

SEPTEMBRE - OCTOBRE  
NOVEMBRE - DECEMBRE

2025



# APTAHR FLASH

N°6

## PARENTS, ENFANTS

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

### ACTIVITES



famille@aptahr.fr

Le CSc APTAHR recherche son(sa) nouvel(le) référent(e) famille

- **Couture & Création:** Atelier "De Fil en Aiguille" à Mondrepuis (cantine scolaire), les mercredis de 10H à 12H avec Pierrette



## ADOS

### ACTIVITES



Ludmila

jeunesse@aptahr.fr

- **Club Jeunes:**  
RDV à Saint-Michel tous les mercredis, accueil entre 14H et 18H.  
Semaine de SORTIES ADOS du 27/10 au 31/10.  
Ces sorties seront programmées par le Club Jeunes et réservées exclusivement aux jeunes du club.
- **Aide aux devoirs:** réservé aux élèves du collège César Savart.
- **"Saint-Michel se met à table":** le TER de Saint-Michel (territoire éducatif rural) propose en partenariat avec le CSc APTAHR des ateliers d'éducation alimentaire aux écoles d'Aubenton, Leuze, Saint-Michel et son collège.



## BIEN ÊTRE ET RETRAITE

Venez prendre soin de votre santé avec des séances de gym douce et des conseils nutritionnels

### ACTIVITES



seniors@aptahr.fr

- **Café Numérique:** les lundis une fois par mois de 13h30 à 15h30 - Maison Commune  
1er RDV le lundi 6 octobre
- **Créa'Séniors : ateliers création et décoration**  
Dates à venir
- **Activités physiques Adaptées:** les jeudis après-midi
- **Réseau de Confiance - Antenne de Thiérache (RésO) :** espace d'accueil et de rencontre à destination des séniors.  
Permanences tous les lundis après-midi et mercredis matin.



## 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



## ACCUEIL D'INITIATIVES

### ACTIVITES



Pour participer, nous contacter

- **Les ateliers de Janique, dentelle & broderie**
- **Cours de batucada, Sambarioca**
- **Atelier d'écriture, Les Plumes**

## 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 d'ateliers: diététique vitamines et minéraux, cuisine autour du gouter, visite de marché.

Rejoins la dynamique Nutrichèques pour une deuxième "fournée" dès maintenant



### 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

