



# La FOURMILIÈRE

Animations familles

de la Communauté de Communes Côte Ouest Centre Manche  
à La Haye et Périers

Tout public

Programme de **janvier à février 2025**

NOUVEAUX CRÉNEAUX : le mardi de 16 h 30 à 18 h 30

Animations gratuites  
sur inscription

Ouvert à tous

résidents ou non du territoire  
Côte Ouest Centre Manche

## Les animations de janvier

Samedi 11  
à Périers  
L'outil en main



Atelier cuisine - 10h à 12h  
Bricolage collectif - 14h à 17h  
Chantier de participation au *Carnavaaal*.

Samedi 11  
à La Haye



Atelier cuisine : galettes des rois  
10h15 à 12h15 - tout public

Samedi 11  
à Périers



Atelier motricité  
10h à 12h - moins de 6 ans

NOUVEAUX  
CRÉNEAUX  
Mardi 14  
à La Haye



Jeux de société  
16h30 à 18h30 - tout public

Samedi 18  
à Périers



Atelier tissage  
10h à 12h - dès 4 ans

Samedi 18  
à La Haye



Sophro'cirque : booste ta créativité et ta concentration !  
14h à 16h - dès 4 ans

Mardi 21  
à Périers



Soirée d'échange : mon enfant a des besoins spécifiques (TDAH, Dys, TSA...). Comment l'accompagner et communiquer avec mon entourage. Animé par Véronique FREMOND, thérapeute et Elsa PELCHAT, psychomotricienne. 20h à 22h - adultes

**Bien dans son corps,  
bien dans sa tête**

*Du 18 janvier au 8 février,*

les animations familles organisent plusieurs ateliers et rendez-vous autour du bien-être.



Repérez-les dans  
le programme !

Communauté de Communes



02 33 76 73 38 | 06 45 95 03 62 | [lafourmiliere@cocm.fr](mailto:lafourmiliere@cocm.fr)



[www.cocm.fr](http://www.cocm.fr)

Imprimé par nos soins.  
Ne pas jeter sur la voie publique.

# La FOURMILIÈRE - Programme de janvier à février 2025

- À La Haye : Centre culturel (derrière la médiathèque Jacques Bertrand, rue de la Libération 50250 LA HAYE
- À Périers : Communauté de Communes Côte Ouest Centre Manche,  
4 place du Fairage 50190 PERIERS

## Les animations de janvier

Samedi 25  
à Périers



Fabrication de bracelet brésilien  
10h à 12h - dès 6 ans

Samedi 25  
à La Haye



Pokemon go : chasse les pokemons en ville. Prévoir un portable chargé.  
10h 15 à 12h 15 - Dès 5 ans

## Les animations de février

Samedi 1<sup>er</sup>  
à Périers



Atelier sophrologie :  
prends confiance en toi  
14h à 16h - tout public

Samedi 1<sup>er</sup>  
à la médiathèque  
de La Haye



Atelier cocooning :  
masque, massage et détente au programme  
10h 15 à 12h 15 - tout public

NOUVEAUX  
CRÉNEAUX  
Mardi 4  
à La Haye



Jeux de société  
16h 30 à 18h 30 - tout public

Samedi 8  
à Périers



Déchire, découpe et colle  
10h à 12h - tout public

Samedi 8  
Lac des Bruyères  
à Millières



On prend un bol d'air :  
balade et animations zen  
10h 15 à 12h 15 - tout public

Mardi 25  
à Périers



Atelier cuisine : mange ta soupe !  
16h 30 à 18h 30 - tout public

## CONTACTS



Aline MARIE  
référente

Animateurs à La Haye . . . . .



Morgan  
COLETTE



Hélène  
COUILLARD



Karine  
COUPEY

Animateurs à Périers . . . . .



Morgan  
COLETTE



Nolwenn  
LEPROVOST



Clémence  
ROULET



Côte Ouest Centre Manche

La Cart'info

Vos infos à la carte

À la recherche d'un terrain de tennis ?  
D'une animation ou d'une aire de jeux proche de vous ?  
Retrouvez toutes ces informations et bien plus sur la Cart'info  
de Côte Ouest Centre Manche sur [cartinfo.cocm.fr](http://cartinfo.cocm.fr)



Réalisation : Communauté de Communes  
Images et illustrations : Freepik /  
Communauté de Communes