



À VOTRE AGENDA

DE MARS À AVRIL 2025

Plus d'informations sur le site de la ville

www.ville-courdimanche.fr - 01.30.27.30.90

MARS



MARDIS 4, 11 ET 18 MARS DE 10H00 À 12H00

À LA MELC

Ateliers « Bien sur internet »
avec la PRIF.

Sur inscription (places limitées).

MERCREDI 5 MARS DE 14H30 À 16H30

À LA MELC

Ateliers création de costumes et
d'accessoires avec les Petites mains de
l'Atelier couture.

Sur inscription.

JEUDI 6 MARS DE 14H30 À 16H30

À LA MELC

Conférence « Plaisirs dans l'assiette »,
animée par Caroline Rio, nutritionniste
et diététicienne : Qu'est-ce que
l'équilibre alimentaire et quels sont les
besoins nutritionnels après 60 ans ?
Comment adopter une alimentation
adaptée et gourmande ?

Sur inscription.

SAMEDI 8 MARS À 17H00

À LA MELC

Lancement de la journée internationale des
Droits des femmes. Inauguration des
expositions, suivie d'un spectacle du duo
"les Pétillantes".



DU SAMEDI 8 MARS AU VENDREDI 21 MARS

À LA MELC

Actions autour de la journée
internationale des droits des femmes :
Exposition « les femmes impliquées dans
la vie locale » et exposition « les femmes
dans la littérature »
Jeu « Who is she ».

MERCREDI 12 MARS À 10H30

À LA MELC

Lecture au féminin.
Pour les moins de 6 ans

Sur inscription.

MERCREDI 12 MARS À 14H30

À LA MELC

« Jouons ensemble au jeu ELLE », jeu de
l'oie avec des questions réponses en lien
avec des grandes thématiques du monde
féminin.

JEUDI 13 MARS DE 14H30 À 16H30

À LA MELC

Conférence « Plaisirs en baskets »,
animée par « Eté Indien » : Quels sont les
effets de l'activité physique ? Comment
garder le rythme à la retraite et lutter
contre la sédentarité ?

Sur inscription.

MERCREDI 19 MARS DE 14H30 À 16H30

À LA MELC

Atelier créatif dans le cadre de La
Grande Lessive sur le thème
« Du papier, des papiers, vos papiers ».

JEUDI 20 MARS DE 14H30 À 16H30

À L'HÔTEL DE VILLE

Conférence « Plaisirs sous la couette »
animée par Florence Peltier, conseillère
conjugale et familiale : Quoi de neuf sous
la couette à l'heure de la retraite ?
Partez à la découverte de l'évolution
physique, émotionnelle et psychique de
l'être et de pistes concrètes pour
(re)trouver du désir, du plaisir et du
bien-être.

Sur inscription.

SAMEDI 22 MARS DE 9H30 À 13H00

Canarval sur le thème des mythes et
légendes.

9h35 : Départ de l'Hôtel de ville
11h00 : Passage à l'Antenne Jeunes
12h00 : Mise à feu du bonhomme
carnaval au plateau sportif.



MERCREDI 26 MARS DE 10H30 À 11H30

À LA MELC

Parcours de motricité.
Pour les enfants de 6 mois à 4 ans.



AVRIL

JEUDI 3 AVRIL

📍 ANTENNE JEUNES

Lancement de la programmation de l'Antenne Jeunes et des inscriptions aux sorties pour les vacances d'avril.

SAMEDI 5 AVRIL À 16H00

📍 CERGY

Sortie familles au théâtre 95 de Cergy, spectacle « Ça disparaît » théâtre et magie.

À partir de 7 ans

Sur inscription à la MELC (places limitées)

Tarifs : 5€ à partir de 12 ans – 2,50€ pour les enfants de 3 à 11 ans.

Minibus et covoiturage

MERCREDI 9 AVRIL DE 14H30 À 16H30

📍 À LA MELC

Après-midi « mercredi tout est permis » en famille : faites appel à vos 5 sens (dessin, parcours, découverte...).

JEUDI 10 AVRIL À 13H30

📍 À VAURÉAL

Sortie au cinéma, l'Antarès à Vauréal.

Programmation à venir.

Tarif : 5,50€ à payer sur place.

Sur inscription.

Transport en minibus et covoiturage.

VENDREDI 11 AVRIL À 18H30

📍 À LA MELC

Ciné famille - "Petits contes sous l'océan"

Dès 3 ans

LUNDI 14 AVRIL À 14H30

📍 À LA MELC

Lectures d'histoires de tous les horizons pour embarquer les petits comme les grands dans des mondes imaginaires.

Sur inscription.

MARDI 15 AVRIL À 15H30

📍 DANS LA COUR DE L'ÉCOLE DES CROIZETTES

Chasse aux oeufs

Sur inscription (places limitées).



MERCREDI 16 AVRIL DE 15H00 À 18H00

📍 AU VILLAGE

Visite contée du village de Courdimanche suivie par un goûter partagé.

JEUDI 17 AVRIL DE 15H00 À 18H00

📍 AU GYMNASSE SAINTE APOLLINE

Animations sportives pour tous avec l'Antenne jeunes.

VENDREDI 18 AVRIL DE 15H00 À 18H00

📍 AU BOIS D'ATON

Jeux de lancer (Molky, pétanque,...).

MARDI 22 AVRIL DE 15H00 À 18H00

📍 AU CHAMP D'ARTHUR

Ateliers créatifs (peinture, perles...).

MERCREDI 23 AVRIL DE 15H00 À 18H00

📍 AU TROU TONNERRE

Jeux coopératifs (jeu du foulard, balle aux prisonniers...).

JEUDI 24 ET VENDREDI 25 AVRIL DE 14H30 À 16H30

📍 À LA MELC

Initiation à l'art de conter : raconter des histoires sans le livre, emporter les gens dans des récits.

S'initier à l'art de conter c'est ouvrir son imagination et s'évader.

À partir de 8 ans.

Sur inscription.





CARNAVAL

SAMEDI 22 MARS

Sur le thème des mythes et légendes

9h45

Départ
de l'Hôtel de ville

11h

Passage
à l'Antenne Jeunes

12h

Mise à feu du bonhomme carnaval
au plateau sportif



ACTIVITÉ HEBDOMADAIRE

(HORS VACANCES SCOLAIRES)

- Atelier tricot / couture : le mardi et le jeudi, de 10h à 12h - gratuit.
- Repas séniors : chaque mercredi, à l'école André-Parrain (en dehors des vacances scolaires) à 12h (5€ le repas) sur inscription auprès de l'accueil de la MELC.
TÉL. 01.30.27.30.90 (nombre de place limité)

SERVICE DE MINIBUS

sur inscription
au 01 30 27 30 90.

- les navettes pharmacie (à la demande)
- les jeudis à partir de 9h - Sur réservation Carrefour Market de Menucourt
- 1^{er} jeudi du mois au Leclerc d'Osny
- 3^{ème} jeudi du mois au Lidl du petit Albi à Osny
- repas séniors (à la demande)

MELC - 64 BOULEVARD DES CHASSEURS
01.30.27.30.90

ANTENNES JEUNES :
86 BOULEVARD DES CHASSEURS
01.34.46.21.02