Gratuit et ouvert à tous
sur inscription

Fête de quartier Vallée d'Auge :
le vendredi 4 Septembre de 16h à 20h (derrière la MDC)

Atelier équilibre : Conférence jeudi 17 septembre de 15h à 17h
Suivi de 12 séances de septembre à décembre, animées par une kinésithérapeute

Soirée Karaoké : Vendredi 16 octobre de 20h à 23h à la MDC

Café Citoyen :
avec l'association Femmes d'Argentan Femmes du Monde
Mardi 3 novembre à 14h : "Savoir dire Non à son enfant"
Rendez-vous à la Maison du Citoyen
Mardi 1er décembre à 14h : "Savoir dire Non à son enfant"
Rendez-vous à l'espace Gisèle Halimi

Goûter de Noël des adhérents :
Vendredi 18 décembre de 17h à 18h30

Espace bénévoles :

N'hésitez plus, venez donner de votre temps, de votre énergie, de vos savoir-faire...
Contactez la Maison du Citoyen au 02.33.36.85.84

Espace familles :

1er septembre, arrivée de **Marianne**, notre nouvelle référente famille
Nous vous informerons des nouvelles activités, dès que possible
Laissons le temps à Marianne d'arriver !

Espace Jeunesse :

Vous voulez participer ou organiser des activités, des ateliers de bricolage ou de cuisine, des soirées entre vous au local ?
Contactez le référent, Amayes : 06.85.72.89.59
ou venez toquer à la porte ! 😉



Maison du Citoyen

Centre social municipal



M D C



Lettre d'infos 1er trimestre (2026-2027)

Septembre à Décembre 2026

1 Rue des Pervenches
61 200 ARGENTAN
02.33.36.85.84
mdc@argentan.fr

Lundi :

Retrouver sa souplesse
A partir du 07/09 de 9h30 à 10h30
RDV à l'Espace Gisèle-Halimi / Gratuit

Retrouver sa souplesse
De 10h à 11h
RDV MDC / Gratuit

Yoga du rire
De 11h à 11h30
RDV MDC / Gratuit

Atelier créatif
De 14h à 17h
RDV MDC / Gratuit

Mouv'It
De 14h30 à 16h15
RDV à l'Espace Gisèle-Halimi / Tarif : 14€25*

Mardi :

Randonnée
De 13h15 à 17h30
RDV parking MDC / Gratuit

Peinture
Semaines paires
Groupe 1 : de 14h à 16h
Groupe 2 : de 16h15 à 18h15
RDV MDC / Tarif : 29€50*

Cosmétiques naturels
De 14h30 à 16h
8/09, 22/09, 6/10,
20/10, 3/11, 17/11,1/12,15/12
RDV MDC / Gratuit

Jeux me pause
De 16h15 à 18h
RDV MDC / Gratuit

Mercredi :

Yoga du rire
De 11h à 11h30
RDV MDC / Gratuit

Mandala
De 16h à 17h30
RDV MDC / Gratuit

Jeux de cartes
De 14h à 17h
RDV MDC / Gratuit

Chant les Cigales
De 17h à 18h30
RDV MDC / Gratuit

Vendredi :

Mouv'It
De 9h30 à 11h
RDV MDC / Tarif : 14€25*

Cuisine à thème
De 9h30 à 12h
4/09, 16/10, 27/11, 18/12
RDV MDC / Gratuit

Randonnée
De 13h15 à 17h30
RDV parking MDC / Gratuit

Jeux de cartes
De 14h à 17h
RDV MDC / Gratuit

**par trimestre*

Jeudi :

Atelier bricolage
De 9h15 à 12h15
RDV MDC / Gratuit

Balade de proximité
De 9h45 à 11h
RDV MDC / Gratuit

Cuisine de base
De 9h30 à 14h
RDV MDC / Tarif selon QF

Stretching doux
De 10h30 à 11h30
RDV MDC / Gratuit

Récup'Art
24/09, 8/10, 5/11, 19/11, 3/12,17/12
De 13h30 à 15h30
RDV MDC / Gratuit

Echanges de savoirs
De 14h à 17h
RDV MDC / Gratuit

Marche tranquille
De 14h15 à 16h
RDV MDC 14h15
RDV à l'Espace Gisèle-Halimi 14h30
Gratuit

Art papotage
De 14h30 à 17h
RDV Espace Gisèle-Halimi
Gratuit