

Un été à Mailiso 2025

Activités pour tous les âges

+ d'infos sur le programme détaillé par semaine

L'adhésion à Mailiso est obligatoire
5€/personne ou 12€ par famille
Pas encore adhérent?
Passez nous voir!

L	M	M	J	V	S	D
7 Visite de la salle de spectacles JP Bacri	8 Par Voix et Chemins balade contée n°2	9 Canoë à Autheuil-Authouillet 10kms	10	11 Hypno-relaxation	12	13
14	15 Par Voix et Chemins balade contée n°3	16	17 Sophro balade	18 Olympiades à l'arboretum	19 Sortie au parc du Bocasse	20
21 Parcours sécurité routière	22 "Par Voix et Chemins" balade contée n°4	23	24 Découverte de l'aéromodelisme	25 Soirée pique-nique et jeux au jardin pédagogique	26	27
28 Musée de la Pierre Conchoise	29 "Par Voix et Chemins" balade contée n°5	30 Visite commentée de Conches	31	1 Soirée découverte de l'astronomie	2	3
4 Activité manuelle: plastique fou	5 initiation skate et trottinette	6 Cuisine et repas partagé	7 Rallye photo dans conches	8	9	samedi 23/08 Sortie à la mer à Houlgate

PLANNING

de la semaine

ACTIVITÉS FAMILIALES ET
INTERGÉNÉRATIONNELLES

du 7 au 11 juillet 2025

LUNDI 7

Visite de la salle de spectacles JP BACRI
avec Laura Vermont

10h30 à 12h
rdv sur place

MARDI 8

"Par voix et chemin"
balade contée n°2
9h30 à 11h30



*Priorité aux
séniors pour
cette animation*

MERCREDI 9

Canoë
descente de 10kms
dép. 10h ret. 18h
prévoir un pique-nique

Tarif adulte: QF< à 750= **12€**
QF> à 751=**20€**
Tarif enfant: QF< à 750= **6€**
QF> à 751= **10€**

JEUDI 10

*Faites ce qui
vous plaît !*

VENDREDI 11

Atelier
d'hypno-relaxation
avec Christelle Varin

14h à 15h30
à l'arboretum de Conches

SAMEDI

*Un peu de repos,
ça fait du bien !*

DIMANCHE

*N'oubliez pas d'aller
vous aérer !*

NOTES

"Par voix et chemins": Cycle de 5 balades de 2 à 3kms pour les seniors et petits enfants, ponctuées d'exercices physiques et de contes. Rencontres santé proposées par la Mutualité Française.

Pour la sortie canoë: il est impératif de savoir nager! Prévoir des chaussures fermées, un t-shirt manches longues, un short, une serviette, un maillot de bain et un change. Se déplacer à Mailiso pour l'inscription.

Pour l'hypno-relaxation: prévoir un tapis de sol ou un plaid. Atelier nécessitant calme et concentration.

PLANNING

de la semaine

ACTIVITÉS FAMILIALES ET
INTERGÉNÉRATIONNELLES

du 14 au 18 juillet 2025

LUNDI 14

Le lundi au soleil ?

MARDI 15

"Par voix et chemin"
balade contée n°3
9h30 à 11h30



Priorité aux séniors
pour cette animation

MERCREDI 16

Et vous, vous cuisinez
quoi aujourd'hui ?

JEUDI 17

Sophro-balade
avec Nadine Atmani

de 10h à 12h
RDV à la gare de
conches

VENDREDI 18

Olympiades

à l'arboretum de
Conches
de 14h à 17h

SAMEDI 19

**Sortie au parc du
Bocasse**
départ 8h30 retour 19h30



tarifs et
inscriptions à
Mailiso muni de
son quotient
familial

DIMANCHE

C'est dimanche, on
souffle, on regarde
passer les nuages

NOTES

Par "Voix et Chemins": Cycle de 5 balades de 2 à 3kms pour les seniors (et leurs petits-enfants s'ils en ont), ponctuées d'exercices physiques et de contes. Rencontres santé proposées par la Mutualité Française.

La sophro balade nécessite calme, concentration et de pouvoir marcher environ 4kms.

Sortie Bocasse: +d'infos sur l'affiche

PLANNING

de la semaine

ACTIVITÉS FAMILIALES ET
INTERGÉNÉRATIONNELLES

du 21 au 25 juillet 2025

LUNDI 21

Parcours sécurité routière

avec la Police Municipale
en vélo, en trottinette
ou en roller

de 10h à 12h parking de la gare
de Conches

MARDI 22

"Par voix et chemin" balade contée n°4

9h30 à 11h30



Priorité aux
séniors pour
cette animation

MERCREDI 23

En panne d'idée ?
RDV à l'office de
tourisme !

JEUDI 24

Découverte de l'Aéromodélisme avec le

Model Air Club
Conchois

à partir de 12 ans

9h à 17h

prévoir un pique nique

VENDREDI 25

Soirée jeux au jardin pédagogique

18h à 21h

prévoir un pique nique

SAMEDI

Et si vous alliez au parc
de la Forge ?

DIMANCHE

Un conseil ? Une petite
balade autour de chez
vous !

NOTES

Pour le Parcours sécurité routière: Venir avec son matériel et ses protections.

Pour l'Aéromodélisme: Le moniteur encadre 2 personnes à la fois, diverses animations sont donc prévues pour agrémenter la journée.

Coordonnées GPS : 0.57.07° Est, 48.56.12° Nord.

Le jardin pédagogique est situé sur le site du val à Conches en contrebas du musée du verre. Vous pouvez ramener vos jeux!

Planning

de la semaine

du 28 juillet au 1 août

ACTIVITÉS FAMILIALES ET
INTERGÉNÉRATIONNELLES

Lundi 28

**Visite du Musée de La
Pierre Conchoise**

14h à 16h
au Pôle culturel

Mardi 29

Par Voix et Chemins
balade contée n°5
9h30 à 11h30



Priorité aux
séniors pour
cette action

Mercredi 30

**Visite commentée du
centre-ville de
Conches**

par Alexa de l'office de
tourisme
15h à 16h30

Jeudi 31

Le jeudi, c'est le marché
à Conches

Vendredi 1

**Découverte de
l'Astronomie**
avec l'association
Cassiopée

de 19h à 00h30
Arboretum de Conches

Samedi

Pas besoin de chercher
bien loin, y'a toujours
un truc à faire dans le
coin !

Dimanche

Et si vous alliez faire un
plouf à la piscine ?

Notes

Musée de la Pierre Conchoise: 14 rue Jacques Villon à
Conches.

Pour la visite commentée: RDV avec Alexa à 15h devant
la Maison des arts, place Aristide Briand.

Découverte de l'astronomie: possibilité de venir avec
son pique-nique. N'oubliez pas un plaid, une lampe de
poche ou frontale, à lumière rouge de préférence.

Planning

de la semaine

ACTIVITÉS FAMILIALES ET
INTERGÉNÉRATIONNELLES

du 4 au 8 août

LUNDI 4

Activité manuelle
"plastique fou"

à Mailiso
de 14h à 16h

MARDI 5

**Initiation au skate et à
la trottinette**

au skate park de Conches
avec Rid'eure Shop & Co
de 10h à 12h

MERCREDI 6

**Atelier cuisine
et repas partagé**

de 10h à 14h au pôle
culturel de Conches

JEUDI 7

Rallye photo
dans Conches

de 14h à 16h
RDV devant la Maison des
arts

VENDREDI 8

*Et attendant la mer, faites
des virées dans
le coin...
Pas besoin d'aller
loin pour être
dépaycé !*

SAMEDI 23 AOÛT

**Sortie à la Mer
à Houlgate**

tarifs: 5 ou 10€ en
fonction du QF
Attention,
c'est le 23 août



DIMANCHE

*Un dimanche à buller, à
lire, à jardiner ?*

Notes

Pour le skate park: Venir avec son équipement complet ou possibilité de prêt de matériel et de protections. 1h par groupe de 10 personnes.

Pour la rallye photo: vous aurez besoin d'un smartphone ou d'un appareil pour prendre des photos.

Pour la sortie mer du samedi 23 août: Les inscriptions se font à Mailiso. Toutes les informations sont sur l'affiche.



SORTIE À BOCASSE

Samedi 19 juillet

Réservée aux habitants
de la com' com'

DÉPART 8H45 RETOUR 19H30
PLACE DU MARCHÉ À CONCHES

PRÉVOIR UN PIQUE-NIQUE
OU POSSIBILITÉ DE SE
RESTAURER SUR PLACE

Tarifs: (par personne)
en fonction du Quotient familial

	Enfant	Adulte
< 340:	12.40€	14.70€
341 - 550:	13.50€	17.10€
551 - 750:	14.70€	19.40€
751 - 960:	15.90€	21.80€
961 - 1420:	18.20€	26,50€
> 1421:	21.80€	33,50€

ADHESION OBLIGATOIRE:
FAMILIALE (12€) OU INDIVIDUELLE (5€/PERS)



Espace Mailiso
02.32.30.23.15
4 rue Sainte-Foy à Conches



SORTIE A HOULGATE

BAIGNADE & VISITE LIBRE

SAMEDI 23 AOUT 2025



LES SORTIE S'ADRESSENT À TOUS LES HABITANTS DE LA
COMMUNAUTE DE COMMUNES DU PAYS DE CONCHES

**DEPART ET RETOUR
PLACE DU MARCHÉ
9H30 - 19H30
PREVOIR UN PIQUE-NIQUE**

TARIFS
QF < 750 : 5 €
QF > 750 : 10 €
+ ADHÉSION FAMILIALE 12 €
OU INDIVIDUELLE 5 €



ESPACE MAILISO
4 RUE STE FOY CONCHES
TEL.02.32.30.23.15