

ANIMATIONS - OCTOBRE 2023



Mardi 3 octobre et mardi 17 octobre

Marmite Rose **10h-13h30**

Intervention d'une diététicienne (aliments anti-oxydants)

Coût : 6€ 02.32.35.07.38

Mardi 10 octobre

Marmite partagée

10h-12h

ACR'o pôle

1 Rue de l'hôpital - Rugles

Passer à table quand on vit seul(e), ce n'est pas toujours drôle !

Vous manquez d'entrain pour cuisiner des petits plats ? Venez découvrir la marmite partagée !

Coût : 6€

Informations et inscriptions

02.32.35.07.38



RUGLES YOGA EN FAMILLE

MERCREDI 4 OCTOBRE 14H-15H

Intervention de BRIGITTE Catherine

ACR'o pôle
1 Rue de l'hôpital - 27250 RUGLES
APPORTEZ UN TAPIS DE GYM OU UNE SERVIETTE DE BAIN ÉPAISSE

INSCRIPTIONS
02.32.35.07.38 - acr6@wanadoo.fr
associationculturellerugloise.fr

GRATUIT

Partenaires (plus) f i

Mercredi 4 octobre

Yoga en famille
Mon Eure Yoga

14h-15h

Inscriptions :

acr6@wanadoo.fr

02.32.35.07.38

Mardi 3 octobre et jeudi 19 octobre

Paniers Solidaires

10h-12h - 1 Rue de l'hôpital - Rugles

Une distribution de paniers de produits issus de l'agriculture locale.

Participation financière libre et consciente (Prix indicatif en fonction du quotient familial)

Nous vous proposons également des ateliers cuisine à chaque livraison !

Informations et inscriptions :
02.32.35.07.38

Commande avant le
28/09 et 12/10 !

Mercredi 11 octobre

Lecture aux tout-petits

ACR'o pôle

1 Rue de l'hôpital - Rugles



Samedi 14 octobre

Stage Tai-Chi-Chuan

9h-12h - Salle omnisports

27250 Bois-Arnault

Membres ACR et associations partenaires : 10€

Les non-membres : 20€

Informations et réservations :

tchi27250@gmail.com

f Taichi Rugles

TOUT PUBLIC

Vélo-école

Mercredi 18 octobre

14h-16h

Boulodrome de Rugles

Premier tour de roue, remise en selle, découverte du vélo électrique (adultes), piste de sécurité routière...

Réservations de vélos :

acr-communication@orange.fr



OCTOBRE ROSE



SAMEDI 7 OCTOBRE " Marche solidaire "

Départ : 14h - Mairie

3,5 km

5 km

7 km

à St-Antonin-de-Sommaire

Stands d'informations et ventes au profit de la Ligue contre le cancer

Circuit non accessible aux fauteuils roulants et aux poussettes.
Pot de clôture offert par la commune



Mercredi 18 octobre

" Chasse au trésor du goût "

**TOUT PUBLIC
gratuit**

14h-17h à La Ruche

103 Av. Maurice de Vlaminck 27136 Verneuil-Sur-Avre

Sport - Kim goût - Parcours quizz - Jeu du self

Covoiturage possible : Départ 13h30 (ACR'o pôle) 🚗

Inscriptions obligatoires : 02.32.35.07.38

GRATUIT



**21 > 27
OCTOBRE
2023**



**Place de la liberté
27250 RUGLES**

C'est chez vous qu'il passe !

★ SAMEDI 21 OCTOBRE

15h : Atelier cuisine à l'ACR'o pôle

20h : THE VERY BIG SHOW ! **MADE IN USA**

★ DIMANCHE 22 OCTOBRE

15h : Lever de rideau ACR

PARIS CIGALE **CABARET CONCERT**

Un voyage dans le temps

★ LUNDI 23 OCTOBRE

10h : Tai Chi

11h30 : Yoga

14h30 : Atelier éveil musical **3/7ANS**

15h30 : Atelier éveil musical **TOUT PUBLIC**

17h : Aiguilles et papotage

★ MARDI 24 OCTOBRE

10h : Atelier soupe / Atelier loisirs créatifs

12h : Repas partagé

14h30 : Atelier théâtre-impro

18h : Soirée Soupes et contes **POUR LES OREILLES ET LES PAPILLES**

★ MERCREDI 25 OCTOBRE

14h30 : La mère-Noël se recycle !

De et avec Taïra Borée - À partir de 3ans

POUR LES JEUNES

★ JEUDI 26 OCTOBRE

Ateliers chant :

9h30 : 3/7ans

10h15 : 7/12ans

11h15 : + 12ans



+ Journée Equilibres

Flyer disponible à l'ACR'o pôle

14h-16h : Atelier du rire (à partir de 7ans)

20h : TOUR D'HORIZON **CONCERT**

avec les 2 Pascal, toujours généreux et plein d'humeur

★ VENDREDI 27 OCTOBRE

10H30 : Atelier "prise de parole en public"

18h : Spectacle " Kiffe ta liberté " **GRATUIT**

ATELIERS GRATUITS / Inscriptions recommandées
Billetterie sur place 30min avant les spectacles : 3€ pour les adultes / 2€ - 12ans
Plus d'informations : 02.32.35.07.38



Retrouvez le dépliant "Octobre Rose"
à l'ACR'o pôle
ou sur le site internet :
www.associationculturellerrugloise.fr

