

M	1	Repair café
M	2	Gâteaux & goûter au Café Aiguilles & crochet
J	3	Jeux en bonne Cie Soirée jeux de société
V	4	Création Couture
S	5	80 ans de Paz à pas Couture ★
D	6	
L	7	Chorale
M	8	Plume à l'oreille Musique & chant CAF
M	9	Gâteaux Salle sensorielle Dessin Perles Miyuki Aiguilles & crochet
J	10	CAF : compétences Jeux en bonne Cie Soirée jeux de société
V	11	Création Apéro anglais, italien Magic
S	12	
D	13	
L	14	Rencontre mamans bébés
M	15	Un jour, un jeu PMI : massage bébé
M	16	Dessin Le temps des aidants Perles Miyuki Aiguilles & crochet
J	17	Jeux en bonne Cie Soirée jeux de société
V	18	Salon de thé Création Cuisine Apéro espagnol Jeux de rôles
S	19	
D	20	
L	21	Chorale Ciné CLIC
M	22	
M	23	Gâteaux Atelier parentalité Dessin Perles Miyuki Crochet
J	24	CAF Jeux en bonne Cie CLIC Soirée jeux de société
V	25	Création Apéro LSF, allemand Rebozo
S	26	Magic
D	27	
L	28	Rencontre mamans bébés PMI : massage bébé
M	29	
M	30	Gâteaux Goûter à thème Dessin Initiation Magic Perles Crochet
J	31	

Ne pas jeter sur la voie publique



PROGRAMME SEPTEMBRE



Ouvert à tous

Mardi 15h-17h30

Mercredi & Jeudi 14h-18h30

Vendredi 15h-19h30



Empruntez des jeux de société

Sur les horaires du Café

Tarif : 10 €/an

Catalogue : ludo-mc.ludomax.fr



15h30-17h30

Un vendredi par mois.

Pâtisserie maison : 1,50 €

Tisanes locales, thé, café, chocolat : 1 €

18



18h-20h

Le premier mardi du mois

Boisson de courtoisie

1

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



ADHÉSION

Valable toute l'année scolaire.

Solo : 12 € / Duo : 20 € / Tarif famille : 24 €



CARTE LUDOTHÈQUE

Emprunter des jeux, aussi souvent qu'on veut.

Tarif : 10 € - Pour les adhérent·e·s



ÊTRE BÉNÉVOLE

La vie de l'asso, c'est vous qui la faites.



Salle sensorielle 9

Un lieu pour se ressourcer et s'apaiser, dans le calme et la détente. Accessible à tous, sur des créneaux de 30 min et de 6 places maxi. 14h-18h - Gratuit - Sur inscription

Rebozo en duo 25

Un temps de partage, de connexion et de détente, dans de grandes écharpes tissées.

Lena Tarnic, Doula

19h30-21h30 - Tarif : 17,50 € - Sur inscription

Avec le soutien de :



JEUX

Magic the Gathering 11 26 30

Le lieu de référence pour jouer et échanger.
Vendredi : 20h-23h30 - Samedi : 9h30-13h30
Initiation pour les enfants dès 10 ans.
Mercredi : 15h-16h **NOUVEAU**
Entrée libre & gratuite

Un jour, un jeu 15

Une fois par mois, Charlène vous fait découvrir un jeu le temps d'une partie. Cette fois, ce sera *Le 6 qui prend* et *Chakra*.
14h-16h - Entrée libre & gratuite

Jeu de rôles

Partagez un vendredi par mois une aventure autour de thématiques et d'univers variés.
20h-23h - Gratuit - Sur inscription

Et chaque semaine :

Jeux en bonne Cie

Scrabble, belote, Triomino...
Jeudi : 14h-17h - Entrée libre & gratuite

Soirées jeux de société

Grands jeux de plateau pour les passionnés.
Jeudi : 20h30-00h - Entrée libre & gratuite



COURS DE DESSIN

NOUVEAU

Enfants / Ados / Adultes

Venir détendre ses doigts et ses poignets autour d'un crayon, dessiner sans se mettre la pression du résultat. Des cours hebdomadaires, pour s'y (re)mettre, gentiment ou avec passion.
Tiphaine Korsoun, illustratrice

Enfant de 6 à 10 ans : 15h-16h - Tarif : 10 €
Ado/adulte : 18h30-20h - Tarif : 16 €
Matériel fourni - Inscription au trimestre ou à l'année - Paiement possible en 3 fois.

Cours d'essai les mercredis 9 et 16

CRÉATION

Couture 4 5

Un atelier de reprise pour cette rentrée couture, et un atelier débutant.
Vend 19h-22h Sam 14h-17h - Tarif : 20 à 40 €
Sur inscription bobinesdeuxfilles@gmail.com

Cuisine : samoussas 18

Petit détour par l'Inde pour confectionner de délicieux samoussas. Atelier végé friendly !
Avec les résidents de l'habitat inclusif Pacha
18h-20h - Gratuit - Réservation conseillée

Et chaque semaine :

Perles Miyuki

Technique de tissage de perles pour réaliser de jolis bijoux. Matériel fourni.
Mercredi : 15h-17h - Prix libre - Ados et adultes - Sur inscription

Aiguilles & crochet

Présence régulière d'une experte pour vous initier. Matériel disponible sur place.
Mercredi : 15h-17h - Entrée libre & gratuite
Ouvert à tou-te-s, dès 6 ans

Création en autonomie

Sortez de chez vous avec vos travaux en cours : peinture, tricot, collage, créations diverses. Le projet, c'est d'être ensemble..
Vendredi : 15h-16h30 - Entrée libre & gratuite

CHANT

Chorale 7 21

Il reste quelques places pour rejoindre la chorale : une répétition toutes les 2 semaines, avec un répertoire de chants du monde.
Genviève Batard, cheffe de choeur
18h30-20h - Tarif : 90 € - Inscription à l'année - Paiement possible en 3 fois

ENFANTS

Cuisine des gâteaux 2 9 23

Des recettes plus saines et gourmandes à préparer ensemble pour le goûter au Café. On apprend, on découvre.
10h30-11h30 - Entrée libre & gratuite
Goûter offert aux enfants participants

80 ans de Paz à pas 5

On vous retrouve lors de cette journée festive, avec tout un tas d'assos et d'artistes, pour des ateliers jeux et peinture sur figurine.
Maison de l'enfance
10h-18h - Entrée libre & gratuite

Goûter à thème 30

Chaque mois, Charlène organise une activité pour le goûter. On démarre par de grands jeux en bois, et ça n'est pas réservé aux petits ! **NOUVEAU**
15h-16h30 - Entrée libre & gratuite
Gâteau maison : 1,50 € - Boisson dès 0,50 €



PARENTALITÉ

Rencontres mamans bébés 14 28

Un moment de douceur et d'échange, un lundi sur deux, pour faire une pause.
Lena Tamic, Doula
10h-12h - Tarif : 2 € - Sur inscription
Futures et jeunes mamans, bébé < 9 mois

Urgence ou pas urgence ? 23

Apprendre à réagir face à une situation d'urgence : fièvre, chute, brûlure, convulsion, vomissement, diarrhée, petits bobos, signes d'alerte et trousse de secours familiale.

Céline Breyton, Infirmière puéricultrice
15h-16h - Tarif : 2 € - Sur inscription

Massage bébé 15 28

Initiez-vous au massage avec votre nouveau né en toute confiance.
Puéricultrices de la PMI
14h-16h30 - Gratuit - bébé < 3 mois
Sur inscription 02 28 25 09 80

CULTURE

La plume à l'oreille 8

Atelier d'écriture mensuel, pour mettre votre créativité à l'épreuve d'exercices de style et de contraintes stimulantes.
14h-16h - Prix libre - Sur inscription

Apéros en langue 11 18 25

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

SENIORS

Santé mentale : atelier musique et chant 8

Un moment enchanté, avec blind test musical et chansons tous ensemble.
Avec la résidence Victor Ecomard et l'Adapeila
15h-16h - Gratuit - Sur inscription

Ciné CLIC 21

Charlène vous emmène en minibus jusqu'à Pornic, pour voir un film au cinéma. Ce mois-ci, « De la Comédie-Française ».
14h-18h - Tarif : 4 € - Sur inscription
A partir de 60 ans

Le temps des aidants 16

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

Santé mentale : qu'est ce que le CLIC peut faire pour vous ? 24

Une présentation des actions de ce service qui vous est dédié.
A la résidence Victor Ecomard, avec l'Adapeila
15h-16h - Gratuit - Sur inscription