

CULTURE

Commission Culture

Vendredi 17 janvier

Salle multi-activités
14h-16h

La Fourmière est un centre socio-culturel, elle a pour objectif d'amener ses adhérents vers la culture. Participez à la programmation des temps forts et à la construction de partenariats avec les acteurs culturels du territoire.

SORTIES POUR TOUS

On vous emmène où cette année ?
Programmation des sorties 2020

Vendredi 24 janvier

Salle multi-activités
18h-20h

Nouvelle formule cette année ! Le traditionnel vote des adhérents est remplacé par une réverie collective afin de construire une programmation au plus près des attentes de chacun. Il y en aura pour tous les goûts !



PARENTALITÉ

Parent'aise
Prendre soin de soi après l'arrivée de bébé

Jedi 30 janvier

Salle multi-activités
9h-11h



Parents
et enfants de
0 à 3 ans

L'arrivée de Bébé est souvent un grand bouleversement dans la vie de ses parents, en particulier pour la maman dont le corps a vécu une grossesse : hormones chamboulées, un corps qui change, une relation conjugale modifiée, fatigue... Parlons-en ! Papas bienvenus.

Inscription souhaitée



QUI SOMMES-NOUS?

La Fourmière, association pour les habitants est une association loi 1901, créée en 1985. Ouverte à tous, elle œuvre en priorité avec et pour les habitants de la Communauté de Communes Cœur de Maurienne Arvan. Elle est agréée « Centre socioculturel » depuis 2011 par la Caisse d'Allocations Familiales de la Savoie.

La Fourmière, association pour les habitants, c'est :

- Un lieu d'expression et de partage.
- Une aide à la mise en place de projets.
- Un lieu ressource pour tous.

OUVERT EN SEMAINE

Matin de 9h à 12h
Après midi de 13h30 à 17h30 (mercredi 18h)
Fermé le mardi matin et le vendredi après-midi

LA FOURMIÈRE

11, rue du Parc de la Vanoise
73300 SAINT JEAN DE MAURIENNE

Tél. 04 79 59 90 56
contact@fourmiere-73.fr

WWW.FOURMIERE-73.FR



PROGRAMME



EXPOSITION

Joël GERMAIN

Du 6 au 31 janvier

Accueil
Aux heures d'ouverture de l'accueil

Découvrez les toiles de Joël Germain, à la fois portraits et paysages à l'acrylique où la couleur est à l'honneur. Vernissage en présence de l'artiste lundi 6 janvier à 17h30.

ATELIER

Couture et tricot

Tous les lundis

Salle multi-activités
13h30-16h30

Rejoignez le groupe de couturières et tricoteuses qui se retrouvent chaque lundi autour de leurs travaux d'aiguilles dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

LA PAUSE LUDIQUE

Lieu intergénérationnel

Mercredi 8 janvier

Salle multi-activités
15h-17h30

Venez proposer vos suggestions pour les ateliers du mercredi après-midi.

PARENTALITÉ

Commission Famille et Parentalité
Bâtissons ensemble le programme 2020 pour les familles !

Mardi 14 janvier

Salle multi-activités
18h-20h

Qu'attendez-vous de La Fourmière sur les questions de parentalité et d'activités familiales ? Venez nous en parler et imaginons ensemble les actions à venir !

FÉVRIER

SORTIE NATURE

Les joies de l'hiver !
Observation de la faune,
balade raquettes et luge

Samedi 1^{er} février

De 4 à 6€
nous consulter

Sortie en
covoiturage

Col du Chaussy (Pontamafrey Montpascal)
11h-17h30



Un même lieu pour 3 activités au choix. L'association La Dauphinelle vous emmène sur les traces des animaux. Christophe, accompagnateur en montagne, vous initie aux balades en raquettes, tandis que les plus joueurs font de la luge. Dans tous les cas, découverte et partage seront au programme !

Sur inscription - Places limitées



EXPOSITION

Mehiwm

Du 4 février au 6 mars

Accueil
Aux heures d'ouverture de l'accueil

Découvrez l'univers original de l'artiste Mehiwm abordant des thèmes forts à travers des dessins d'une grande finesse. Vernissage en présence de l'artiste lundi 3 février à 17h30.

PARENTALITÉ

Parent'aise
Jeu deviens parent

Jeudi 6 février

Parents
et enfants de
0 à 3 ans

Salle multi-activités
9h-11h

A travers un jeu de société conçu par les conseillères du Pôle d'Accompagnement des Familles de la CAF, préparez l'arrivée de votre enfant.

Inscription souhaitée

Activités gratuites et sans inscription sauf mention contraire

SORTIE CULTURELLE

Qu'est-ce qu'on a fait pour mériter ça ?
Théâtre

Samedi 8 février

Le Savoie - Saint-Michel-de-Maurienne
20h30

Tarif
de 6€ à 12€
Nous consulter

Tout public
Conseillé à partir
de 8 ans

Organisation d'un covoiturage pour assister à la pièce de théâtre *Qu'est-ce qu'on a fait pour mériter ça ?* jouée par la compagnie Pedro. Six comédiens proposent un temps loufoquement drôle autour de la répétition du spectacle *Antigone*.

Inscription jusqu'au 31/01

SÉNIORS

Commission Séniors

Lundi 17 février

Salle multi-activités
17h30-19h

Vous êtes intéressés par les activités proposées en direction des séniors et vous souhaitez participer à la programmation ? Vous pouvez rejoindre la Commission Séniors et contribuer à répondre aux besoins des habitants.

MARS

LA PAUSE LUDIQUE

Atelier illustration

Mercredi 4 mars

Salle multi-activités
15h-17h30

A partir de
8 ans

Le temps d'un atelier, découvrez les bases de l'illustration avec Baptiste Payen, illustrateur de bande-dessinée et enseignant à l'ENAAI (Enseignement aux Arts Appliqués et à l'Image de Chambéry).

Sur inscription jusqu'au 28/02 - Places limitées

EXPOSITION

Aurélie LACAÏLE

Du 9 mars au 10 avril

Accueil
Aux heures d'ouverture de l'accueil

Découvrez les photos d'Aurélie Lacaille qui capte avec bonheur le mouvement au travers de ses trois passions : la photographie, le sport, la montagne...

Activités gratuites et sans inscription sauf mention contraire

PARENTALITÉ

Parent'aise
L'allaitement

Jeudi 12 mars

Salle multi-activités
9h-11h



Parents
et enfants de
0 à 3 ans

Virginie Paret, conseillère en lactation, et Virginie Ricci, infirmière PMI, répondent à toutes vos questions concernant l'allaitement.

Inscription souhaitée

JARDIN

Commission Jardin

Lundi 16 mars

Salle multi-activités
17h30-19h

Préparez le retour des beaux jours avec les bénévoles de la Commission Jardin qui se retrouveront au jardin tous les jeudis matin dès que le temps le permettra.

PARENTALITÉ

Café des parents
L'arrivée d'un nouvel enfant dans la famille:
entre joies et chamboulements

Mardi 24 mars

Salle multi-activités
19h-21h



Accueil des
enfants

L'arrivée d'un nouvel enfant implique une nouvelle organisation et de nouveaux rôles au sein de la famille. Peut-on s'y préparer et comment ? Nous chercherons des réponses autour d'une collation. Avec la participation de Lucille Dompnier, psychologue.

Sur inscription - Places limitées

NATURE

Les lundis de la Dauphinelle
Conférence Nature : les traces

Lundi 30 mars

Salle multi-activités
17h-19h



Tout public
Conseillé à partir
de 8 ans

Avec La Dauphinelle, association nature et culture, partez à la découverte des traces que laissent les animaux et qui nous laissent deviner leur présence.

Activités gratuites et sans inscription sauf mention contraire

CET HIVER

ADHÉSION 2020

C'est le moment de prendre sa cotisation à la Fourmilière pour l'année 2020. L'adhésion est valable de janvier à fin décembre pour participer à la vie de notre association et soutenir ses actions.

Individuel : 2 euros

Couple et famille : 3 euros

A noter : réduction au cinéma Star de Saint-Jean-de-Maurienne sur présentation de la carte d'adhérent, réduction aux spectacles de l'Espace Malraux de Chambéry (nous consulter)

LA PAUSE LUDIQUE

DE 15H À 17H30

La Pause Ludique vous ouvre ses portes tous les mercredis après-midi. Venez profiter d'un **lieu chaleureux ouvert à tous** (individuel, famille, sénior, ...) pour jouer, discuter, faire des activités variées et partager un moment de convivialité. Vous choisissez ce que vous avez envie de faire parmi les ateliers proposés par notre animatrice et restez le temps que vous souhaitez : 10 minutes, 1 heure ou 2h30.

Certaines activités sont sur inscription, abonnez-vous à la newsletter hebdomadaire pour connaître le programme (voir notre site).

SOIRÉE JEUX AVEC LE PATAQUÈS

Le dernier vendredi du mois de 18h à 21h, la Ludothèque de la Fourmilière met à disposition du Pataquès ses jeux de société pour une soirée en famille ou avec ses amis. Ouvert à tous.

Prochaines dates :

Vendredi 31 janvier, vendredi 28 février et vendredi 27 mars.

