



Familles
rurales

Vivre mieux !

ASSOCIATION
DE PLOUGUERNEAU

Programmé
de l'été

Espace de Vie Sociale l'Antr'temps
Juillet et août 2024



L'Antr'temps, c'est quoi ?

C'est un lieu de vie ouvert aux habitants

C'est une maison, des projets, des idées

C'est un lieu où il y a des ateliers pour tous

C'est un lieu où l'on peut se retrouver et partager

C'est tout simplement créer du lien

Les services, au quotidien :

Le point de médiation numérique

Sur les horaires d'ouverture

Des ordinateurs et une connexion internet sont mis à votre disposition !

La mise à disposition des locaux

Sur demande, créneau fixé avec le partenaire

Nous vous proposons des salles pour accueillir vos réunions de travail ou la mise à disposition de la cuisine pour des ateliers. Service à destination des associations.

Le frigo solidaire

Accessible 7j/7 et 24h/24

Un espace de dons pour éviter le gaspillage alimentaire. Lieu ouvert à tous, tant aux donateurs (professionnels et habitants) qu'aux receveurs. Un partenariat est mis en place avec le CCAS de la commune, par la banque alimentaire.

Les visites à domicile

Un rendez-vous tous les quinze jours

Un binôme de bénévoles se rend au domicile de personnes âgées et/ou isolées pour partager, échanger, boire un café !

Les permanences Consom'Acteurs

Sur rendez-vous

En cas de litige, le mouvement Familles Rurales est à votre disposition pour vous fournir un accompagnement !

Accueil du public 

Du lundi au jeudi

De 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30

Les activités estivales

Comment ça marche ?

Toutes les activités sont accessibles au format intergénérationnel : Il est possible de venir seul(e) ou à plusieurs ! Les enfants doivent impérativement être accompagnés d'un adulte.

Quels sont les tarifs ?

Tarif adulte : 10€/atelier

Tarif enfant : 5€/atelier

Comment s'inscrire ?

Par e-mail : animations.evs@gmail.com

Par téléphone : 02.21.09.21.34 ou 06.12.13.63.14

Gratuit !

Le café animé

C'est un moment de convivialité partagé, ouvert aux habitants et en partenariat avec l'EHPAD de Plouguerneau !

Le premier mardi du mois, de 14h30 à 16h30. Cet été : 02 juillet et 06 août.

Gratuit !

Le café des parents

C'est un moment d'échange proposé aux parents autour d'un café. Un espace de jeux est disponible pour les enfants !

Un jeudi sur deux, de 09h00 à 10h00. Cet été : 11 et 25 juillet, 8 et 22 août.

Les ateliers "autour des plantes" de Caroline Laloux

Caroline, paysanne distillatrice à Plouguerneau, vous fait découvrir les plantes sauvages et cultivées près de chez nous pour les intégrer dans le quotidien !

Jeudi 11 juillet : soin biphasé, à partir de 12 ans, de 14h00 à 16h00

Jeudi 18 juillet : savon, à partir de 8 ans, de 14h00 à 16h00

Jeudi 29 août : encens, à partir de 8 ans, de 14h00 à 16h00

Les ateliers "techniques artistiques" de Camille Dugué

Camille, artiste peintre plouguernéenne, vous propose de découvrir différentes techniques artistiques et nourrir votre créativité !

Jeudi 11 juillet : peinture sur palette, à partir de 8 ans, de 9h30 à 11h30

Jeudi 8 août : fresque extérieure, à partir de 8 ans, de 9h00 à 12h30

Jeudi 29 août : découverte de l'encre à alcool, à partir de 8 ans, de 9h30 à 11h30

Les ateliers "cuisine des algues" de Sylvain et Sydney

Sydney, comédien de la compagnie Imaginaire Théâtre et Sylvain, qui cultive des algues et des ormeaux à Lilia vous accompagnent dans la réalisation d'une recette à base d'algues !

Mardi 9 juillet de 14h00 à 16h00

Mardi 20 août de 14h00 à 16h00

Les ateliers "desserts faciles" de Marie-Christine

Marie-Christine vous partage ses astuces, techniques et recettes pour des desserts faciles à réaliser à la maison !

Mardi 23 juillet de 14h00 à 16h00

Mardi 27 août de 14h00 à 16h00

Les ateliers "Yoga en famille" de Delphine Guermeur

Delphine, professeure de yoga, vous propose de passer tous ensemble un après-midi ludique. Venez nous rejoindre en famille !

Mercredi 24 juillet de 15h30 à 17h00

Mercredi 21 août de 15h30 à 17h30



Contact

de l'Espace de Vie Sociale l'Antr'temps

animations.evs@gmail.com

02.21.09.21.34 ou 06.12.13.63.14

1, Kenan Uhella (maison communale)
29880 Plouguerneau



Avec le soutien de :



à noter !

Soirées d'inscription

Découvrez les activités prévues à la rentrée et inscrivez-vous !

Judi 22 août, de 16h00 à 18h30

Mercredi 28 août, de 16h00 à 18h30