

FEVRIER - MARS - AVRIL

2025



# APTAHR FLASH

N°4

## PARENTS, ENFANTS

Vous cherchez un moment de convivialité et de partage, des activités, des sorties pour les grands comme les petits.

### ACTIVITES

Fanette  
famille@aptahr.fr

- **Couture & Création:** Atelier "De Fil en Aiguille" à Mondrepuis (cantine scolaire), les mercredis de 10H à 12H tous les 15 jours. Reprise à partir du 12/02  
Dates: 12 et 26/02, 12 et 26/03, 16 et 30/04, 14 et 28/05, 11 et 25/06
- **Ateliers Cuisine:** goûters enfants-parents les mercredis 19/02, 26/02 et 26/03 à partir de 14H15 à la Maison Commune du CSc APTAHR



## ACTUALITES

### REPAS INTERCANTONAL

Le 24/04 de 12H à 18H  
Repas ouvert aux aînés des communes adhérentes, sur inscriptions et dans la limite des places disponible.

### ACCUEIL DE LOISIRS

Complexe Sportif de Buire du 07/04 au 19/04  
Inscriptions -> RDV le 05/03 sur nos réseaux



## ADOS

### ACTIVITES

Ludmila  
jeunesse@aptahr.fr

- **Club Jeunes:** RDV à Saint-Michel tous les mercredis, accueil entre 14H et 18H >>> **EN PAUSE**
- **Club Robotique:** à Saint-Michel tous les mercredis de 14H à 17H,  
Viens réaliser un robot pour participer au trophée régional de la Robotique mais aussi une micro fusée ou apprendre la technique du stop motion
- **Aide aux devoirs:** réservé aux élèves du collège César Savart
- **Sortie Ados:** les samedis  
08/03 Laser Game  
22/03 SPARKOH!  
05/04 Eurospace Center  
19/04 Orionis Planétarium



## BIEN ÊTRE ET RETRAITE

Venez prendre soin de votre santé avec des séances de gym douce et des ateliers manuels pour votre dextérité.

### ACTIVITES

 Marjorie  
seniors@aptahr.fr

- **“Flash Mobilité”**: à Landouzy-la-Ville le lundi de 14H à 16H. Venez faire de la Gym avec un programme d'activités physiques adapté pour garder la pêche.
- **Créa'Séniors**: ateliers décorations de tables pour le repas intercantonal
- **Bien-être séniors**: prochainement, ouverture d'un dispositif d'information et d'accompagnement dédié aux seniors de Thiérache. Le réseau de confiance, service de proximité gratuit intervient en faveur du bien être et du maintien de l'autonomie. Lien social, coup de pouce numérique, entraide... Nous venons vers vous!



## NUMÉRIQUE

Vous êtes en difficulté dans vos démarches numériques, l'actualisation de vos droits, l'utilisation d'une tablette, ...

### ACTIVITES

 Amandine  
numerique@aptahr.fr

- **Ateliers Médiation Numérique**: à Saint-Michel les mardis de 9H30 à 11H30, jeudis de 9H30 à 11H30 et de 14H à 16H
- **Conseillère Numérique**: venez retrouver nos accompagnements numériques au plus près de chez vous durant les permanences d'Amandine
- **#Prêt #Don #Vente**: Possibilité de prêter, donner ou vendre du matériel informatique (pc portable, tablette, smartphone). Sous condition de ressources



## NUTRICHEQUES

### ACTIVITES

 Alice  
accueil@aptahr.fr

Une aide financière pour mieux manger chez les producteurs du secteur, des activités où se faire plaisir, des moments chaleureux, d'échanges, ...  
Rejoins la dynamique Nutrichèques pour une deuxième "fournée" dès maintenant



## ACCUEIL D'INITIATIVES

### ACTIVITES

 Pour participer, nous contacter

- **Les ateliers de Janique, dentelle & broderie**
- **Atelier couture, apprendre entre parents**
- **Cours de batucada, Sambarioca**
- **Atelier d'écriture, Les Plumes**
- **Bénévoles du GAP (groupe adultes/parents)**

### CSC APTAHR

Le Centre Socioculturel APTAHR, c'est un projet mis en place par une ASSOCIATION au service des HABITANTS DU TERRITOIRE.



BP 15 - 36 Boulevard Savart  
02830 SAINT-MICHEL



9:00-12:30 13:30-17:30



03.23.98.63.93



aptahr2@orange.fr

