

Horaires d'été

Lundi : Fermé

Mardi : Fermé

Mercredi : Activités familles.

Jeudi : 18h-22h (guinguette dans le jardin !)

Vendredi : 18h-20h30h (marché dans le pré)

Samedi : Fermé

*C'est l'été, tout change,
nos horaires compris! On
reviendra à la normale
en septembre !*

Contact



lepont34700

contact@lepont34.fr - 06.10.43.30.73

lepont34.fr

839 Route Royale, 34700 Saint Etienne de Gourgas

Toutes les activités proposées par le Pont, régulières
comme occasionnelles, sont proposées par des
bénévoles.

Envie de faire partie de l'aventure, de donner un coup
de pouce ou de proposer un évènement ?

Contactez-nous !



Réalisé avec ♥ par Samuel Bousquet et Alec Ramon - samuelbousquet.fr

Le Pont

— Café associatif —



Programme d'été

Comme partout, l'été est une saison un peu spéciale au Pont, et la plupart des activités s'arrêtent pendant les deux mois d'été.

Ça continue cet été :

Club d'échecs

Les lundis de 17h à 18h30



Vous voulez apprendre à jouer ou enfin rencontrer un adversaire à votre hauteur, vous avez entre de 7 à 100 ans, alors vous êtes bienvenu-es !

Gratuit. Pour plus d'information, rendez vous sur place ou contactez Xavier au 06.01.25.10.60

Gym douce

Les mercredis de 16h30 à 17h30 et 17h45 à 18h45



Un atelier de gym douce qui allie plusieurs méthodes comme le qi gong, le yoga et le stretching. Ce sont des exercices simples et accessibles à tous.

Attention, les horaires et fréquences sont susceptibles d'être modifiés cet été. Appelez !

Gratuit. Informations auprès de Christine : 06.13.14.69.01

Cercle de chant de reliance

Premiers mardis du mois - 18h15-20h

Un cercle de chants sacrés, c'est un écrin de partage de chants simples et inspirants. De tous les continents, ces chants rendent hommage à la vie et ses essentiels, la joie, la confiance, la paix et l'amour. Carole et Aria (chants et guitares) ouvrent cet espace de célébration. Bienvenue !

Prix libre, adhésion au Pont obligatoire. **Pause sur le mois d'août**

Informations auprès de Carole : 06.75.66.92.32

On se retrouve à la rentrée :

Pour information, voici les activités qui étaient proposées l'année dernière. La plupart seront reconduites cette année, renseignez-vous en septembre pour avoir toutes les informations !

Toutes les semaines

Qi Gong (avec Bambou)

Les lundis de 9h30 à 10h30

La Bagarreuse (boxe française loisirs)

Les mercredis

Ping-Pong

Les lundis de 17h à 19h

Tous les mois

Club de lecture

Premiers lundis du mois - 18h-19h30

Rencontres et discussions entre femmes

Premiers jeudis du mois - 19h30-21h30

Atelier d'écriture

Deuxièmes mardis du mois - 18h-19h30

Scène ouverte

Deuxièmes mardis du mois - 19h30-20h30

Ronde d'expression

Deuxièmes jeudis du mois - 16h30-18h

Causeries du mardi

Derniers mardis du mois 19h30-21h

Atelier de conversation en anglais

Derniers samedis du mois - 11h-12h30

La Superbe Affiche-résumé

Notice

1. Dégrafez savamment les agrafes au milieu de l'affiche sans l'abîmer
2. Retirez l'affiche-résumé de printemps de votre frigo, mais aussi celle d'hiver : il est vraiment temps de passer à autre chose
3. Placez-y la nouvelle affiche-résumé d'été
4. Entourez les dates à ne pas manquer à l'aide d'un stylo.
5. Ne ratez plus aucun évènement du Pont !

N.B : En cette saison, nous vous suggérons d'accrocher l'affiche à l'intérieur de la porte de votre frigo. De la sorte vous vous rafraichirez tout en vous renseignant sur les activités de cet été. De rien.

Voir magasin participants, dans la limite des stocks disponibles, mangez 5 fruits et légumes par jours.





Juillet

Aout

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam	Dim
	1	9:00 : Réalisation d'une fresque	18:00 : Soirée Guigette	18:00 : P'tit marché, P'tit concert <i>Le mange Disque</i>	5	6
7	18:15 : Cercle de chant	9:00 : Rembobinez Repare café textile	18:00 : Soirée Guigette	18:00 : P'tit marché, P'tit concert <i>Les RockFort</i>	12	13
14	15	9:00 : Sortie Ado	Fermé	18:00 : P'tit marché	19	20
21	22	10:00 : Zumba famille	18:00 : Soirée Guigette	18:00 : P'tit marché, P'tit concert <i>Souad</i>	26	27
28	29	9:30 : Roulotte à jeux	18:00 : Soirée Guigette			

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam	Dim
				18:00 : P'tit marché, P'tit concert <i>Maksoud Karez</i>	2	3
4	5	10:00 : Atelier artistique (enfants)	18:00 : Soirée Guingette	18:00 : P'tit marché, P'tit concert <i>les Salagew Ramblers</i>	9	10
	12	10:00 : atelier artistique (ados)	18:00 : Soirée Guingette	18:00 : P'tit marché, P'tit concert <i>Kayzyak</i>	16	17
	19	10:00 : Initiation magie (enfants)	18:00 : Soirée Guingette	18:00 : P'tit marché, P'tit concert <i>Zico</i>	23	24
	26	10:00 : initiation magie (ados)	18:00 : Soirée Guingette	18:00 : P'tit marché, P'tit concert <i>Lamine Balani</i>	29	

Le mercredi, une proposition pour la famille différente chaque semaine, pour qu'il y en ait pour tous les goûts ! Attention, l'activité n'est pas toujours au Pont

Le jeudi, venez boire un verre ou juste partager un moment. Il y aura quelques jeux de société à dispos et aussi une offre de restauration variée, mais n'hésitez pas à ramener votre pique-nique!

Le vendredi, c'est le marché dans le pré ! Le Pont y proposera un petit concert, une buvette et une assiette avec les produits des producteurs.



Juillet

Réalisation d'une fresque (famille)

Mer. 02 juil. - 9h-12h

Après des réflexions et des dessins pour imaginer la fresque de la salle des enfants du Pont, il est temps d'agir ! A partir de 9h, viens quand tu veux avec un adulte, une tenue prête à être salie, et c'est parti !

Ouverts à tous et toutes (adultes sans enfants bienvenus!) - Au Pont - Gratuit.

Soirée guinguette

Jeu 03 juil. - 18h-22h

Repas proposé par Jane : Cuisine végétale avec des produits locaux

Petite assiette 6€, grande assiette 12€. Réservation possible au 06.10.43.30.73

Petit marché et petit concert

Ven. 04 juil. - 18h-20h30



avec Le Mange Disque : Un karaoké collectif, où Gabrielle propose les paroles de chansons populaires, allant d'Indochine à France Gall, en passant par Aznavour, et vous accompagne à l'accordéon dans une ambiance de folie. Il y en a pour tous les âges et pour tous les styles pourvu que l'on s'égosille !

Cercle de chant de relance

Mar 08 juil. - 18h15-20h

Voir à la première page de ce programme pour le détail

Repare café textile (famille)

Mer. 09 juil. - 9h-12h

Tu veux transformer ton jean en short, customiser un habit, créer un objet en tissu ou tout simplement apprendre à te servir d'une machine à coudre, viens ! N'hésite pas à apporter vêtements ou tissus que tu aimerais utiliser.

Ouverts à toutes et tous, aux adolescents et aux enfants de + de 8 ans seuls, et aux enfants plus jeunes accompagnés d'un adulte. Au Pont, 1er groupe 9h-10h30, 2ème groupe, 10h30-12h. Sur inscription au 06 10 43 30 73 (Aude) . Gratuit

Soirée guinguette

Jeu 10 juil. - 18h-22h

Repas proposé par Shaily : Cuisine indienne authentique

Petite assiette 6€, grande assiette 12€. Réservation possible au 06.10.43.30.73

Petit marché et petit concert

Ven. 11 juil. - 18h-20h30



avec Les RockFort : Un groupe de rock convivial, qui reprend des titres célèbres de Pop-Rock et qui aime se retrouver autour de bonnes tables et entourés de joyeux convives

Sortie à l'Acroparc du Mas (ado)

Mer. 16 juil. - 9h-16h30

Parcours dans les arbres, baignade dans le Tarn... Viens profiter d'une journée sensations et chill, accompagné.e par Aude et Will :) Ouvert aux 12-17 ans. 6 places. Gratuit. Infos et inscriptions auprès de Aude (06104330 73)

Soirée guinguette

~~Jeu 17 juil. - 18h-22h~~

On le sait, tout le monde sera à Résurgence... Nous aussi d'ailleurs !

Petit marché sans petit concert

Ven. 18 juil. - 18h-20h30

Ben oui, c'est le festival Résurgence à Lodève, il y a déjà plein de concerts !

Zumba famille

Mer. 23 juil. - 10h-11h

Tu as entre 0 et 150 ans, tu aimes danser, te dépenser, écouter du son latino ? Alors viens t'initier ou pratiquer la zumba avec Aurore !

Lieu : Espace ombragé derrière le Club House, parking salle des fêtes de Saint-Etienne de Gourgas. Ouvert à tous et à toutes, gratuit

Soirée guinguette

Jeu 24 juil. - 18h-22h

Repas proposé par Shaily : Cuisine indienne authentique.

Petite assiette 6€, grande assiette 12€. Réservation possible au 06.10.43.30.73

Petit marché et petit concert

Ven. 25 juil. - 18h-20h30



avec Souad : Souad Bensa compose et interprète ses chansons comme elle voit la vie, avec simplicité et douceur, et un mélange d'optimisme et de mélancolie. Accompagnée à la guitare, elle chante des morceaux où le français et le portugais se répondent et questionnent le vivant, l'amour ou les peurs qui traversent nos chemins.

Roulotte à jeux

Mer. 30 juil. - 9h30-12h

Laura de l'association Hors les murs vient s'installer au village pour un moment convivial pour tous. Dans sa roulottes à jeux tu trouveras des activités de toutes sortes en accès libre : peinture, instruments de musique, jeux de construction, déguisements, matériel de sport...et bien plus encore ! Lieu : Espace ombragé derrière le Club House, parking salle des fêtes de Saint-Etienne de Gourgas. Gratuit

Soirée guinguette

Jeu 31 juil. - 18h-22h

Repas proposé par Jane : Cuisine végétale avec des produits locaux.

Petite assiette 6€, grande assiette 12€. Réservation possible au 06.10.43.30.73

Août

Petit marché et petit concert

Ven. 01 août - 18h-21h30



avec Maksoud Karez : Sa musique, inspirée par les "racines du ciel", la sphère céleste vers laquelle s'adressent la plupart des expressions musicales du moyen orient, symbolise l'union et la convergence des expressions musicales du Moyen-Orient, créant un espace de paix et d'unité où les clivages disparaissent.

Atelier artistique (enfants)



Mer. 06 août - 10h-12h

Prends une tenue sale et viens expérimenter différentes techniques artistiques avec Delphine et Corto. Enfants et adultes partagent un moment créatif en manipulant divers matériaux (gouache, fusain...) dans des activités ludiques qui stimulent l'imagination. *Enfants de tout âge avec adulte accompagnant - Au Pont - Gratuit.*

Soirée guinguette

Jeu 07 août - 18h-22h

Repas proposé par Epices & Love pour un voyage culinaire épicé et plein de soleil. *Petite assiette 6€, grande assiette 12€. Réservation possible au 06.10.43.30.73*

Petit marché et petit concert

Ven. 08 août - 18h-20h30



avec les Salagew Ramblers : Prenez des mandolines bien lisses, un banjo rondouillet, quelques flûtes délicatement effilées, du bodhran bien tendu, des guitares et un washboard pour faire râper tout ça. Délayer le tout avec deux voix barbares et arroser abondamment des notes délicates d'une voix elfique (recette garantie sans lactose et sans gluten).

Atelier artistique (ados)



Mer. 13 août - 10h-12h

Atelier d'initiation au dessin, à l'aquarelle et au brou de noix avec Delphine. *Adultes et ados - Au Pont - Gratuit.*

Soirée guinguette

Jeu 14 août - 18h-22h

Repas proposé par Epices & Love pour un voyage culinaire épicé et plein de soleil. *Petite assiette 6€, grande assiette 12€. Réservation possible au 06.10.43.30.73*

Petit marché et petit concert

Ven. 15 août - 18h-20h30



avec Kayzyak : le duo vous défiera dans un "blind-test" où pop-culture, musique classique, cinéma, jeux vidéo et bien d'autres se mélangent, dans des versions déjantées et medleys inoubliables. Peut-être même que le duo osera vous faire chanter quelques paroles et souvenirs..."

Initiation à la magie (enfants)



Mer. 20 août - 10h-12h

Viens découvrir comment réaliser des tours de magie avec des objets du quotidien et impressionner ton entourage !

Enfants de + de 7 ans accompagnés par un adulte - Au Pont - Gratuit. Sur inscription au 06 10 43 30 73

Soirée guinguette

Jeu 21 août - 18h-22h

Repas proposé par Shaily : Cuisine indienne authentique.

Petite assiette 6€, grande assiette 12€. Réservation possible au 06.10.43.30.73

Petit marché et petit concert

Ven. 22 août - 18h-20h30



Avec Zico : Une voix chaleureuse, un accordéon aux sonorités suaves et des percussions de pied pour faire vivre un répertoire éclectique : tantôt guinguette, tantôt balkan, tantôt ragga, embarquez pour un voyage accoustico-poétique.

Initiation à la magie (ados)



Mer. 27 août - 10h-12h

Cette semaine, Loktan revient pour initier les ados à la magie !

Ados (à partir de 11 ans) - Au Pont - Gratuit - Sur inscription au 06 10 43 30 73.

Soirée guinguette

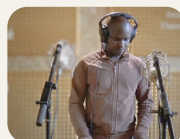
Jeu 28 août - 18h-22h

Repas proposé par Jane : Cuisine végétale avec des produits locaux.

Petite assiette 6€, grande assiette 12€. Réservation possible au 06.10.43.30.73

Petit marché et petit concert

Ven. 29 août - 18h-20h30



Lamine sera au chant, n'goni et balafon pour ce dernier marché d'été !