

PROGRAMME

NOVEMBRE 2025

NOVEMBRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAM.	DIM.
3 13h15 - Sortie ciné	4 	5 9h15 - Matinée P-E 18h - CA 20h30 - jeux de rôle	6 9h30 - Réunion art & culture 14h - Autour du français 14h - Sortie expo.	7 10h - Permanence numérique	8 10h30 - Café des parents  14h30 - Panier Jeux	9
10 	11	12 14h30 - A nous de jouer  19h15 - Chorale femmes 20h30 - Jeux de rôle	13 14h - Autour du français 18h30 Écoute publique 20h - Soirée Festisol	14 9h30 - Rdv des gourmands 10h - Permanence numérique 20h - Soirée jeux	15 10h30 - Café des parents 14h30 - Atelier créatif 16h - Lire dans la rue 	16
17 	18 10h - Café dicut' 14h30 - Création collective 	19 9h15 - Matinée P-E 14h -Sortie expo. 14h30 - Tricot-Thé & couture 20h30 - Jeux de rôle	20 14h - Autour du français 15h - Conférence contre les aprioris alimentaires	21 10h - Permanence numérique 20h30 - Karaoké 	22 9h15 - Sortie expo Hang'Art 10h30 - Café des parents 14h30 - Panier Jeux	23 
24 	25 14h30 - Création collective 20h - Ciné Débat	26 14h30 - A nous de jouer 20h30 - Jeux de rôle	27 14h - Autour du français	28 9h30 - Rdv des gourmands 10h - Permanence numérique	29 10h30 - Café des parents 14h - Sortie à l'Atelier 15h - Initiation Belote 16h - Lire dans la rue	30 

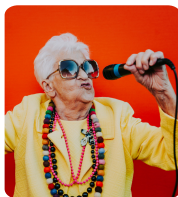
ACTIVITÉS PONCTUELLES



06/11 : SORTIE EXPO DÉPARTEMENT

Expo « C'est l'histoire d'un pauvre... Les Restos du cœur 1985-1989 » à l'Hôtel du Département.

RDV 14h à la MPT pour covoiturage.
GRATUIT- SUR INSCRIPTION



21/11 : KARAOKÉ

Soirée karaoké sans pression, juste pour le plaisir !

La Cabane à Jeux
GRATUIT- ENTRÉE LIBRE



12/11 : CHORALE FEMMES

Répétition de notre chorale féministe ouverte à toutes celles qui ont envie de faire vibrer leur voix !

La Cabane à Jeux
GRATUIT- ENTRÉE LIBRE



22/11 : SORTIE EXPO AU HANG'ART

Exposition 37.
Visite commentée.
Accès aux personnes à mobilité réduite.

RDV 9h15 à la MPT pour covoiturage.
GRATUIT- SUR INSCRIPTION



13/11 : ÉCOUTE PUBLIQUE

“L'évolution et la place des femmes dans la société française”. Les histoires d'habitantes âgées de 64 à 96 ans récoltées via notre podcast.

18H30 - 20H30 SALLE BALAVOINE
GRATUIT - OUVERT À TOUS



25/11 : CINÉ DÉBAT

À l'occasion de la journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes. En présence de solidarité femmes.

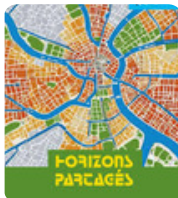
Cinéma Grand Écran
Tarif : 6€



19/11 : SORTIE EXPO LU

Expo “Dans le pli des cartes” - LU

RDV 14h à la MPT pour covoiturage.
GRATUIT- SUR INSCRIPTION



29/11 : SORTIE EXPO À L'ATELIER

Expo “Horizons Partagées”.
Exposition collective réunissant 10 artistes.

RDV 14h à la MPT pour covoiturage + tram
GRATUIT- SUR INSCRIPTION



20/11 : CONFÉRENCE CONTRE LES APRIORIS ALIMENTAIRES

Animée par Solène BAIL.

MAISON POUR TOUS
GRATUIT- ENTRÉE LIBRE



29/11 : INITIATION BELOTE

Proposée par Annick.

La Cabane à Jeux
GRATUIT- SUR INSCRIPTION



15/11 : ATELIER CRÉATIF

La Cabane à jeux
GRATUIT- ENTRÉE LIBRE



PROGRAMME

Programme exceptionnel mensuel, nous revenons à un programme bi-mensuel dès décembre.

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

SORTIE CINÉ

LUNDI - 13H15 - CINÉ LA CHAPELLE

Une fois par mois. Pour connaître le film contacter la MPT. Sur inscription, COVOITURAGE - Tarif : 6€.

CAFÉ DISCUT

MARDI - 10H - BRASSERIE LE CHEVAL BLANC

Une fois par mois. Partager un moment au bistrot pour discuter du quotidien et de l'actualité. Reprise le 21 octobre ! GRATUIT.

MATINÉE PARENT-ENFANT

MERDREDI - 9H15/11H30 - SALLE BALAVOINE

Semaines impaires. Passez un moment ludique avec votre enfant, rencontrez d'autres parents. Pour les enfants de 0 à 4 ans.
GRATUIT - ENTRÉE LIBRE.

A NOUS DE JOUER !

MERCREDI - 14H30/17H30 - SALLE BALAVOINE

Semaines impaires. Venez jouer en famille le mercredi après-midi.
GRATUIT - ENTRÉE LIBRE .

TRICOT-THÉ ET COUTURE

MERCREDI - 14H30 - CABANE À JEUX

Une fois par mois. Tricot, broderie, crochet, et couture. Créer ensemble dans une ambiance conviviale. GRATUIT.

SOIRÉE JEUX DE RÔLE - JDR -

MERCREDI - 20H30 - CABANE À JEUX

Initiez vous aux jeux de rôle et partez pour une quête le temps d'une soirée ou d'une année ! GRATUIT.

CNV - PARENTALITÉ

MERCREDI - 20H - LA ROUSSIÈRE

1 fois par mois, groupe d'initiation à la Communication non violente.
TARIF selon QF - SUR INSCRIPTION. (COMPLET)



AUTOUR DU FRANÇAIS

JEUDI - 14H - CABANE À JEUX

Atelier d'apprentissage du français.
GRATUIT - SUR INSCRIPTION.

RDV CUISINE



VENDREDI - 9H30/13H30

Restaurant "l'Atelier des Gourmands" 3 rue Martin Luther King. Cuisiner ensemble, partager des repas. GRATUIT - SUR INSCRIPTION. Possibilité de venir manger uniquement et donner un coup de main au rangement. RDV 12h15. Réservation au plus tard le Mardi précédent l'atelier. Tarif : 8€ ou 13€ (entrée, plat dessert) à régler à l'inscription.

PERMANENCE NUMÉRIQUE

VENDREDI - 10H/12H - CABANE À JEUX

Toutes les semaines. Pour vous accompagner dans votre pratique du numérique des bénévoles répondent à vos questions.
GRATUIT - ENTRÉE LIBRE.

SOIRÉE JEUX

VENDREDI - 20H - CABANE À JEUX

Une fois par mois, découvrez les nouveautés ludiques. Toutes les dates sur le site internet - GRATUIT - ENTRÉE LIBRE.

NOUVEAUTÉ : LIRE DANS LA RUE

SAMEDI - 16H - PERRIÈRES

Un samedi sur deux, 16h-17h30 : Mise à disposition de livres en accès libre et lecture d'histoires par des bénévoles. Perrières : espace vert entre la rue Jean Louis Foulquier et la crèche des petits Queniaux - GRATUIT - Entrée LIBRE

CAFÉ DES PARENTS



SAMEDI - 10H30/12H - CABANE À JEUX

Des tapis pour les bébés, des jeux et jouets pour les enfants, du café pour les parents. Discussion thématique pour les parents une fois par trimestre animée par un intervenant.
GRATUIT - ENTRÉE LIBRE.

LUDOTHÈQUE PANIERS JEUX

SAMEDI - 14H30/16H30 - CABANE À JEUX

Semaines impaires. Pour emprunter des jeux de société et tester les jeux sur place.

EXPOSITIONS

NOVEMBRE

“CITOYEN·NE·S, NOUS AVONS LE POUVOIR D’AGIR !”

L’association Tissé Métisse présente l’exposition réalisée par OXFAM France “Ces femmes qui font bouger les lignes”, mettant à l’honneur des femmes militantes et engagées.

Cette exposition présente une série de portraits de femmes venues de divers horizons, aux parcours uniques, mais animées par une même volonté : celle de faire bouger les lignes et de lutter contre les inégalités entre les femmes et les hommes.

Une exposition inspirante qui invite à la réflexion et à l’action, en mettant en lumière les parcours remarquables de ces femmes qui aspirent à un monde plus juste.

A découvrir dans l’accueil jusqu’au jeudi 27 novembre.



HORAIRES :

Lundi : **-(FERMÉ)-** || 14h-17h
Mardi : 10h-12h30 || 14h-17h
Mercredi : 10h-12h30 || 14h-17h
Jeudi : 10h-12h30 || **-(FERMÉ)-**
Vendredi : 10h-12h30 || 14h-16h

3 bis rue François Clouet -
44240 La Chapelle sur Erdre
02.40.93.68.19

contact@mptlachapelle.com
www.mptlachapelle.com



**LA CHAPELLE
SUR ERDRE**

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Pays de la Loire

