



# PROGRAMME

des activités

## OCTOBRE 2024



Mardi 01 octobre

### Marche Nordique

Avec Isabelle

Rendez-vous au Roseau à 09h30

Participation : 2€



Samedi 05 octobre

### Balade Connectée « Le p'tit squirou »

Seniors et ados en visite géo-caching accompagnés par Bernard

Rendez-vous au Roseau à 09h00 - petit déj offert ; prévoir pique-nique !

Participation : 3€ - En partenariat avec la Maison de la Jeunesse de Biganos



Dimanche 06 octobre

### Transhumance à Villenave d'Ornon

Les p'tites baskets avec Candice

Rendez-vous au Roseau à 07h00 ; prévoir pique-nique !

Participation : 3€



Mercredi 09 octobre

### Atelier café / tricot

Au Roseau de 14h00 à 16h30

Participation : 2€



Jeudi 10 octobre

### Atelier cuisine

Animé par Serge

Au Roseau de 09h00 à 14h00

Participation : 5€



Samedi 12 octobre

### Atelier couture

Avec Martine

Au Roseau de 10h00 à 12h30

Participation : 4€



Mardi 15 octobre

### Hostens - parcours de 3 km

Les p'tites baskets avec Bernard

Rendez-vous au Roseau à 09h00 ; prévoir pique-nique !

Participation : 3€

### Problème informatique ? Pas de panique !

Denis propose plusieurs rencontres pour discuter ensemble de vos difficultés avec les outils informatiques (ordinateurs, smartphones, tablettes...).

Le mot d'ordre ? L'entraide !

#### Les dates :

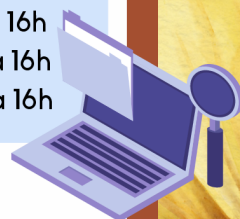
**Mercredi 02 octobre**, de 14h à 16h

**Mercredi 09 octobre**, de 10h à 12h

**Mercredi 16 octobre**, de 14h à 16h

**Mercredi 23 octobre**, de 14h à 16h

**Mercredi 30 octobre**, de 14h à 16h



# PROGRAMME

*des activités*

## OCTOBRE 2024



Mardi 17 octobre

### Marche Nordique

Avec Isabelle

Rendez-vous au Roseau à 09h30

Participation : 2€



Mercredi 23 octobre

### Initiation à la Sophrologie

Découverte de la pratique pour favoriser le bien-être  
et réduire le stress

Au Roseau de 10h00 à 12h00

Atelier collectif - Participation : 6€



Mercredi 23 octobre

### Atelier café / tricot

Au Roseau de 14h00 à 16h30

Participation : 2€



Samedi 26 octobre

### Atelier couture

Avec Martine

Au Roseau de 10h00 à 12h30

Participation : 4€



Mardi 29 octobre

### Marche Nordique

Avec Isabelle

Rendez-vous au Roseau à 09h30

Participation : 2€



Mercredi 30 octobre

### Initiation à la Sophrologie

Séance de suivi

Au Roseau de 10h00 à 12h00

Atelier collectif - Participation : 6€

**POUR S'INSCRIRE**

05.57.17.54.57

accueil@le-roseau.fr

# PROGRAMME des activités

## SPÉCIAL FAMILLES



Samedi 05 octobre

### ATELIER PARENTS

#### "À la découverte de la Naturopathie"

Animé par Alexandra BOURDEROU

Au Roseau de 10h00 à 12h00



Lundi 21 octobre

### ATELIER ENFANTS - PARENTS

#### "Gestes qui sauvent" à partir de 6 ans

Animé par Didier de la Croix Blanche

Au Roseau de 09h00 à 12h00



Mardi 22 octobre

### ATELIER ENFANTS - PARENTS

#### "Création de fictions sonores"

Enregistrer une histoire à plusieurs voix entre parents et enfants !

Animé par Chantier Sonore

Au Roseau de 14h30 à 16h30

## Sortie de Classe

Accompagnement à la scolarité des enfants  
En partenariat avec la ville de Biganos

après l'école,  
tous au CLAS !



Les inscriptions  
sont ouvertes !

### Contact & Renseignements

Gwenaël DEGUILLE  
Référénte famille, Association  
Le Roseau

06 32 90 17 99

### Les missions

Accompagner les  
enfants du CP au CM2  
dans leurs devoirs

Aider avec  
bienveillance à  
l'assimilation des  
nouvelles compétences

Favoriser la confiance  
en soi et l'autonomie

**Appel aux  
bénévoles !**

Envie de vous investir ?  
**Rejoignez-nous !**