



# La forêt enchantée



PROGRAMME N°14  
Avril-Juin 2025



# MOT DE L'ÉQUIPE


Le second trimestre 2025 vous emmène dans la forêt enchantée, où la nature s'éveille de jour en jour au rythme du printemps et ne cesse de nous émerveiller.

Au cours de ce trimestre, vous trouverez des ateliers qui libèreront votre créativité, d'autres qui sauront contenter vos papilles, ou encore vous faire voir la beauté du monde que l'on oublie parfois. Les animations de bien-être sont encore au rendez-vous tout comme les ateliers numériques.

Une journée thématique voit de nouveau le jour : bien-être, nature et créativité vous attendent !

Enfin, un grand événement, la première Festicolor de l'ESCALE où la couleur et la musique seront mis à l'honneur ! Vous retrouverez les détails dans les pages suivantes...

L'ESCALE est impatient de vous accueillir, tantôt pour festoyer avec nous, tantôt pour vous reposer, ou encore pour partager plein de bons moments !



# LES HORAIRES

## LE PÔLE SOCIO-CULTUREL

Mardi : 14h à 18h

Mercredi : 10h à 13h et 14h à 17h

Jeudi : 14h à 18h

Vendredi : 14h à 18h

Samedi : 10h à 13h et 14h à 17h

## LA MÉDIATHÈQUE

Mardi : 16h à 18h30

Mercredi : 10h à 12h30 et 14h à 18h30

Jeudi : 16h à 18h30

Vendredi : 16h à 18h30

Samedi : 10h à 12h30 et 14h à 16h30

## LA MAM

Du lundi au vendredi

Tél : 09 83 48 53 42

Mail : [mamaufildujeu@gmail.com](mailto:mamaufildujeu@gmail.com)

## LE RPE

Permanences physiques et télé-  
phoniques :

Vendredi de 13h30 à 16h

Ateliers d'éveil :

Vendredi : 9h30 à 11h15

# LES ATELIERS



P'tits bons  
gestes



Créatif



Café échanges



Cuisine



Événement



Numérique



Sortie



Conférence /  
Spectacle



Mode de vie



# CONSEILLEZ-VOUS

Mardi 01 avril - De 14h30 à 16h30

Gratuit



## Transfert de photos et gestion du stockage sur smartphone

Revoyons ensemble les différentes méthodes possibles pour déplacer ou copier des photos du smartphone vers l'ordinateur. Profitons-en aussi pour prendre en main les outils permettant de trier/classer nos documents, afin de les retrouver facilement.

**Venez avec votre smartphone et/ou votre tablette, votre câble chargeur et un ordinateur si possible (sinon nous vous en prêterons un).**

Adultes



# TY CUISTOT

Mercredi 02 avril - De 14h30 à 16h

Gratuit



Bienvenue à Ty Cuistot ! Votre aide est précieuse : venez participer à la préparation de la pâtisserie qui sera servie lors du Ty Goûthé qui suit.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



# TY GOÛTHÉ



Mercredi 02 avril - De 16h à 17h30

Gratuit



Sur un ton de « Tea-time » et de goûter d'enfants, venez partager un moment convivial avec d'autres personnes et l'équipe.

Inscrit ou juste de passage, arrêtez-vous pour déguster une pâtisserie et boire une boisson chaude ou froide. Vous pouvez arriver et repartir aux heures que vous voulez pendant ce créneau.

Tous publics (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



# RENDEZ-VOUS DES POSSIBLES

Jeudi 03 avril - De 18h à 20h

Gratuit



Le rendez-vous des possibles est un collectif de bénévoles qui se retrouve régulièrement afin d'échanger sur les ateliers, les projets, ainsi que sur les choix concernant l'ESCALE. C'est l'occasion de venir partager un moment convivial et de réfléchir collectivement sur divers sujets. N'hésitez pas à nous rejoindre, vous y serez le bienvenu.

Tous publics à partir de 15 ans



## HERBIER - PARTIE 1

Samedi 05 avril - De 14h30 à 16h30



Dans cette première partie, afin de confectionner un herbier, nous allons partir à la recherche de végétaux aux alentours de l'ESCALE. Après avoir choisi les plantes qui nous inspirent, il faudra les identifier avant de les mettre à sécher.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre sécateur.**

Tous publics à partir de 13 ans



## SOIRÉE JEUX

Mardi 08 avril - De 17h à 22h

Gratuit



En famille, entre amis ou en solo, venez découvrir et profiter de jeux faisant appel à l'imaginaire et au rêve. Vous pouvez arriver à l'heure que vous voulez, jusqu'à 21h pour profiter du moment. L'équipe d'animation vous accompagnera tout au long de la soirée. **Vous pouvez venir avec votre pique-nique et avec un de vos jeux pour le faire découvrir si vous le souhaitez.**

*Atelier animé par Prom de l'Arcadia.*

Tous publics (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



# SECRETS DE LA FORÊT

Mercredi 09 avril - De 10h à 13h



La forêt est mise à l'honneur dans cet atelier. Venez découvrir quelques secrets de cette dernière afin de révéler de nouvelles saveurs.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 8 ans



## MOMENT TENDRESSE

Mercredi 09 avril - De 15h30 à 16h15



À deux, parents/enfants ou grands-parents/petits-enfants, venez partager ce temps de massage en duo pour vous accorder un moment de complicité.

**Dans la mesure du possible, prenez un tapis de sol pour deux.**

Enfants à partir de 5 ans et adultes



## CRÉATURES DE L'EAU ET DU CIEL

Jedi 10 avril - De 15h à 17h

Gratuit



Les magies de l'eau et du ciel n'apparaissent qu'à ceux qui veulent bien les voir. Alors, les yeux grands ouverts, l'oreille attentive, sauras-tu reconnaître qui se cache devant toi ? Lors de cet après-midi, pêche et identification seront au rendez-vous, suivies d'un conte.

**Apportez votre goûter. Dans la mesure du possible, venez avec des bottes et/ou chaussures de rechange.**

*Atelier en partenariat avec le REEPF*

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



# ENLUMINUR'OEUF

Vendredi 11 avril - De 14h30 à 16h00



Associez votre minutie et votre créativité afin de réaliser une enluminure tout en relief et très originale. En effet, celle-ci sera faite à partir de sable d'œufs, c'est-à-dire de la coquille d'œuf broyée et teintée !

Tous publics à partir de 10 ans



# ESCAPE GAME

Samedi 12 avril - De 10h30 à 11h30



Vous vous réveillez dans une forêt inconnue. Comment vous êtes-vous retrouvés en ce lieu, impossible de vous en rappeler mais une chose est sûre, il vous faut rentrer chez vous avant la tombée de la nuit ! Des messages cachés, des symboles intrigants et des indices disséminés dans les bois vous permettront d'en trouver l'issue... En équipe, tentez de vous échapper de ce lieu enchanté. Le compte à rebours commence...

Tous publics à partir de 8 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 13 ans)



# ESCAPE GAME

Samedi 12 avril - De 14h30 à 15h30



Vous vous réveillez dans une forêt inconnue. Comment vous êtes-vous retrouvés en ce lieu, impossible de vous en rappeler mais une chose est sûre, il vous faut rentrer chez vous avant la tombée de la nuit ! Des messages cachés, des symboles intrigants et des indices disséminés dans les bois vous permettront d'en trouver l'issue... En équipe, tentez de vous échapper de ce lieu enchanté. Le compte à rebours commence...

Tous publics à partir de 8 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 13 ans)



# JARDIN DES SENS

Lundi 14 avril - De 14h30 à 16h30



Au cœur de la nature, dans notre jardin partagé, venez nous aider à éveiller vos sens en réalisant un chemin sensoriel. Chaque visiteur pourra alors (re)découvrir le jardin et l'explorer au gré de ces nouvelles sensations.

**Venez avec une tenue adaptée pour être au jardin.**

Tous publics à partir de 10 ans

## PILATE DÉBUTANT

Mardi 15 avril - De 10h à 11h



Venez découvrir la méthode Pilate qui permet le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture et l'équilibrage musculaire.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tapis.**

*Atelier animé par Manon Plessis.*

Adultes

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Mardi 15 avril - De 11h à 12h



Le renforcement musculaire sollicite certains de vos groupes musculaires pour leur faire retrouver un tonus qui s'est estompé avec le temps.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tapis.**

*Atelier animé par Manon Plessis.*

Adultes



# FABRICATION TRANSAT

Mardi 15 avril - De 14h30 à 16h30



Un peu de "fait maison" dans le jardin, ça vous tente ? Nous apprendrons à fabriquer nos propres transats pour s'octroyer un moment zen au jardin à l'avenir !

Adultes

## CHASSE AUX ŒUFS

Mercredi 16 avril - De 10h à 17h



L'ESCALE vous met à disposition un jeu en libre accès toute la journée. Allez-vous réussir à contrer la farce des lapins ? Trouvez tous les indices qu'ils ont laissés sur leur route afin de retrouver ce qu'ils nous ont volé.

**Comptez environ une heure pour réaliser la chasse. Derniers départs à 16h.**

Tous publics (accompagné d'un adulte pour les moins de 12 ans)



## TY CUISTOT

Mercredi 16 avril - De 14h30 à 16h

Gratuit



Bienvenue à Ty Cuistot ! Votre aide est précieuse : venez participer à la préparation de la pâtisserie qui sera servie lors du Ty Goûthé qui suit.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)

# TY GOÛTHÉ



Mercredi 16 avril - De 16h à 17h30

Gratuit



Sur un ton de « Tea-time » et de goûter d'enfants, venez partager un moment convivial avec d'autres personnes et l'équipe.

Inscrit ou juste de passage, arrêtez-vous pour déguster une pâtisserie et boire une boisson chaude ou froide. Vous pouvez arriver et repartir aux heures que vous voulez pendant ce créneau.

Tous publics (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



# TRÉSORS DE LA NATURE

Jeudi 17 avril - De 10h à 17h



Pour cette journée thématique, au cœur de la nature, nous vous avons concocté un joli petit programme : vannerie, cuisine, séance de modelage à l'argile, moment calme en nature.

**Retrouvez le programme détaillé de la journée à la page 31.**

Adultes



# CHASSE AU TRÉSOR

Vendredi 18 avril - De 14h30 à 16h



## À la recherche du trésor de Scissy

La légendaire forêt de Scissy renferme un trésor caché depuis des siècles... mais seuls les plus malins pourront le retrouver ! À l'aide de smartphones et d'ordinateurs, vous devrez résoudre des énigmes disséminées sur votre chemin et collecter des indices afin de déterminer l'emplacement de ce trésor. Serez-vous percer les mystères de la forêt de Scissy et vous montrer dignes du butin qui vous y attend ?

Tous publics à partir de 8 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 13 ans)

# RELAXATION

Mardi 22 avril - De 14h30 à 15h30



À l'aide de la cohérence cardiaque et d'autres méthodes, offrez-vous un instant de relaxation en notre compagnie.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tapis de sol.**

Adultes



# PETITS GÉNIES DU NUMÉRIQUE

Mercredi 23 avril - De 14h30 à 16h30



**Du clic au code : réalisons un jeu vidéo**

Lançons-nous dans la création d'un jeu vidéo inspiré du célèbre Snake grâce au langage Scratch ! Que vous soyez débutant ou non en programmation, nous verrons comment créer les règles du jeu et animer notre personnage. Un atelier ludique pour explorer la programmation tout en s'amusant !

**Dans la mesure du possible, venez avec un ordinateur.**

Tous publics à partir de 8 ans

# YOGA

Mercredi 23 avril - De 18h à 19h30



Venez pratiquer le Hatha Yoga pour mobiliser votre corps, le renforcer et l'assouplir. À travers une séance d'1h30, vous explorerez diverses postures de Yoga tantôt engageantes tantôt relaxantes. Dans cette bulle de bien-être, je vous guiderai pour vous aider à prendre soin de vous.

**Venez dans une tenue décontractée et avec votre tapis.**

*Atelier animé par Rose Caprais.*

Adultes



# CONSEILLEZ-VOUS

Jeudi 24 avril - De 18h30 à 20h

Gratuit



## Maîtriser les réglages de son smartphone et de sa tablette

Vous possédez un smartphone ou une tablette, mais la multitude de paramètres aux noms parfois obscurs vous rend perplexe ? Dans un cadre convivial et à votre rythme, nous explorerons ensemble les menus de réglages essentiels pour mieux comprendre et personnaliser votre appareil selon vos envies et vos besoins.

**Venez avec votre smartphone et/ou votre tablette.**

Adultes



# LA CUISINE DES CONTES

Samedi 26 avril - De 10h à 13h



Mettez les contes de votre jeunesse dans votre assiette. Essayons de cuisiner comme les personnages préférés de notre enfance avant de savourer ces bons petits plats. Mais quels contes sauront nous inspirer ?

**Dans le mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 8 ans)



# PEINTURE AU SOL !

Samedi 26 avril - De 15h à 16h



Un peu de ci et un peu de ça, et hop ! Voilà que vous avez concocté une peinture pour dehors qui part en un coup de pluie !

Rien de plus amusant que de colorer son extérieur avec ces beaux jours !

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 8 ans)



## C'EST MON ARBRE

Mardi 29 avril - De 14h30 à 16h



Depuis des générations, le symbole de l'arbre représente beaucoup de choses et cela dans plusieurs cultures. Aujourd'hui, nous vous invitons à dessiner l'arbre de vos envies et de votre propre représentation. C'est votre réflexion sur vous et votre créativité qui donneront sa forme au tronc et ses couleurs aux feuilles.

Adultes



## L'ABRI DES TOUT-PETITS

Mercredi 30 avril - De 10h30 à 11h30



Tout le monde a le droit à son refuge, son endroit à soi, même les plus petits d'entre nous ! C'est l'occasion de réaliser une petite bulle de bien-être pour nos insectes préférés et de leur offrir un abri dans notre jardin partagé !

Tous publics à partir de 8 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 13 ans)



## TY CUISTOT

Mercredi 30 avril - De 14h30 à 16h

Gratuit



Bienvenue à Ty Cuistot ! Votre aide est précieuse : venez participer à la préparation de la pâtisserie qui sera servie lors du Ty Goûthé qui suit.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)

# TY GOÛTHÉ



Mercredi 30 avril - De 16h à 17h30

Gratuit



Sur un ton de « Tea-time » et de goûter d'enfants, venez partager un moment convivial avec d'autres personnes et l'équipe.

Inscrit ou juste de passage, arrêtez-vous pour déguster une pâtisserie et boire une boisson chaude ou froide. Vous pouvez arriver et repartir aux heures que vous voulez pendant ce créneau.

Tous publics (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



## PEINTURE VÉGÉTALE

Mardi 06 mai - De 14h30 à 16h30



À l'heure actuelle, nous créons des couleurs artificiellement alors qu'il en existe un grand nombre dans la nature que l'on peut fabriquer. Lors de cette séance, nous allons dans un premier temps réaliser notre peinture aux pigments naturels, puis nous allons l'essayer bien sûr !

**Dans la mesure du possible, venez avec un tablier ou une blouse.**

Tous publics à partir de 13 ans



## CUISINER LES FLEURS

Mercredi 07 mai - De 10h à 13h



C'est le printemps, les jardins sont en fleurs ! Saviez-vous qu'il y a des fleurs comestibles ? Mais comment les cuisiner ? Nous vous proposerons des recettes afin de vous aventurer dans cette expérience.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 8 ans



# CONSEILLEZ-VOUS

Mardi 13 mai - De 14h30 à 16h

Gratuit



## Sécurité numérique : risques et bons gestes pour se protéger

Appels malicieux, e-mails frauduleux, sites Web suspicieux... Les arnaqueurs ne manquent pas d'imagination pour tenter de nous piéger. Heureusement, il existe de nombreux outils et méthodes pour repérer et se prémunir contre ces menaces diverses. Cet atelier vous donnera les clés pour mieux repérer les pièges du numérique et adopter les bons réflexes au quotidien.

**Venez avec votre smartphone, votre tablette ou votre ordinateur.**

Adultes



# TY CUISTOT

Mercredi 14 mai - De 14h30 à 16h

Gratuit



Bienvenue à Ty Cuistot ! Votre aide est précieuse : venez participer à la préparation de la pâtisserie qui sera servie lors du Ty Goûthé qui suit.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



# TY GOÛTHÉ



Mercredi 14 mai - De 16h à 17h30

Gratuit



Sur un ton de « Tea-time » et de goûter d'enfants, venez partager un moment convivial avec d'autres personnes et l'équipe.

Inscrit ou juste de passage, arrêtez-vous pour déguster une pâtisserie et boire une boisson chaude ou froide. Vous pouvez arriver et repartir aux heures que vous voulez pendant ce créneau.

Tous publics (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



# RENDEZ-VOUS DES POSSIBLES

Jeudi 15 mai - De 18h à 20h

Gratuit



Le rendez-vous des possibles est un collectif de bénévoles qui se retrouve régulièrement afin d'échanger sur les ateliers, les projets, ainsi que sur les choix concernant l'ESCALE. C'est l'occasion de venir partager un moment convivial, et de réfléchir collectivement sur divers sujets. N'hésitez pas à nous rejoindre, vous y serez le bienvenu.

Tous publics à partir de 15 ans



## ASSOUPPLISSEMENT

Mardi 20 mai - De 10h à 11h



Gagnez en souplesse mais tout en douceur lors de cet atelier. Des exercices simples d'étirement qui pourront faire toute la différence !

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tapis.**

*Atelier animé par Manon Plessis.*

Adultes



## DANSE MODERN'JAZZ

Mardi 20 mai - De 11h à 12h



Initiez-vous à la danse modern'jazz ! Même si cette danse combine travail rythmique et technique, ne vous en faites pas, elle sera abordée de manière simple et conviviale.

*Atelier animé par Manon Plessis*

Adultes



## ART FLORAL

Mardi 20 mai - De 14h30 à 17h



Comme à son habitude l'atelier art floral fait son retour ! Cette fois, nous vous invitons à faire une couronne de décoration.

**Merci d'apporter une assiette ou un plat pour mettre votre composition ainsi qu'un sécateur et des fleurs dans la mesure du possible.**

Adultes



## C'EST LA FAIM DES HARICOTS !

Mercredi 21 mai - De 10h à 13h



On a faim ! Mais on exige des haricots ! Entrée, plat, dessert ! Et oui c'est possible.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Adultes



## DÉCOUVERTE DU TRICOT

Mercredi 21 mai - De 14h30 à 17h



Le tricot traverse les générations. Que vous soyez débutant ou tricoteur confirmé, cet atelier est pour vous ! L'objectif reste d'échanger des savoirs et de partager un moment convivial.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre matériel.**

Tous publics à partir de 10 ans

# YOGA

Mercredi 21 mai - De 18h à 19h30



Venez pratiquer le Hatha Yoga pour mobiliser votre corps, le renforcer et l'assouplir. À travers une séance d'1h30, vous explorerez diverses postures de Yoga tantôt engageantes tantôt relaxantes. Dans cette bulle de bien-être, je vous guiderai pour vous aider à prendre soin de vous.

**Venez dans une tenue décontractée et avec votre tapis.**

*Atelier animé par Rose Caprais.*

Adultes



## CONSEILLES-VOUS

Jeudi 22 mai - De 18h à 19h30

Gratuit



**Info ou intox ? Lutter contre la désinformation sur Internet**

Internet est un outil incontournable, mais peut-on toujours se fier à ce qu'on y voit ? Entre informations non sourcées, images modifiées et manipulations diverses, il est essentiel d'aiguiser notre esprit critique pour trier le vrai du faux.

**Dans la mesure du possible, venez avec un smartphone / tablette / ordinateur.**

Tous publics à partir de 13 ans



## DÉCOUVERTE DU ROBOT

Samedi 24 mai - De 14h30 à 15h30



Venez rencontrer les Penquin Bots, ces petits robots à la démarche amusante que nous apprendrons à programmer ensemble pour leur donner vie ! Grâce à des commandes simples, nous les ferons marcher, tourner et danser. Un atelier idéal pour s'initier en douceur à la robotique et à la programmation tout en s'amusant.

Tous publics à partir de 8 ans



# DÉCOUVERTE DU ROBOT

Samedi 24 mai - De 16h à 17h



Venez rencontrer les Penguin Bots, ces petits robots à la démarche amusante que nous apprendrons à programmer ensemble pour leur donner vie ! Grâce à des commandes simples, nous les ferons marcher, tourner et danser. Un atelier idéal pour s'initier en douceur à la robotique et à la programmation tout en s'amusant.

Tous publics à partir de 8 ans

## SOPHROLOGIE

Mardi 27 mai - De 14h30 à 15h30



### Améliorer son sommeil

C'est dans la journée que nous préparons notre sommeil et la sophrologie peut nous y aider !

Adultes



# CONSEILLES-VOUS

Mardi 27 mai - De 16h à 17h30

Gratuit



### Découverte des réseaux sociaux

Utilisés dans le monde entier, les réseaux sociaux sont rapidement devenus incontournables dans notre quotidien. Facebook, Instagram, X, TikTok, Reddit... Chacun a ses spécificités, ses enjeux et son public. Nous ferons un tour d'horizon des principales plateformes pour mieux comprendre leur fonctionnement, leurs opportunités et leurs risques.

Tous publics à partir de 13 ans



## TY CUISTOT

Mercredi 28 mai - De 14h30 à 16h

Gratuit



Bienvenue à Ty Cuistot ! Votre aide est précieuse : venez participer à la préparation de la pâtisserie qui sera servie lors du Ty Goûthé qui suit.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)

## TY GOÛTHÉ



Mercredi 28 mai - De 16h à 17h30

Gratuit



Sur un ton de « Tea-time » et de goûter d'enfants, venez partager un moment convivial avec d'autres personnes et l'équipe.

Inscrit ou juste de passage, arrêtez-vous pour déguster une pâtisserie et boire une boisson chaude ou froide. Vous pouvez arriver et repartir aux heures que vous voulez pendant ce créneau.

Tous publics (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



## CYANOTYPE

Mardi 03 juin - De 14h30 à 15h30



Découvrez ou redécouvrez l'effet magique et waouh de la cyanotypie afin de mettre en valeur des éléments naturels sur le papier !

**Dans la mesure du possible, venez avec des végétaux séchés et une blouse.**

Adultes



# NE PRENDS PAS LE MELON !

Mercredi 04 juin - De 10h à 13h



Ce fruit emblématique de l'été si sucré et juteux... Saviez-vous qu'il en existe plusieurs variétés aux goûts différents et que nous pouvons faire diverses recettes avec ?

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Adultes

## YOGA

Mercredi 04 juin - De 18h à 19h30



Venez pratiquer le Hatha Yoga pour mobiliser votre corps, le renforcer et l'assouplir. À travers une séance d'1h30, vous explorerez diverses postures de Yoga tantôt engageantes tantôt relaxantes. Dans cette bulle de bien-être, je vous guiderai pour vous aider à prendre soin de vous.

**Venez dans une tenue décontractée et avec votre tapis.**

*Atelier animé par Rose Caprais.*

Adultes



# RENDEZ-VOUS DES POSSIBLES



Judi 05 juin - De 18h à 20h

Gratuit



Le rendez-vous des possibles est un collectif de bénévoles qui se retrouve régulièrement afin d'échanger sur les ateliers, les projets, ainsi que sur les choix concernant l'ESCALE. C'est l'occasion de venir partager un moment convivial, et de réfléchir collectivement sur divers sujets. N'hésitez pas à nous rejoindre, vous y serez le bienvenu.

Tous publics à partir de 15 ans



# CONSEILLEZ-VOUS

Vendredi 06 juin - De 16h30 à 18h

Gratuit



## Retouche de photos sur smartphone et tablette

L'appareil photo de nos smartphones et tablettes ne permet pas uniquement de capturer des instants du quotidien, il offre aussi de multiples outils pour sublimer nos clichés. Correction des couleurs, suppression d'éléments, ajout de texte et d'effets visuels... Venez découvrir toutes ces fonctions de retouche et bien plus encore lors de cet atelier.

**Venez avec votre smartphone et/ou votre tablette.**

Adultes



# HERBIER - PARTIE 2

Samedi 07 juin - De 14h30 à 16h30



Dans cette deuxième partie, nous allons récupérer nos végétaux qui ont été mis à sécher le mois dernier afin de les mettre en valeur dans un cadre. Après les avoir disposés sur votre support, vous serez invités à créer vous-même les légendes sur ordinateur.

**Venez avec un cadre et si possible, un joli morceau de tissu.**

Tous publics à partir de 13 ans



# LA FÉE DU CROCHET

Mardi 10 juin - De 14h30 à 16h30



Aujourd'hui, c'est découverte ou approfondissement du crochet. Venez partager ce temps d'échange de savoirs sur cette pratique bien connue et à la mode depuis quelques temps !

**Dans la mesure du possible, venez avec votre laine et vos crochets. Si vous n'en avez pas, ils vous seront prêtés.**

Adultes



## TY CUISTOT

Mercredi 11 juin - De 14h30 à 16h

Gratuit



Bienvenue à Ty Cuistot ! Votre aide est précieuse : venez participer à la préparation de la pâtisserie qui sera servie lors du Ty Goûthé qui suit.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)

## TY GOÛTHÉ



Mercredi 11 juin - De 16h à 17h30

Gratuit



Sur un ton de « Tea-time » et de goûter d'enfants, venez partager un moment convivial avec d'autres personnes et l'équipe.

Inscrit ou juste de passage, arrêtez-vous pour déguster une pâtisserie et boire une boisson chaude ou froide. Vous pouvez arriver et repartir aux heures que vous voulez pendant ce créneau.

Tous publics (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



## CONSEILLEZ-VOUS

Judi 12 juin - De 18h30 à 20h

Gratuit



**Création et gestion d'une boîte mail (ordinateur/smartphone)**

Gérer ses e-mails efficacement, ça s'apprend ! Entre l'envoi de pièces jointes, l'archivage des messages ou encore les bonnes pratiques de la "Nétiquette", nous verrons comment organiser notre boîte mail mais aussi des astuces pour repérer les e-mails frauduleux et éviter les pièges de "l'hameçonnage".

**Venez avec votre smartphone, tablette ou ordinateur.**

Tous publics à partir de 15 ans



# FESTICOLOR

Vendredi 13 juin - De 18h à 00h

En soutien du projet  
**GRAINES BUISSONNIÈRES**  
réalisé par le REEPF

## De 18h à 20h - Color run



**Rendez-vous au niveau de l'Atrium** pour l'accueil des participants et de leurs accompagnateurs. Après un échauffement en musique, c'est parti pour 5 km ! 5 "portes" seront disposées tout au long du parcours où de la poudre colorée vous sera lancée. **Venez avec un t-shirt blanc, des lunettes de soleil et une tenue adaptée pour la course.**

Pré-inscription jusqu'au 04 juin et inscriptions le jour J dans la limite des places disponibles

Plus de 15 ans : 12€

Entre 10 et 15 ans : 5€

Moins de 10 ans : gratuit

Groupe adultes (min de 6 pers) : 10€/pers

Les mineurs doivent être accompagnés d'un adulte.

Autorisation parentale possible pour les 16 et 17 ans.

## De 20h à 21h - Temps musical



Sur la ligne d'arrivée (au niveau de l'Atrium) le Romagné Breizh Band vous accueillera en musique. Vous pourrez vous restaurer auprès des food truck présents avant la suite de la soirée !

Gratuit

## De 21h à 00h - Fest Noz



**Kelteen, les sonneurs de couples Pascal et Thierry, et Meriadec & Max** vont vous ambiancer jusqu'au bout de la nuit !

Pré-inscription jusqu'au 11 juin et inscriptions le jour J dans la limite des places disponibles

Plus de 15 ans : 6€ / 4€ pour les participants à la color run

Entre 10 et 15 ans : 2€

Moins de 10 ans : gratuit

**L'intégralité des recettes sera reversée au REEPF.**

Et pré-commandez votre t-shirt auprès de l'accueil avant le 15 avril afin de l'avoir pour le jour J !  
(Précommande possible également le 13 juin pour une réception au mois de septembre)

Au prix de

**9 €**





# CAFÉ ÉLUS – HABITANTS

Samedi 14 juin – De 10h30 à 12h30

Gratuit



Les conseillers municipaux de Romagné vous proposent de passer un temps convivial avec eux, à l'ESCALE. Ce sera l'occasion de répondre à vos interrogations et de parler de la commune.

Adultes



# FABRICATION MAISON

Samedi 14 juin – De 11h30 à 12h30



La traditionnelle "fabrication maison" est de retour, suite à vos demandes nous préparerons des recettes pour entretenir votre jardin.

**Dans la mesure du possible, apportez : un spray, une bouteille à gros goulot ou un gros bocal.**

Adultes



# COURONNE DE FLEURS

Samedi 14 juin – De 14h30 à 16h30



Telle une petite créature de la forêt, venez apprendre à tresser et faire une couronne de fleurs. Vous pourrez la garder en décoration ou bien la mettre sur votre tête pour embellir une tenue d'été !

**Dans la mesure du possible, venez avec un sécateur et des fleurs.**

Adultes

# PILATE DÉBUTANT

Mardi 17 juin - De 10h à 11h



Venez découvrir la méthode Pilate qui permet le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture et l'équilibrage musculaire

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tapis.**

*Atelier animé par Manon Plessis.*

Adultes

# RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Mardi 17 juin - De 11h à 12h



Le renforcement musculaire sollicite certains de vos groupes musculaires pour leur faire retrouver un tonus qui s'est estompé avec le temps.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tapis.**

*Atelier animé par Manon Plessis.*

Adultes



# CADRES VÉGÉTAUX

Mardi 17 juin - De 14h30 à 16h30



Un peu de verdure à la maison fait toujours un bien fou. Mais quelle fierté de réaliser son propre cadre végétal et de le valoriser dans son intérieur !

**Si vous le pouvez ou le souhaitez, venez avec de petites plantes grasses.**

Adultes



# CRAIE'ATION

Mercredi 18 juin - De 14h30 à 15h15



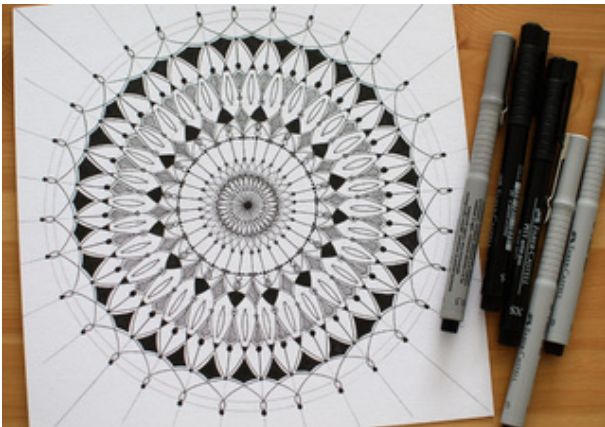
Saviez-vous qu'avec quelques ingrédients, faire des craies soi-même devient un véritable jeu d'enfant ? À utiliser sur un tableau ou au sol dehors, elles sauront vous enchanter.

Tous publics à partir de 5 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 8 ans)



# RÊVE EN MANDALA

Jeudi 19 juin - De 18h30 à 19h30



L'art thérapie a fait sa place au fur et à mesure du temps. Un véritable bien-être peut être retrouvé à travers le coloriage. Ici plusieurs techniques de mandala vous seront présentées avec différents matériels. Une fois votre œuvre réalisée, vous pourrez vous accorder un moment de calme pour la colorier.

Tous publics à partir de 13 ans



# MÉLODIE VIRTUELLE

Vendredi 20 juin - 16h30 / 17h / 17h30



À l'occasion de la fête de la musique, venez vous essayer à la batterie ou au piano... mais sans instrument, grâce aux casques de réalité virtuelle ! Profitez de cette expérience unique qui allie technologie et créativité !

Tous publics à partir de 13 ans



# FÊTE DE LA MUSIQUE

Gratuit

Vendredi 20 juin - De 19h00 à 23h30 - Place de la mairie

Romagné vous accueille pour sa traditionnelle fête de la musique !



DÈS 19 H

Chers musiciens,  
vous souhaitez partager votre talent ?  
Nous vous invitons à vous inscrire auprès  
de M. Mahé au 06 73 59 44 63.

Des groupes de musique s'enchaîneront jusqu'à 23h30 pour animer la plus longue journée de l'année !

Pour calmer les grandes faims et les petites soifs, buvettes et restauration seront disponibles sur place.  
Une vente de gâteaux sera assurée par l'association de parents d'élèves de l'école Lucie Aubrac.



## PARTAGE TA RECETTE

Samedi 21 juin - De 10h à 13h



Dans une optique d'échanges de savoirs et de pratiques, l'atelier "Partage ta recette" permet de découvrir la recette d'un habitant, de la réaliser et de la déguster. À vos fourneaux !

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Si vous aussi vous souhaitez nous partager une recette, faites-le nous savoir.

Tous publics à partir de 13 ans



## DE L'ID À LA 3D

Mardi 24 juin - De 14h30 à 16h30



Donner vie à vos idées d'aménagement, c'est à portée de clic ! Venez découvrir le logiciel HomeByMe pour concevoir facilement des plans de maison et meubler vos pièces en 3D. Que vous ayez un projet précis en tête ou simplement l'envie d'explorer, cet atelier vous permettra de prendre en main cet outil de conception 3D pour modéliser vos espaces en toute simplicité.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre ordinateur.**

Adultes



## TY CUISTOT

Mercredi 25 juin - De 14h30 à 16h

Gratuit



Bienvenue à Ty Cuistot ! Votre aide est précieuse : venez participer à la préparation de la pâtisserie qui sera servie lors du Ty Goûthé qui suit.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre tablier.**

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)

# TY GOÛTHÉ



Mercredi 25 juin - De 16h à 17h30

Gratuit



Sur un ton de « Tea-time » et de goûter d'enfants, venez partager un moment convivial avec d'autres personnes et l'équipe.

Inscrit ou juste de passage, arrêtez-vous pour déguster une pâtisserie et boire une boisson chaude ou froide. Vous pouvez arriver et repartir aux heures que vous voulez pendant ce créneau.

Tous publics à partir de 3 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 10 ans)



## C'EST LE PIED !

Jeudi 26 juin - De 19h à 20h



Le pied est une zone constituée de multiples terminaisons nerveuses. Rien qu'en s'auto-massant correctement, vous allez pouvoir amener votre corps à un relâchement total. Découvrez les bons gestes, comment et pourquoi cette zone peut procurer autant de bien-être.

**Dans la mesure du possible, venez avec un tapis de sol.**

Tous publics à partir de 13 ans



## COUTURE-AU-FIL

Samedi 28 juin - De 14h à 17h

Gratuit



Ce temps vous est dédié ! Tissus, fils, rubans, boutons et fermeture éclair... Venez en profiter pour réaliser une création libre en couture et partager vos savoirs entre pairs.

**Dans la mesure du possible, venez avec votre matériel, machine et tissus.**

Tous publics à partir de 8 ans (accompagné d'un adulte pour les moins de 13 ans)

# TRÉSORS DE LA NATURE

Jeudi 17 avril 2025

(Inscription obligatoire à tous les ateliers)

## VANNERIE SAUVAGE

De 10h à 12h30

Pour bien commencer la journée, nous nous donnons rendez-vous avec les végétaux pour un temps de vannerie accessible à tous.

**Dans la mesure du possible, venez avec un sécateur.**

## ÉVEILLER LES PAPILLES

De 12h30 à 14h30

Nous enchaînerons avec un temps de cuisine où des recettes propices au pique-nique seront au rendez-vous. Il sera suivi d'un temps convivial pour déguster toutes ces bonnes préparations.

## S'ÉVADER UN PEU...

De 14h30 à 15h30

Une fois le repas partagé, un temps calme vous sera proposé. Relâchement corporel et conte vous feront voyager au cœur de la nature.

**Apportez tapis, couverture et tout ce qui peut vous permettre de vous détendre.**

## AU CONTACT DE LA TERRE

De 15h30 à 16h30

Pour un retour à la réalité mais pas trop, nous vous invitons à plonger les mains dans la terre et à réaliser créatures, personnages ou tout ce qui vous passera par la tête !

**Prévoyez une tenue confortable et qui ne craint pas la terre.**

## ET POUR BIEN FINIR

De 16h30 à 17h30

Enfin, nous clôturerons la journée avec un petit goûter, accompagné de partages et d'échanges sur la journée.

Adultes



# LE CONSEILLER NUMÉRIQUE

Anthony, le conseiller numérique de l'ESCALE a le plaisir de vous proposer plusieurs formats d'accompagnements.



## LES ACCOMPAGNEMENTS INDIVIDUELS

Gratuit

Sur rendez-vous

Anthony vous accompagne individuellement pour répondre à un besoin ou une question spécifique en lien avec le numérique.

**Rendez-vous au 06 31 80 69 15 ou au 02 21 98 00 02**

## LES ACCOMPAGNEMENTS COLLECTIFS

Gratuit

Sur inscription

Une thématique est approfondie en groupe lors de différents ateliers collectifs nommés "Conseillez-vous", présents dans les pages précédentes.

Vous pouvez venir avec votre propre matériel ou le matériel peut vous être prêté ; il faut le préciser lors de votre inscription.

## LES ANIMATIONS NUMÉRIQUES

Payant

Sur inscription

Les animations sont des temps de divertissement autour du numérique. Elles sont proposées tout au long du trimestre (à consulter dans les pages précédentes).

# LE RENDEZ-VOUS DES POSSIBLES

## C'EST QUOI ?

Un collectif de bénévoles qui contribue au fonctionnement de l'ESCALE. Il se réunit régulièrement pour échanger sur les ateliers, les événements, des projets... Ces rencontres sont animées par Marine. Elle cible certains sujets afin de faire évoluer le lieu au plus proche des attentes et des besoins du public.



## C'EST POUR QUI ?

Le Rendez-vous des possibles est ouvert à toutes personnes de 15 ans et plus souhaitant s'impliquer dans la vie du lieu.

## MAIS ENCORE...

Comme son nom l'indique, "Au Rendez-vous des possibles" tout est possible ! L'imaginaire n'a pas de limites : proposer des idées d'activités et d'animations, créer, échanger, organiser, partager, animer et accompagner... Faire vivre l'ESCALE tout simplement !

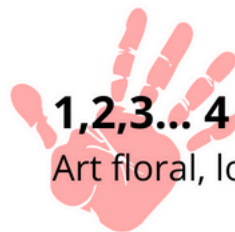
Exemples de missions réalisées : préparer le marché nocturne (création et mise en place d'affiches publicitaires, décorations, accueil des exposants...), animation d'ateliers, aide au jardin partagé...

# LES COMMISSIONS

## DU RENDEZ-VOUS DES POSSIBLES

### C'EST QUOI ?

Ce sont des groupes thématiques qui ont été choisis et déterminés en collectif. Les commissions sont gérées par les bénévoles en fonction des appétences de chacun. Pour chaque commission, il y a un bénévole qui fait le lien avec la référente des bénévoles de l'ESCALE.



#### 1,2,3... 4 MAINS

Art floral, loisirs créatifs, couture



#### À TABLE !

Cuisine et art de la table



#### OUVRONS L'ŒIL

Arts, jeux, expo



#### À VOS OUTILS

Bricolage



#### LA TERRE ET NOUS

Jardin, compost, biodiversité



#### SE RESSOURCER

Bien-être individuel, en famille, ensemble...



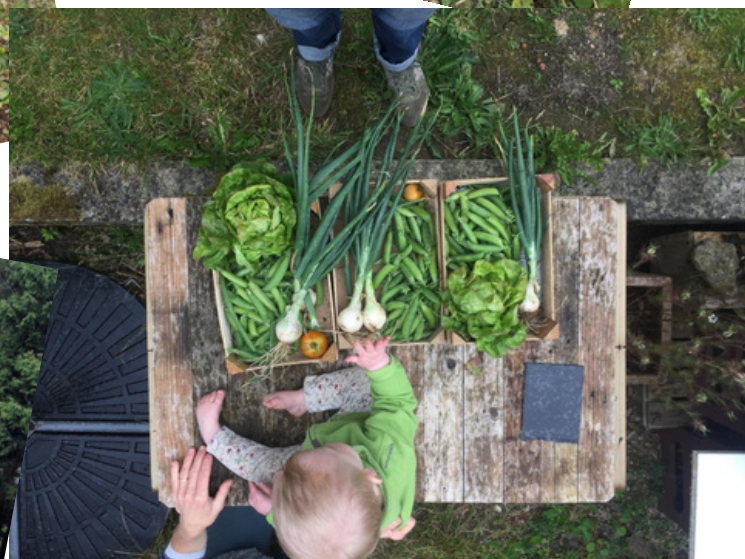
#### T'ES AU COURANT ?

Communication

#### L'ESCALE EN FÊTE

Événements

# PROJET JARDIN PARTAGÉ, GÉRÉ PAR LES BÉNÉVOLES !



Et jusqu'à fin juin, venez  
découvrir leur exposition à  
l'ESCALE

# LA MÉDIATHÈQUE



Ici, tout est possible !

En vous abonnant gratuitement à la médiathèque, vous pourrez emprunter 20 documents pendant 4 semaines. Vous trouverez une vaste sélection de bandes dessinées, romans, documentaires, cd, dvd, mangas et jeux de société. Vous trouverez aussi une sélection de livres en grands caractères et un espace facile à lire. Une console Nintendo Switch est aussi disponible pour jouer sur place.

La particularité de la médiathèque ? Du prêt d'objets ! Venez découvrir notre sélection de moules à gâteaux, et profiter des livres de recettes qui pourront vous donner des idées.

Il est aussi possible de profiter des différentes animations proposées par la médiathèque. Elles sont toutes gratuites et ouvertes à tous.

Si vous souhaitez vous investir, n'hésitez pas à venir vers nous. Vous pouvez devenir bénévoles, proposer des animations, des lectures, vos envies et idées. C'est l'endroit idéal pour s'investir, peu importe votre âge !

Pour tout contact :

Caroline EYSSERIC

02 99 98 93 32

[biblioromagne@fougères-agglo.bzh](mailto:biblioromagne@fougères-agglo.bzh)



Pour connaître la programmation de la médiathèque, suivez-la sur Facebook et Instagram ou abonnez-vous à la newsletter !

# LE RPE

Le RPE (Relais Petite Enfance, anciennement RIPAME) est un lieu d'informations et d'échanges pour aider les parents et les professionnels de la petite enfance au quotidien.

C'est un service gratuit de proximité, pour les familles, les assistant(e)s maternel(le)s agréé(e)s et les employé(e)s de la garde à domicile.



En terme de fonctionnement, le RPE vous propose :

- Des **permanences physiques et téléphoniques**. À Romagné, elles ont lieu à l'ESCALE le vendredi de 13h30 à 16h.
- Des **ateliers d'éveil** : c'est un accueil collectif destiné aux jeunes enfants accompagnés d'un adulte : parent, grand parent, assistant(e) maternel(le) agréé(e) ou garde à domicile... C'est un lieu d'éveil, de découverte et de sociabilisation à destination des jeunes enfants avant leur scolarité. À Romagné, ils ont lieu à l'ESCALE tous les vendredis de 9h30 à 11h15, hors vacances scolaires. Ils sont gratuits, après inscription, dans la limite des places disponibles.

Contacts / Inscriptions et rendez-vous :

Morgane Le Bozec, Animatrice du relais

06 45 10 23 02

rpe@lecousse.fr



# L'ÉCOLE D'ARTS PLASTIQUES de Fougères Agglomération

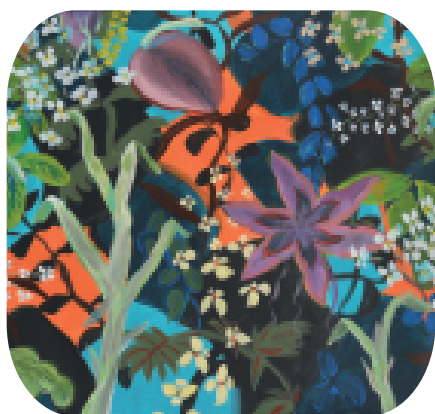
L'École Communautaire d'Arts Plastiques de Fougères Agglomération vous propose trois ateliers d'arts plastiques.



Le premier est un cours « dessin manga », le mardi de 17h30 à 19h. C'est un atelier principalement destiné aux adolescents.

Le second est destiné aux enfants de 6 à 9 ans. Les enfants sont amenés à travailler différents matériaux. Le cours a lieu le mercredi matin de 10h à 11h30.

Nouveauté : inscription uniquement sur internet. Sur le site de l'école, choisir l'onglet Extranet/Inscriptions, donner la date de naissance de l'élève puis remplir le formulaire accompagné de pièces justificatives à joindre.



Possibilité de prendre rendez-vous au secrétariat afin d'être accompagné (apporter les documents à joindre à la candidature).

Renseignements : 02 99 94 11 13 (message vocal possible)  
ou [ecap@fougères-agglo.bzh](mailto:ecap@fougères-agglo.bzh)  
<http://fougères-agglo.bzh/content/ecole-d%E2%80%99arts-plastiques>

## LE CONSERVATOIRE DE MUSIQUE de Fougères Agglomération

Le Conservatoire de Musique René Guizien proposera de nouveau cette année son cours d'éveil musical au sein de l'ESCALE pour les enfants à partir de 5 ans.

Rendez-vous chaque mercredi de 11h10 à 12h dans notre espace des sons ! Les inscriptions se font directement auprès du CMRG : [cri@fougères-agglo.bzh](mailto:cri@fougères-agglo.bzh)

# LES PERMANENCES



Mission Locale  
Pays de Fougères

## **Mission Locale**

3ème mercredi de chaque mois, de 10h à 12h

Gratuit - Sur rdv auprès de la Mission Locale

Elle accompagne les jeunes de 16 à 25 ans, pour être écoutés par des professionnels qui les aident à trouver des solutions pour avancer dans la vie professionnelle (emploi, formation) et/ou dans la vie quotidienne (logement, santé, volontariat, permis de conduire ...).

Contact : 02 30 27 01 60



## **Clic de Haute Bretagne**

3ème mardi de chaque mois, de 14h à 16h30

Gratuit - Sur rdv auprès du Clic

Le CLIC propose une aide et un accompagnement administratif dans les démarches d'accès aux droits liées à la perte d'autonomie à domicile.

Contact : 02 99 98 60 23



SCoT  
PAYS DE FOUGÈRES

## **Scot Pays de Fougères**

2ème jeudi de chaque mois, de 8h45 à 12h30

Gratuit - Sur rdv auprès de la mairie du projet

Le syndicat mixte du SCOT du Pays de Fougères accompagne et conseille les particuliers et les professionnels dans tous leurs projets d'urbanisme : constructions (maison, abri de jardin, piscine, extension, activité...), modification de constructions (menuiseries, façades, toitures, panneaux photovoltaïques, isolation par l'extérieur...) et aménagements (lotissement, terrain à bâtir, clôture, coupe et abattage d'arbres...).

# TARIFS 2025

## ADHÉSION À L'ESCALE

Une adhésion annuelle permet de bénéficier de tarifs préférentiels sur les ateliers payants, les sorties et les spectacles.

L'adhésion peut être réalisée tout au long de l'année civile. Son échéance sera au 31 Décembre.



**18€ par adulte**

**Gratuit pour les enfants rattachés ainsi que pour les majeurs étudiants** (sur justificatif).

## ATELIERS PAYANTS

Certains ateliers sont soumis à une participation financière. La tarification se fait au taux d'effort. Il s'agit d'un coefficient multiplicateur appliqué au quotient familial (QF) de chaque foyer. Il permet de déterminer le tarif unitaire de chaque prestation en fonction des revenus de chaque famille.

Ateliers	Taux d'effort	Plancher	Plafond
<b>ADHÉRENT</b>	0,10 %	1 €	3 €
<b>NON ADHÉRENT</b>	0,20 %	2 €	6 €

**MON TARIF =**  
QF X taux d'effort

*La transmission de votre QF n'est pas obligatoire. Dans ce cas, vous serez soumis à la participation maximum.*

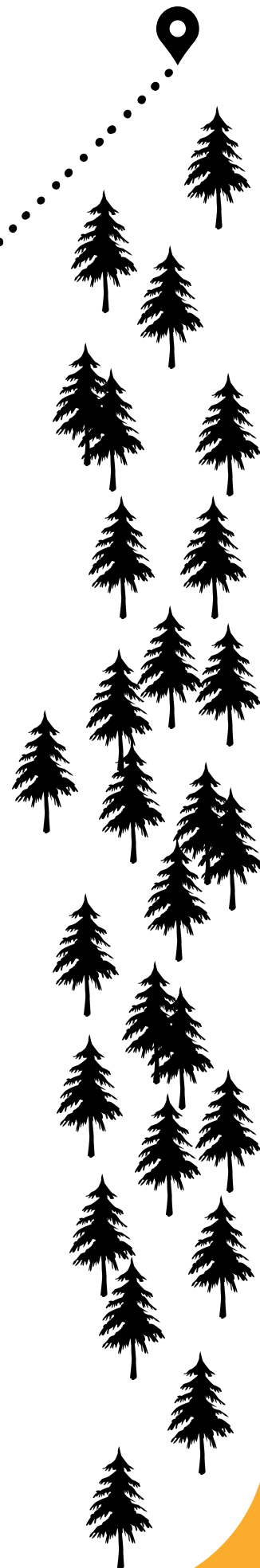
## ATELIERS GRATUITS

- Les ateliers numériques « Conseillez-vous » et les rendez-vous individuels avec le conseiller numérique (à l'inverse des animations numériques) ;
- Les ateliers répondant à des missions de service public (cafés élu - habitants / « Le Rendez-vous des possibles » / conférences ; ateliers menés en partenariat avec d'autres collectivités ou services publics...)
- Certains événements.

## SORTIES

Les sorties sont soumises à une participation financière. La tarification se fait au taux d'effort.

Sortie ADHÉRENT	Plancher	Plafond
<b>Adulte solo</b> (taux d'effort = 1 %)	8 €	25 €
<b>Adulte duo</b> (taux d'effort = 1,3 %)	12 €	40 €
<b>Famille : 1 adulte + enfants (3 max)</b> (taux d'effort = 1,2 %)	15 €	30 €
<b>Famille : 2 adultes + enfants (3 max)</b> (taux d'effort = 1,5 %)	15 €	50 €
<b>Enfant supplémentaire</b> (taux d'effort = XXX %)	2,5 €	6 €
Sortie NON ADHÉRENT	Plancher	Plafond
<b>Adulte solo</b> (taux d'effort = 2 %)	16 €	50 €
<b>Adulte duo</b> (taux d'effort = 2,6 %)	24 €	80 €
<b>Famille : 1 adulte + enfants (3 max)</b> (taux d'effort = 2,4 %)	30 €	60 €
<b>Famille : 2 adultes + enfants (3 max)</b> (taux d'effort = 3 %)	30 €	100 €
<b>Enfant supplémentaire</b> (taux d'effort = XXX %)	5 €	12 €





## ENVIE DE VOUS INVESTIR ?

Plusieurs possibilités s'offrent à vous.

### **LE RENDEZ-VOUS DES POSSIBLES (COLLECTIF D'HABITANTS-BÉNÉVOLES) :**

Que vous soyez de Romagné ou d'ailleurs, venez participer au fonctionnement et à la construction du projet de l'ESCALE, faire des propositions d'activités ou d'évènements, partager toutes idées ou projets qui vous intéressent.

### **LES ATELIERS :**

Vous avez la possibilité de contribuer à la mise en place d'un atelier (cuisine, mode de vie, cafés/débats, ateliers créatifs...)

### **VOUS ÊTES INTÉRESSÉS ?**

Venez en échanger sur place avec nous ou contactez-nous par mail ou téléphone !

# MERCI À NOS PARTENAIRES





# L'ESCALE

5 rue de Fougères - 35133 ROMAGNE

02 21 98 00 00

[accueil.escale@romagne35.bzh](mailto:accueil.escale@romagne35.bzh)

[www.escale.romagne35.bzh](http://www.escale.romagne35.bzh)



Facebook  
L'ESCALE-Romagné



Instagram  
@escale.romagne