




- V 1
- S 2 **Café femmes**
- D 3
- L 4
- M 5 **Mots en partage** | Repair café  | **Le livre qui a changé ma vie**
- M 6 **Calligraphie** | **Gâteaux** | **Café mortel** | **Crochet** | **Espace sensoriel & relaxation**
- J 7 **Jeux en bonne compagnie** | **Soirée jeux de société**
- V 8 **SOIRÉE EUROPE** | **Spectacle musical** ★
- S 9 **Casa de jam**
- D 10
- L 11 **Rencontre mamans bébés** | **Chorale**
- M 12 **Cuisine** | **CAF : devenir parent** | **Remise en selle** | **Crochet** | **Mai à vélo** 
- M 13 **Aquarelle hors les murs** | **Un jour, un jeu**
- J 14 **Soirée jeux de société**
- V 15
- S 16 **Fermeture pont de l'Ascension**
- D 17 **Méditation sonore**
- L 18 **Rencontre mamans bébés** | **Ciné CLIC**
- M 19 **La plume à l'oreille**
- M 20 **Gâteaux & goûter** | **Atelier parent-enfant** | **Le temps des aidants**
- J 21 **Jeux en bonne compagnie** | **Soirée jeux de société**
- V 22 **Création** | **Salon de thé** | **Remise en selle** | **Apéro espagnol et LSF** | **Rebozo**
- S 23
- D 24 **Après-midi jeux et Ludothèque** 
- L 25
- M 26 **Diffusion de film**
- M 27 **Gâteaux & goûter au Café** | **Perles Miyuki** | **Crochet** | **Tea time**
- J 28 **Jeux en bonne compagnie** | **Soirée jeux de société**
- V 29 **Création** | **Remise en selle** | **Café mortel** | **Apéro italien, anglais** | **Couture**
- S 30 **Magic** | **Couture** | **Spectacle** ★
- D 31

Ne pas jeter sur la voie publique

Avec le soutien de



SEMAINE DE L'EUROPE

On vous invite à une soirée bien sympa, avec apéro en 4 langues (anglais, espagnol, allemand et italien) suivi d'un spectacle musical familial pour réunir tous les âges et rire ensemble.

18h - Apéro en langues avec des tapas qui vous feront voyager
20h - Grand Papito, Cie Parole en l'air

8 ★

Bar et restauration sur place
Entrée libre
Spectacle au chapeau

DÉTENTE

Relaxation 6
Venez goûter à la détente guidée par la voix, dans un espace propice à l'apaisement.
14h et 14h30 (30 mn) - Gratuit - Sur inscription

Espace sensoriel 6
Un lieu pour se ressourcer et s'apaiser, dans le calme et la détente. Accessible à tous, sur des créneaux de 30 min, pour 6 personnes.
15h-18h - Gratuit - Sur inscription

Méditation sonore 17
Un atelier d'initiation, en douceur.
Mireille Coeur Riant
11h-12h - Tarif : 10 € - Sur inscription

Rebozo en duo 22
Un temps de partage, de connexion et de détente, dans de grandes écharpes tissées.
Lena Tamic, Doula
19h30-21h30 - Tarif : 10 € - Sur inscription

 **CAFÉ ASSOCIATIF**

Ouvert à tous
Mardi 14h-17h30
Mercredi-jeudi 14h-18h30
Vendredi 14h-19h30

❖ **LUDOTHÈQUE**

Empruntez des jeux de société
Mardi au vendredi 14h-18h30
Tarif : 10 €/an
Catalogue : ludo-mc.ludomax.fr

★ **SALON DE THÉ**

15h30-17h30
Un vendredi par mois.
Pâtisserie maison : 1,50 €
Tisanes locales, thé, café, chocolat : 1 €

❖ **REPAIR CAFÉ** 

18h-20h
Spécial entretien et réparation de vélo
Boisson de courtoisie

5

MAISON CITOYENNE
47 rue de l'hôtel de ville - Ste Pazanne
Charlène 07.44.47.31.83 Hélène 06.38.03.31.44
maisoncitoyenne44680@gmail.com
maisoncitoyenne-saintepazanne.fr

JEUX

Jeux en bonne Cie

Tous les jeudis, Scrabble, belote, triomino...
14h-17h - Entrée libre & gratuite

Soirées jeux de société

Tous les jeudis, grands jeux de plateaux.
20h30-00h - Entrée libre & gratuite
Ados dès 16 ans, adultes

Un jour, un jeu 13

Une fois par mois, Charlène vous fait découvrir un jeu le temps d'une partie.
14h-16h - Entrée libre & gratuite

Le temps des aidants 20

Un moment de pause pour se retrouver, souffler, et se rencontrer autour d'un jeu.
Retz'accueil - plateforme Retz'pit
14h30-16h30 - Entrée libre & gratuite

Après-midi jeux et Ludothèque 24

Immersion dans les jeux dédiés aux mobilités, pour marquer le coup d'un mois de mai à vélo.
15h-18h - Gratuit - Inscription souhaitée

Magic the Gathering 30

Le lieu de référence pour jouer et échanger.
9h30-12h - Entrée libre & gratuite

Atelier cuisine 12

Un moment gourmand et solidaire avec les habitants de la résidence Ecomard.
15h-17h - Gratuit - Sur inscription

Remise en selle 18 22 29

Une série de 7 ateliers adaptés et ludiques de reprise du vélo en toute confiance.
Le Poulp - Pornic Agglo Pays de Retz
14h-15h30 - Gratuit - Sur inscription auprès du guichet mobilités : 02 72 92 40 61

Ciné CLIC 18

Charlène vous emmène en minibus à Pornic, voir le film « Alter ego » de Nicolas Charlet et Bruno Lavaine.

CRÉATION

Création en autonomie

Chaque vendredi. Matériel disponible.
14h-17h - Entrée libre & gratuite

Aiguilles & crochet

Le mercredi. Présence régulière d'une experte pour vous initier. Matériel disponible.
15h-17h - Entrée libre & gratuite

Créativité & calligraphie 6

Atelier mensuel, pour petits et grands.
Jamel Benouarzeg Artiste
10h30-12h - Tarif : 7 € de mai à juin - Sur inscription

Aquarelle 13

Un atelier découverte hors les murs : on vous emmène en minibus, laissez-vous tenter.
Café l'Equipage (Bouaye)
10h-12h - Tarif : prix libre - Sur inscription

Perles Miyuki 27

Découvrez cette technique de tissage de perles pour réaliser de jolis bijoux. Le matériel est fourni pour ce 1er atelier.
15h-17h - Gratuit - Sur inscription

Couture 29 30

Des projets par niveau, pour progresser.
Vend 19h-22h Sam 14h-17h - Tarif : 40 €
Sur inscription bobinesdeuxfilles@gmail.com

★ MAI À VÉLO

du 1er au 30 mai Challenge GéoVélo

5 mai - 18h-20h Repair café spécial vélo pour entretenir et réparer votre monture

12 mai - 18h30-20h Présentation du baromètre de la FUB pour une politique cyclable inclusive à toutes les échelles

24 mai - 15h-18h Après-midi jeux dédiés aux transports, obtenez un max de points !

5 12 24

SOCIÉTÉ

Café femmes 1

Un temps dédié aux femmes, pour se rencontrer, échanger. Non mixte.
Femmes toutes debout
10h-13h - Entrée libre

Café mortel 6 29

Un temps de discussion et d'échanges où la question de la mort est placée au centre des dialogues. Durée : 1h
Lucie Garault, Célébrante laïque funéraire
Mer : 14h30 Vend 18h30 Entrée libre

Karaoke inclusif 19

Ambiance garantie pour cette soirée.
18h-20h - Gratuit - Sur inscription
Résidence PACHA - Impasse du Chauchy Interphone « Hapi'coop »

PARENTALITÉ

Rencontres mamans bébés 11 18

Un moment de douceur et d'échange.
Lena Tamic, Doula
10h-12h - Tarif : 2 € - Sur inscription
Futures et jeunes mamans bébé < 9 mois

Se préparer à devenir parent 12

Un café des parents pour échanger autour de l'arrivée d'un enfant.
Proposé par la CAF
14h-16h30 - Infos : 02 53 55 17 02

Atelier parent-enfant 20

« Découverte de l'argile », un espace pour manipuler, explorer et créer.
Corinne Prézélus, consultante parentalité
14h-15h30 - Tarif : 2 € - Sur inscription
Enfant dès 2 ans avec un adulte

ENFANTS

Cuisine des gâteaux 6 20 27

Tous les mercredis, des recettes plus saines pour le goûter, préparées ensemble.
10h30-11h30 - Entrée libre & gratuite
Goûter offert aux enfants participants

CULTURE

Mots en partage : le danse 5

Lecture à haute voix, chaque mois, pour partager des ouvrages tous ensemble.
14h-16h - Entrée libre & gratuite

Le livre qui a changé ma vie 5

Mise en voix et en mouvement d'ouvrages qui ont inspiré les lecteurs, les ont bouleversés ou aidés à voir le monde autrement. Spectacle amateur. Tout public.
20h - Prix libre - Entrée libre

Casa de Jam 9

Scène libre mensuelle : slam, poésie, musique, lecture...
20h : Quentin Vallée - 21h : Scène ouverte
Concert au chapeau - Entrée libre

La plume à l'oreille 19

Atelier d'écriture mensuel, ouvert à tous.
14h-16h - Prix libre - Sur inscription

Apéros en langue 22 29

Rencontres mensuelles : espagnol, langue des signes, italien et anglais.
18h30-19h30 - Entrée libre & gratuite

Diffusion de film 26

Chaque mois, un documentaire à voir ensemble : « Le Monde autrement » de Claire Durand-Drouhin.
14h-16h - Entrée libre & gratuite

Tea time 27

On accueille les anglais du jumelage pour un moment de rencontre convivial.
15h-17h - Entrée libre & gratuite

★ LES ROUTES DE L'EXIL : GAME OVER

Une conférence-spectacle sur le droit d'asile en Europe, par Irène Rivière.
Association Solidarité Migrants en Retz

30

20h - Spectacle (1h15), suivi d'un temps d'échange autour d'un pot
Entrée libre