**JANVIER 2023**

**Tous les lundis**

Eveil tes sens – atelier des parents et des enfants. 9h30 – 11h30

*Un atelier qui vous propose des activités d’éveil pour les enfants (musical, sensoriel, moteur…) et des temps d’échanges entre parents sur les problématiques éducatives du quotidien.*

At’sport santé – 15h30 – 16h30

*Pour être et rester en pleine forme, un atelier de sport adapté à chacun.*

**Tous les mardis**

LAEP - Lieu d’accueil enfants parents Main Tenant Pour Demain.9h30 – 11h30

*Un espace convivial et ludique avec des jeux et du matériel pédagogique, un lieu de rencontre et d’échange entre parents, idéal pour accompagner l’évolution des enfants.*

**Tous les jeudis**

At’sport santé – 15h30 – 16h30

*Pour être et rester en pleine forme, un atelier de sport adapté à chacun.*

**Tous les vendredis**

MARCH’ACTIV’.9h – 12h

*Marche sportive sur le territoire de la Communauté de Commune.*

9/01Coup de cœur lecture. 15h30 – 17h

*Venez partager votre coup de cœur lecture du moment autour d’un café.*

10/01Atelier bien-être séniors. Se relaxer en beauté avec Gisèle Abecera 14h30 – 17h

*Préparer ensemble les produits de beauté « sortis de la cuisine" pour prendre soin de soi.*

14/01 Repair Café et ressourcerie ambulante « le monde de la récup ». 14h – 18h

Café papote « couture ». 15h-17h

17/01 Atelier culinaire séniors « la main à la pâte » 9h30 – 14h

*Venez partager vos recettes et en découvrir de nouvelles lors d’un atelier cuisine. Chaque atelier s’achèvera par une dégustation.*

19/01Pause parent. 9h – 10h ou 10h – 11h.

*Se remettre en forme durablement pendant ou après la grossesse, avec une professionnelle du bien-être.*

21/01 *Nuit de la lecture étoilée. 16h – 22h*

*Venez découvrir des contes et lectures et vous initier à l’astronomie.*

24/01 Balade séniors. 9h – 13h

*En compagnie d’un guide local bénévole, partez en balade à la découverte des villages du territoire.*

**FEVRIER 2023**

**Tous les lundis**

Eveil tes sens – atelier des parents et des enfants. 9h30 – 11h30

*Un atelier qui vous propose des activités d’éveil pour les enfants (musical, sensoriel, moteur…) et des temps d’échanges entre parents sur les problématiques éducatives du quotidien.*

At’sport santé – 15h30 – 16h30

*Pour être et rester en pleine forme, un atelier de sport adapté à chacun.*

**Tous les mardis**

LAEP - Lieu d’accueil enfants parents Main Tenant Pour Demain.9h30 – 11h30 (hors vacances scolaires)

*Un espace convivial et ludique avec des jeux et du matériel pédagogique, un lieu de rencontre et d’échange entre parents, idéal pour accompagner l’évolution des enfants.*

**Tous les jeudis**

At’sport santé – 15h30 – 16h30

*Pour être et rester en pleine forme, un atelier de sport adapté à chacun.*

**Tous les vendredis**

MARCH’ACTIV’.9h – 12h

*Marche sportive sur le territoire de la Communauté de Commune.*

9/02Coup de cœur lecture. 15h30 – 17h

*Venez partager votre coup de cœur lecture du moment autour d’un café.*

7/02 Atelier sport/santé Seniors avec Typhaine. 14h45 – 16h15

*Un atelier de remobilisation physique autour de l’équilibre et de la respiration pour être et rester en forme.*

*9/02* Atelier de chant choral. 18h30 – 19h30

*Chanter ensemble le jeudi soir du 9/02 au 25/05 (hors vacances) afin de réaliser la première partie d’un Concert de Poche le 23 mai. Pour tous à partir de 6 ans.*

11/02 Repair Café et ressourcerie ambulante « le monde de la récup ». 14h – 18h

14/02Atelier bien-être séniors. Se relaxer en beauté avec Gisèle Abecera 14h30 – 17h

*Préparer ensemble les produits de beauté « sortis de la cuisine" pour prendre soin de soi.*

16/02 Pause parent. 9h – 10h ou 10h – 11h. (hors vacances scolaires)

*Se remettre en forme durablement pendant ou la grossesse, avec une professionnelle du bien-être.*

Atelier de chant choral. 18h30 – 19h30

*Chanter ensemble le jeudi soir du 9/02 au 25/05 (hors vacances) afin de réaliser la première partie d’un Concert de Poche le 23 mai. Pour tous à partir de 6 ans.*

21/02 Atelier culinaire séniors « la main à la pâte » 9h30 – 14h

*Venez partager vos recettes et en découvrir de nouvelles lors d’un atelier cuisine. Chaque atelier s’achèvera par une dégustation.*

28/02 Balade séniors. 9h – 13h

*En compagnie d’un guide local bénévole, partez en balade à la découverte des villages du territoire.*

**Programme des vacances d’hiver**

**POUR LES 9 - 25 ANS**

|  |
| --- |
| **Mardi 21 février**  #BalanceTonProjet Temps de travail sur les projets en cours ou nouveaux projets Temps convivial d’échange et de jeux pour mettre en forme les projets de chacun  Espace des Habitants à Villemer De 14h à 16h, gratuit Transport possible sur réservation au 06 43 74 79 18 |

**POUR LES FAMILLES ET LES ADULTES**  
**Vendredi 17 février**  
Soirée jeux apéro en famille  
Venez jouer et partager un apéritif où chacun apporte quelque chose à grignoter  
De 18h à 22h, gratuit  
Les enfants doivent obligatoirement être accompagnés d’un adulte  
**Lundi 20 février**   
Éveil tes sens   
Atelier parents/enfants  
De 9h30 à 11h30, gratuit, sans inscription  
De 0 à 6 ans, les enfants doivent obligatoirement être accompagnés d’un adulte

**Lundi 27 février**   
Éveil tes sens en musique avec Margot  
Atelier parents/enfants  
De 9h30 à 11h30, de 0 à 6 ans, gratuit, sans inscription  
Les enfants doivent obligatoirement être accompagnés d’un adulte

**Mercredi 1er mars**   
Balade intergénérationnelle à Poligny (Mer de sable)  
**Espace des Habitants à Villemer**   
De 9h30 à 13h30 (9h RDV à l’Espace des Habitants à Villemer ou 9h30 sur le parking du magasin BUT de Nemours), gratuit, pour tous, à partir de 7 ans  
Les enfants doivent obligatoirement être accompagnés d’un adulte

**Jeudi 2 mars**Les Bonnes Graines  
**Espace des Habitants à Villemer**  
Échanges et bons plans entre passionnés du jardin et découverte de la permaculture  
De 10h à 12h, gratuit, adultes  
Renseignements au 06 03 43 36 60 ou au 01 64 32 81 83

**Jeudi 2 mars**  
Atelier généalogie, à la recherche de nos ancêtres  
Une bénévole passionnée vous accompagne pour comprendre et établir votre généalogie  
Venez avec le maximum d’informations sur vos ancêtres (documents d’états civils)  
De 14h à 16h, gratuit, adultes

**POUR LES SENIORS**

**Lundi 20 février**  
At’ Sport-santé  
Ateliers de mobilité pour les seniors  
Séances adaptées pour redynamiser le corps, travailler pour lutter contre la perte d’autonomie, d’équilibre, de souplesse, de coordination  
De 15h30 à 16h30, gratuit, pour les personnes de 60 ans et plus

**Mardi 21 février**Tout est permis  
La main à la pâte, atelier culinaire  
De 9h30 à 11h30, gratuit

**Jeudi 23 février**At’ Sport-santé  
Ateliers de mobilité pour les seniors  
Séances adaptées pour redynamiser le corps, travailler pour lutter contre la perte d’autonomie,

d’équilibre, de souplesse, de coordination  
De 15h30 à 16h30, gratuit, pour les personnes de 60 ans et plus

**Mardi 28 février**Tout est permis  
Balade  
Découverte d’un village du territoire  
De 9h à 12h30, gratuit, pour les personnes de 60 ans et plus  
**Vendredi 3 mars**March’Activ’  
Se maintenir en bonne santé et lutter contre la sédentarité  
Gratuit, pour les personnes de 60 ans et plus  
RDV à 9h à l’Espace des Habitants (transport possible)  
RDV à 9h30 à Veneux-les-Sablons, place de la Mairie

**LEGENDE**

**PARENTALITE *activités en accès libre pour les enfants de 0 à 6 ans accompagnés de leurs parents.***

**FAMILLES *activités en famille sur inscription (les tranches d’âges peuvent variées selon l’activité)***

***SENIORS activités adultes adaptées aux plus de 60 ans sur inscription***

**ADULTES *activités adultes \*sur inscription***

**EVENEMENTS *pour tous en accès libre***

**JEUNESSE *activités pour les 9 – 25 ans sur inscription***

**INTERGENERATIONNEL *activités pour tous \*sur inscription***

**Et toute l’année**

**Labo d’initiative : donnez vie à vos projets et construisons ensemble les prochaines actions de l’Espace des Habitants, contacter Julien, Agent de développement social local au 06.03.43.36.60**

**9/25 ans : un projet, une idée, une question ! Jérémy, référent jeunesse de l’Espace des habitants est disponible au 06.43.74.79.18**

**ESPACE TROC ET DON – troquons ou donnons des articles qui respectent les catégories suivantes : vaisselle, livres, jouets, matériel de puériculture, vêtements et chaussures enfants, petit matériel d’électroménager et de téléphonie, accessoire, petits objets de décoration. Les dons doivent être propres et fonctionnels.**

* Dates et horaires :

Les lundis mardis et jeudis de 8h30 à 12h30 et de 14h à 17h30

Les mercredis de 14h à 17h30

Les vendredis de 14h à 17h

Les samedis 15/10 – 5/11 et 17/12 de 14h à 18h

**ATELIERS NUMERIQUES *avec un conseiller numérique,* aides et initiation informatique sur tous les outils numériques (PC, tablette, smartphone…)**

* Dates et horaires : les lundis de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30
* Gratuit, sur rendez-vous au 07.71.44.84.12– [conseiller.numerique@ccmsl.com](mailto:conseiller.numerique@ccmsl.com)
* Public : Tout public



**PERMANENCES –** **UDAF (Union Départementale des Associations Familiale), conseils et accompagnement des familles sur les questions de logement, de budget, de santé…**

* Dates et horaires : le 1erjeudi de chaque mois de 9h30 à 12h30
* Lieu : Espace des habitants – Rue des Marronniers – 77250 VILLEMER
* Sur RDV : Udaf de Seine et Marne, service Vie Associative – 0164104392 – [dasm@udaf77.fr](mailto:dasm@udaf77.fr)

**PERMANENCES – Mission Locale de la Seine et du Loing, conseils emploi et insertion pour les jeunes.**

* Dates et horaires : 2 vendredis par mois de 9h à 12h
* Lieu : Espace des Habitants – rue des Marronniers – 77250 VILLEMER
* Public : 16-25 ans
* Sur RDV au 01.64.28.51.58
* Renseignements : Espace des Habitants - rue des Marronniers – 77250 VILLEMER – 01.64.32.81.83

**PERMANENCES – SURE (Service Unique de la Rénovation Energétique), conseils sur la rénovation énergétique du bâti.**

* Dates et horaires : Tous les mercredis après-midi
* Lieu : Espace des Habitants – rue des Marronniers – 77250 VILLEMER
* Public : particuliers et professionnels
* Sur RDV au 01.78.79.92.50
* Renseignements : 01.78.79.92.50 / sure@ccmsl.com

**PERMANENCES – France Services, accompagnement des démarches administratives (santé, famille, retraite, recherche d’emploi, impôt…)**

* Dates et horaires : Tous les lundis de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h.
* Lieu : Espace des Habitants – rue des Marronniers – 77250 VILLEMER
* Public : Tout public
* Avec ou sans RDV
* Renseignements : France Service 06.20.00.87.05/06.09.67.83.94 ou auprès de l’Espace des Habitants 01.64.32.81.83

