des femmes

Repas partagé, ateliers beauté et bien-être, égalité...  
Vendredi 8 mars – de 14h à 16h puis soirée à partir de 19h

À NE PAS MANQUER !

NOUVEAU

## MAISON D'ACTIVITÉS SAINT-MICHEL

### Pour les pitchouns

Massages avec bébé (pour les 0-3 ans)  
Mardis 23 janvier, 6, 20 février, 19 mars et 2 avril  
10h à 11h30 – 5 tickets pour les 5 séances

### Projet « Je fais attention à ma planète »

#### • Clean walk

Mercredis 17 janvier, 14 février et 20 mars  
14h à 15h – *Gratuit*

#### • Ateliers tout fait maison

Mercredis 17 janvier (Bee Wrap), 14 février (cuisine Zéro déchet), 20 mars (bijoux recyclés). 15h à 16h30 – *Gratuit sur inscription*

### Projet la Rochambelle

Création de tutus pour tenter de remporter le concours de déguisement  
Mercredis 24 janvier, 7 février et 13 mars  
*Gratuit sur inscription*

### Semaine du blé

Sortie en lien avec la thématique (se renseigner à l'accueil)  
Mercredi 31 janvier. 14h30 à 16h30  
1 ticket par personne sur inscription

NOUVEAU

## - LES SORTIES OU ÉVÉNEMENTS FAMILLES -

### Semaine du blé

Du 29 janvier au 2 février  
Vendredi 2 février : soirée crêpes à Émile-Halbout

### Carnaval de Granville

dimanche 11 février : sortie à la journée. 2 tickets par personne

### Carnaval de Flers

dimanche 10 mars après-midi – *Gratuit*

### Spectacle L'incroyable musée de la dynastie Poubelle par M. Charly

Mercredi 27 mars, à la salle polyvalente Halbout  
14h à 17h – *Gratuit sur inscription*

### La Rochambelle

Pensez à vous inscrire à la marche solidaire pour la lutte contre les cancers féminins, à Caen. Samedi 1<sup>er</sup> juin – *Gratuit sur inscription*

À NE PAS MANQUER !

## LES ATELIERS POUR LES PARENTS

« On n'est pas que des parents ! »

Une sortie dédiée aux parents pendant que l'on garde vos enfants !  
(jour et sortie à définir avec le groupe)

## VACANCES D'HIVER

Projets, animations et sorties sur le thème du Carnaval et des Jeux olympiques  
(programme à consulter à l'accueil des maisons d'activités à partir du 7 février)

# ANIMATIONS DE PROXIMITÉ

Animations de loisirs (vacances scolaires et les mercredis de 14h30 à 16h)

dans les quartiers Saint-Sauveur, Saint-Michel et Pont-Féron à destination des habitants et des familles.

### Programme à Saint-Sauveur :

**Mercredis 10, 17, 24 et 31 janvier :** cycle Futsal, **mercredis 7, 14 et 21 février :** cycle basket-ball, **mercredi 13 mars :** dodge-ball, **mercredi 20 mars :** tchouk-ball, **mercredi 27 mars :** volley-ball,  
**Tous les mercredis à partir de 14h :** atelier couture en autonomie.

### Programme à Saint-Michel :

**Mercredis 17, 31 janvier, 21 février et 27 mars, de 14h30 à 16h :** cycle squash.

# ÉCOLE DES SPORTS (CP au CM2)

Cette action d'initiation et de découverte sportive est proposée tout au long de l'année à raison de 1h30 d'activité par semaine et par enfant. L'inscription est possible en cours d'année. Les disciplines sportives sont proposées aux enfants des classes de CP au CM2 sur des créneaux en semaine le soir (de 17h à 18h30) et/ou le mercredi (de 10h à 11h30). Ouvert aux enfants des quartiers Saint-Michel, Saint-Sauveur/Pont-Féron ou scolarisés aux Vallées, aux Oisillons ou à Morin-La Fontaine.

Plus de renseignements à l'accueil des maisons d'activités.

## ACCUEIL DE JEUNES (13-17 ans)

### Futsal

Le lundi, de 18h à 19h30  
Complexe sportif Saint-Sauveur (salle Godard)  
*Gratuit pour les adhérents*

### Projet Jeux Olympiques

Le deuxième et dernier mercredi de chaque mois à partir de février

### Accompagnement de projets

Le mercredi, de 14h à 18h  
Maison d'activités Émile-Halbout

### Animations sportives et culturelles

Le mercredi après-midi et vacances scolaires  
Maison d'activités Émile-Halbout

Adhésion obligatoire + tarification en fonction de l'activité

À NE PAS MANQUER !

# SÉJOURS DE VACANCES 2024 (12-17 ans)

Une plaquette d'information est en cours de réalisation. Elle sera relayée à l'ensemble des établissements scolaires du territoire de Flers Agglo à partir de février. Vous pourrez retrouver la brochure auprès des équipes des maisons d'activités.

# ADULTES

## MAISON D'ACTIVITÉS ÉMILE-HALBOUT

### Ateliers manuels et éducatifs

#### Atelier Rigologie

Le jeudi, de 10h à 11h

11 tickets par trimestre si participation au théâtre

#### Théâtre

Le jeudi, de 11h à 12h

11 tickets par trimestre si participation à la rigologie

#### Atelier Jardins partagés « l'îlot saveurs » en lien avec l'ÉTAPE

Bricolage autour du jardin

Les mercredis 21, 28 février et 6 mars, de 14h30 à 16h

#### Atelier venez tester votre orthographe

Le vendredi, de 14h à 16h (semaines paires)

Gratuit pour les adhérents

#### Atelier Café réparation

Un mercredi sur deux, de 14h à 17h (semaines impaires)

#### Projet la Rochambelle

Création d'accessoires pour tenter de remporter le concours de déguisement. Mercredis 17 janvier, 14 février et 20 mars – *gratuit sur inscription*

#### Santé et Bien-être

##### Futsal au Gymnase Godard – Saint-Sauveur

Le lundi, de 19h30 à 22h

##### Initiation danse latine

Un samedi par mois, de 14h à 17h

##### Animation multisport à la Halle des sports

Le jeudi, de 20h à 21h30 – 6 tickets par trimestre

##### Randonnée (circuits dans Fiers Agglo)

Le vendredi, de 9h à 10h30 – *Gratuit pour les adhérents*

##### Séances de Qi Qong

Méthode complète de bien-être agissant sur le corps, l'énergie et le mental

Le mardi, de 17h30 à 18h30, le vendredi, de 11h à 12h

11 tickets par trimestre

##### Yoga

Le mardi, de 12h15 à 13h15 ou de 14h30 à 15h30

11 tickets par trimestre

##### Séances de Do In

Le vendredi, de 10h à 11h – 11 tickets par trimestre

##### Renforcement musculaire

Le lundi, de 19h30 à 20h30 ou de 20h30 à 21h30

##### Expression corporelle/danse

Le mardi, de 9h30 à 10h30

En lien avec les jeunes de l'IME Les Peupliers

*Gratuit pour les adhérents*

À NE PAS  
MANQUER !

À NE PAS  
MANQUER !

NOUVEAU

NOUVEAU

#### Atelier Poterie

Le mardi, de 19h à 20h30. Sur inscription, ouvert aux enfants  
3 tickets par séance adulte et 1 ticket par séance enfant

#### Atelier Tarot

Le mercredi, de 18h à 20h

Gratuit sur inscription

## MAISON D'ACTIVITÉS SAINT-MICHEL

### Ateliers manuels et éducatifs

#### Point de croix

Le lundi, de 14h à 16h – *Gratuit pour les adhérents*

#### Cuisine du monde

Le mardi et le jeudi, de 9h30 à 11h30

3 tickets par séance

#### Art floral

Jeudis 25 janvier, 22 février et 21 mars, de 14h à 16h

4 tickets par séance

#### Atelier poterie

Mardis 23 janvier, 20 février et 19 mars, de 14h30 à 16h

3 tickets par séance

#### Prépare ton jardin - Jardins partagés « Papilles et Papillons »

Le lundi, de 14h à 16h – *Gratuit et ouvert à tous*

#### Atelier d'initiation à l'anglais « Langue et Culture »

Mardis 16, 23 et 30 janvier, 6, 13 et 20 février, 12, 19 et 26 mars  
de 18h30 à 19h30 (à partir du mardi 16 janvier).

Ouvert aux 12 ans et plus – 1 ticket par séance

#### Atelier Café réparation

Un mercredi sur deux, de 14h à 17h (semaines paires)

#### Soirée chantante

Mercredis 24 janvier, 7 février, 21 février et 20 mars

de 19h à 20h – 3 tickets par séance

#### Atelier « je couds ma garde-robe, je répare, je recycle et je transforme »

Mercredis 31 janvier, 14 février, 13 et 27 mars

de 18h30 à 20h – 3 tickets par séance

#### Projet la Rochambelle

Création de tutus pour tenter de remporter le concours de déguisement. Mercredis 24 janvier, 7 février et 13 mars  
*gratuit sur inscription*

#### Santé et Bien-être

##### Yoga du visage et postural

Lundis 22 janvier, 19 février et 18 mars, de 16h15 à 17h30

3 tickets par séance

##### Aquagym

Jeudis 18, 25 janvier, 1<sup>er</sup>, 8, 15, 22 février, 14, 21 et 28 mars

de 15h15 à 16h – 22 tickets pour le trimestre

##### Remise en forme

Le mercredi et vendredi, de 9h30 à 10h30

1 ticket par séance

##### Sophrologie

Jeudis 11, 25 janvier, 15, 22 février, 14 et 28 mars

de 10h à 11h – 3 tickets par séance

##### Randonnée

Le vendredi, départ à 14h – *Gratuit pour les adhérents*

##### Balade détente

Le mardi, de 14h à 15h30 – *Gratuit pour les adhérents*

##### Renforcement musculaire/Cardio

Le lundi, de 19h à 20h, sur le praticable de la salle de gym du Hariel  
(à partir du lundi 8 janvier) – 1 ticket par séance

À NE PAS  
MANQUER !



Soirée d'halloween



La fête de quartier Saint Sauveur 2023



Semaine des petits déjeuners 2023



Semaine du goût

# ÉVÉNEMENTS DES MAISONS D'ACTIVITÉS

## Semaine du blé

Du 29 janvier au 2 février à Émile-Halbout et Saint-Michel  
Visite du Moulin Deslandes, minoterie à Saint-Pierre-du-Regard, le 1<sup>er</sup> février, à 14h – 1 ticket sur inscription  
Soirée crêpes vendredi 2 février, à 19h, à la maison d'activités Émile-Halbout – 3 tickets par personne

## Visite de la Redingote

Mardi 30 janvier, à 9h

## Visite de Kiplay

Mercredi 31 janvier.  
Se renseigner à l'accueil pour plus d'informations

## Soirée repas et karaoké

Organisée par les volontaires européennes à la maison d'activités Saint-Michel. Vendredi 9 février, à partir de 18h30  
1 ticket par personne

## Carnaval de Granville

Dimanche 11 février: sortie à la journée – 2 tickets par personne

## Visite de la Recyclerie à Caen

Jeudi 22 février. Départ à 8h30

## Atelier Arnaques en tous genres

Par l'UFC Que Choisir  
Vendredi 23 février à 14h30 à la maison d'activités Saint-Michel  
Gratuit

## Salon de l'Agriculture à Paris

Samedi 2 mars. Départ à 5h de la maison d'activités Saint-Michel et 5h15 d'Émile Halbout. Retour vers 23h

## Carnaval de Flers

Dimanche 10 mars après-midi

## Sortie Pêche à pied

Mardi 12 mars et mardi 9 avril  
2 tickets par personne et par sortie

## Spectacle de la Scène Nationale 61

Au Forum de Flers. Mercredi 20 mars, à 19h, théâtre avec Tom Na Fazenda par la Compagnie Quadrovivo  
2 tickets par personne

Mardi 16 avril, à 20h, musique et danse avec Phénix par la Compagnie Encore Un Tour  
2 tickets par personne

## Tournoi Babyfoot

Vendredi 22 mars à partir de 18h30 à la maison d'activités Saint-Michel – Sur inscription

## Spectacle L'incroyable musée de la dynastie Poubelle par M. Charly

Mercredi 27 mars, à la salle polyvalente Halbout  
14h à 17h – Gratuit sur inscription

## La Rochambelle

Pensez à vous inscrire à la marche solidaire pour la lutte contre les cancers féminins, à Caen  
Samedi 1<sup>er</sup> juin – 5 tickets sur inscription

## PERMANENCES

- **Point infos habitants:** dans le cadre de la rénovation urbaine du quartier, le 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> mercredis du mois, de 9h à 12h, à la maison d'activités Saint-Michel.
- **Police municipale:** le 1<sup>er</sup> jeudi du mois, à la maison d'activités Saint-Michel, et le dernier jeudi du mois, à la maison d'activités Émile-Halbout, de 10h à 11h.
- **Maire-adjoint aux Solidarités:** vendredi 9 février à la maison d'activités Émile-Halbout et vendredi 15 mars à la maison d'activités Saint-Michel, de 11h à 12h.
- **Réseau de confiance:** à destination des seniors, le 1<sup>er</sup> mardi du mois à la maison d'activités Saint-Michel, « coup de pouce numérique » et le 1<sup>er</sup> mercredi du mois à la maison d'activités Émile-Halbout « jeux intergénérationnels », de 9h30 à 12h.
- **Maison sport santé:** le vendredi, de 9h à 17h (semaines impaires à Saint-Michel, semaines paires à Émile-Halbout).
- **Relais Petite Enfance:** Ateliers d'éveil en semaine impaire, les mardis de 9h30 à 11h30.
- **Humando – Insertion:**
  - Les jeudis 18 janvier, 15 février et 21 mars, de 10h à 11h, à la maison d'activités Émile-Halbout.
  - Les jeudis 11 janvier, 8 février et 14 mars, de 10h à 11h, à la maison d'activités Saint-Michel.
- **Maison France Services:** Une permanence le 4<sup>e</sup> mardi du mois, de 9h à 12h à la maison d'activités Saint-Michel. Le 2<sup>e</sup> vendredi du mois de 9h à 12h à la maison d'activités Émile-Halbout.



Fête des jardins « L'îlot-saveurs » à Émile-Halbout



Disco soupe à Saint-Michel

## Infos Pratiques

### TARIFS

Tarifs en fonction du quotient familial.

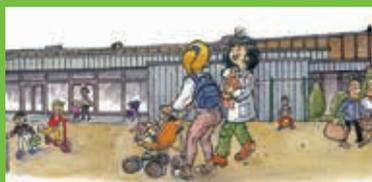
Munissez-vous de votre n° d'allocataire CAF ou de votre dernier avis d'imposition.

### Adhésion aux Maisons d'activités:

5,70 €, 8,00 € ou 11,30 €.

### Carnet de tickets:

13,30 €, 16,30 € ou 20 €



### Maison d'activités Saint-Michel

25, rue du Mont Saint-Michel  
61100 FLERS

02 33 62 33 10  
saintmichel@flers-agglo.fr

Accueil du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et 13h30 à 18h et le mercredi de 18h à 20h30



### Maison d'activités Émile-Halbout

2, rue Pierre-Lemière  
61100 FLERS

02 33 64 25 73  
emilehalbout@flers-agglo.fr

Accueil du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 18h et le mercredi de 18h à 20h30