L'actualité de LA PRAIRIE Centre d'animation

NewsLetter n°2

Janvier et février 2023

02.31.85.25.16 | www la-prairie.com | La Prairie Centre d'Animation | laprairie_caen

Happy New Year

Que vous souhaiter pour cette nouvelle année...?
Qu'elle soit tout simplement belle, joyeuse, douce, sereine, pétillante, vivante... et qu'elle éclate de santé ! Nous avons comme toujours des projets plein la tête et ne manquerons pas de vous y associer, car la force d'une association, ce sont ses adhérents. Belle année à tous.

LOISIRS-HEBDOMADAIRES

Stages à venir...

DÉCOUVRIR LES HUILES ESSENTIELLES

Les samedis 7 et 28 janvier, et 11 février de 10h à 11h30.
Utiliser les huiles essentielles dans leur vie quotidienne, pour votre bien-être.

TUI NA

Sur 3 dimanches : 8 janvier, 5 février, 5 mars de 9h30 à 17h30.
Apprendre les bases, techniques de mobilisation corporelle par 2, selon les bases de la médecine traditionnelle chinoise. L'apprentissage s'effectue par zone du corps. Les 3 stages sont complémentaires et permettent une vision totale des techniques et des zones de massage.

DÉCOUVRIR LA SOPHROLOGIE

Les samedis 14 janvier et 11 février, de 9h30 à 11h30.
Marion vous aidera à mettre votre quotidien sur "pause". Apprendre à se calmer, gérer son stress, prendre du recul, positiver et vivre l'instant présent.

DU TEMPS POUR SOI

CUISINE AMERICAINE
Cheesecakes

Samedi 21 janvier, de 14h à 17h
Vous pensez que la réalisation de cheesecake est difficile? Alors assistez à ce stage pour voir comme c'est facile.

SOPHRO-FITNESS

Les samedis : 21 janvier, 18 mars, 10 juin de 10h00 à 11h30.
Au programme de ces stages : une remise en forme à la japonaise. Fitness doux inspiré du Taiso japonais pour s'assouplir, améliorer son souffle, son endurance et son équilibre.

Retour sur...

MULTIMÉDIA

Création d'un **partenariat avec France Handicap (APF)** autour de deux projets distincts :

- accompagnements des bénévoles de la Manche et du Calvados (outils numériques, communication, animation d'ateliers d'initiation...)
- atelier hebdomadaire tous les lundis après-midi auprès d'adhérents de l'APF en situation de handicap...

Pour ces deux projets, l'EPN a reçu, le 6 décembre dernier, le prix régional Normandie connectée (catégorie collaboratif).

SECTEUR ENFANCE

A venir...

VACANCES D'HIVER

CENTRE DE LOISIRS : Du lundi 13 au vendredi 24 février 2023, pour les 3 ans et demi à 12 ans. Les inscriptions sont ouvertes au secrétariat. Le programme sera disponible sur notre site internet, 2 semaines avant les vacances.

SEJOUR DE SKI/SNOWBOARD : du 17 au 25 février 2023. Séjour à Bernex, pour les 8/12 ans et les 13/ 17 ans. Tarif: 800 euros tout compris. Il reste des places.

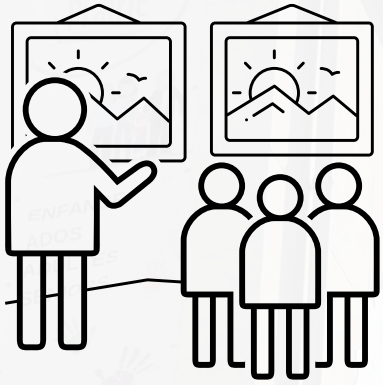
STAGES DU 13 AU 17 FEVRIER

MANGA, pour les 9/14 ans
LES PETITES GRENOUILLES (piscine), pour les 4/6 ans
- en attente de confirmation

Retour en images sur...

LE NOËL DES MERCREDIS LOISIRS

VIE ASSOCIATIVE



Les expositions

- Du 7 au 20 janvier 2023 : exposition de photographies et calligraphies sur Taïwan.
- Du 21 janvier au 3 février : exposition de photographies vues du ciel, par Thibaut Blanchet. Site internet: thibautphoto.com
- Du 4 au 24 février : exposition de peintures à l'huile, par Monique Salvador sur "Mer et personnages".

On recherche

- Des animateurs pour le secteur enfance (mercredis en journée, et petites vacances)
- Des bénévoles pour nous aider à la création des costumes du gala de danse.

Projet du nouveau centre La Prairie

Photo Ouest France

- Suite au Conseil Municipal de décembre dernier, le projet de transfert du Centre d'animation dans l'ancienne école Lemière est maintenant officiel. Le début des travaux est programmé pour le deuxième trimestre 2023, et le déménagement pour Mars 2025.

La parole aux adhérents

- La prochaine **Assemblée Générale de la Prairie se tiendra le samedi 15 avril, à 10h00.** L'ensemble des adhérents est invité à participer à ce rendez-vous dans l'objectif de présenter les rapports moraux, d'activités et financiers, et de donner la parole aux adhérents. Les adhérents ne pouvant y assister peuvent se procurer un mandat de procuration au secrétariat.
Pour les personnes souhaitant prendre part à la vie de l'association (Bénévolat, administrateur, compétences à partager, de nouvelles idées à donner...), vous pouvez vous adresser à la direction.

Tri, environnement

1 newsletter / 1 geste pour l'environnement...

"Offrez une seconde vie à votre sapin en le déposant dans un des points de collecte mis en place par la ville. "

Newsletter

Vous souhaitez recevoir la newsletter régulièrement (1 fois tous les deux mois) dans votre boîte mail ? : inscrivez-vous sur notre site internet https://www.la-prairie.com/