

[Ouvrir cet e-mail dans votre navigateur.](#)



La Newsletter

LA VIE DE LA FOURMILIÈRE

Les Cabas gourmands de La Fourmilière

La Fourmilière vous propose chaque semaine des Cabas Gourmands ; **des paniers de légumes frais à petits prix pour manger local, de saison et à moindre coût.**

Chaque jeudi, les légumes sont récupérés auprès de notre maraîcher partenaire, puis **une équipe de bénévoles se charge de préparer les sacs cabas** pour une **distribution à partir de 16h30** en salle multi-activités de La Fourmilière. **Tarifs et conditions** [ici](#).

Les activités prévues par La Fourmilière

Les vacances d'automne arrivent à grands pas, le programme est [ici](#) : un spectacle et de nombreux ateliers variés, il y en aura pour tous les âges...

À VENIR

Atelier couture "coussins cœur"

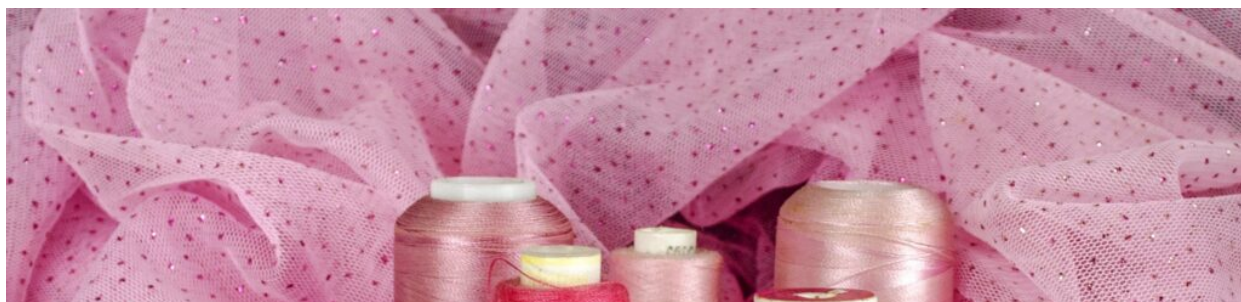
Samedi 10 octobre - 14h00-17h30 - Salle multi-activités

Atelier couture dans le cadre d'Octobre Rose. **Création d'un coussin cœur post-opération à offrir aux femmes opérées du cancer du sein.**

Les coussins seront offerts à l'hôpital de St-Jean-de-Maurienne.

Possibilité de coudre des coussins cœur chez vous, en suivant le **patron proposé** [ici](#) et de **les apporter à La Fourmilière avant le 19/10.**

Tout Public dès 12 ans - Gratuit sans adhésion - Sur inscription





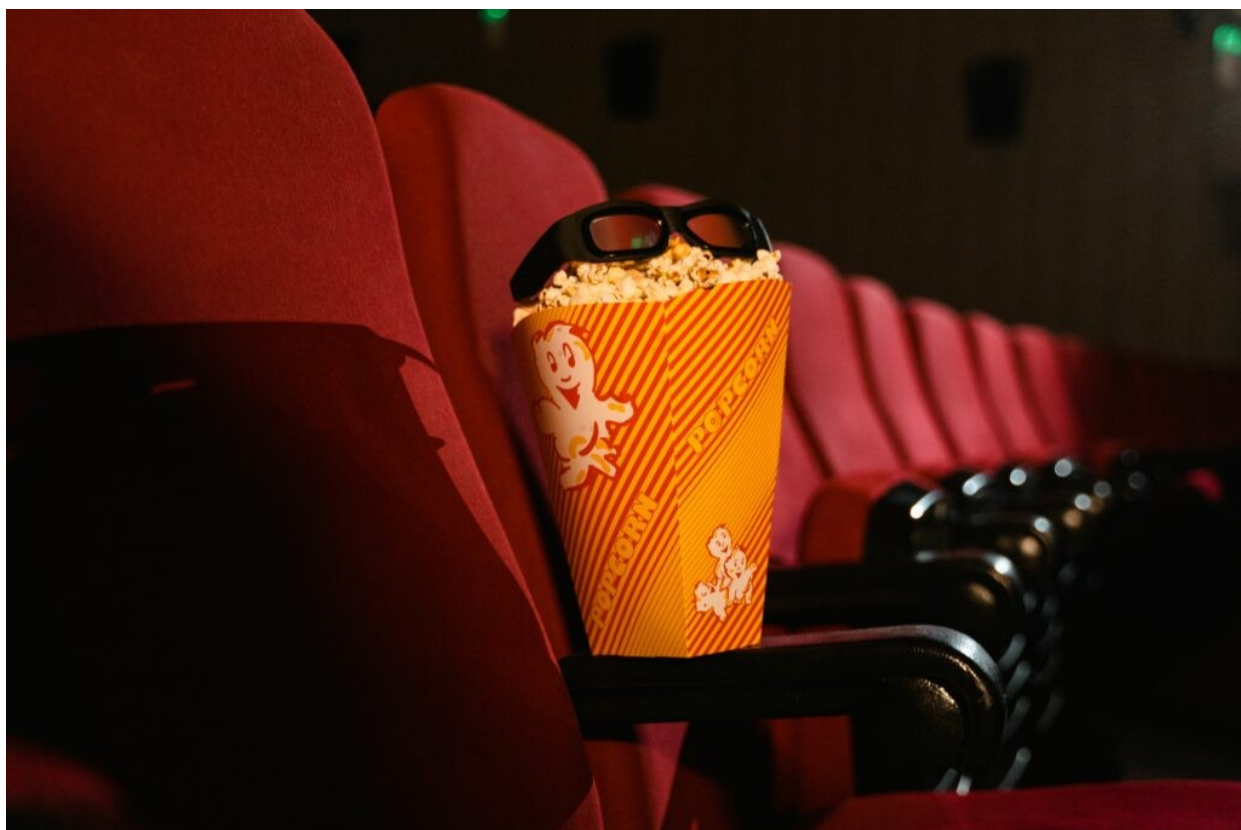
Sortie "Mon mardi au ciné"

Mardi 13 octobre - 13h15-17h - Cinéma de St-Michel-de-Maurienne

Prenez le temps d'aller au cinéma **pour voir le film "Les gardiennes de la planète"**.

En partenariat avec le Cinéma le Savoie et Mosaïca.

Tout public dès 6 ans - Payant (tarif [ici](#)) - Transport sur inscription (avec adhésion) jusqu'au 09/10



Sensibilisation au Deuil Périnatal

Mercredi 14 et jeudi 15 octobre - Salle multi-activités - Cinéma Star de St-Jean-de-Maurienne

La Fourmilière se mobilise à l'occasion de la Journée Mondiale du Deuil Périnatal et vous propose

des temps d'échanges, des ateliers, un film... **Le programme complet est [ici](#).**

- Mercredi 14 octobre - 10h00-12h00 - **Ateliers créatifs pour les familles**
- Jeudi 15 octobre - 09h00-11h00 - **Accueillir les émotions du deuil dans le couple**
- Jeudi 15 octobre - 20h30 - **Projection du film "Merci pour ta visite"**



Portes ouvertes France services - Atelier cybersécurité

Jeudi 15 octobre - 09h30-11h30 - France services située en Sous-Préfecture

A l'occasion des « portes ouvertes » et du mois de la cybersécurité, l'accueil [France services](#), propose un atelier sur ce thème. Vous découvrirez les **bases de la cybersécurité et les bons réflexes à adopter** pour des pratiques numériques plus sûres au quotidien.

Les agents France services ainsi que l'animateur de l'Espace Public Numérique seront disponibles pour répondre à vos questions. **Inscription au 07 52 07 24 76.** Plus d'info [ici](#).





Soirée Jeux au Café-bar Le Kiosque

Vendredi 16 octobre - 17h00-21h00 - St-Julien-Montdenis

Soirée jeux **proposée par les bénévoles les plus joueuses de La Fourmilière et la librairie Des Livres et Vous !** Découvrez des jeux pour tous les âges et de tous les styles dans une ambiance conviviale. Buvette et petite restauration sur place proposées par l'équipe du Kiosque.

Tout Public dès 3 ans - Gratuit sans adhésion - Sans inscription



Atelier créatif - Feuilles d'arbre en papier hollandais

Lundi 19 octobre - 10h00-12h00 - Salle multi-activités

L'automne vous inspire ? Christine vous guidera pas à pas pour **réaliser des feuilles d'arbre plus**

vraies que nature avec la technique du papier hollandais.

Tout Public dès 10 ans - Gratuit avec adhésion - Sur inscription

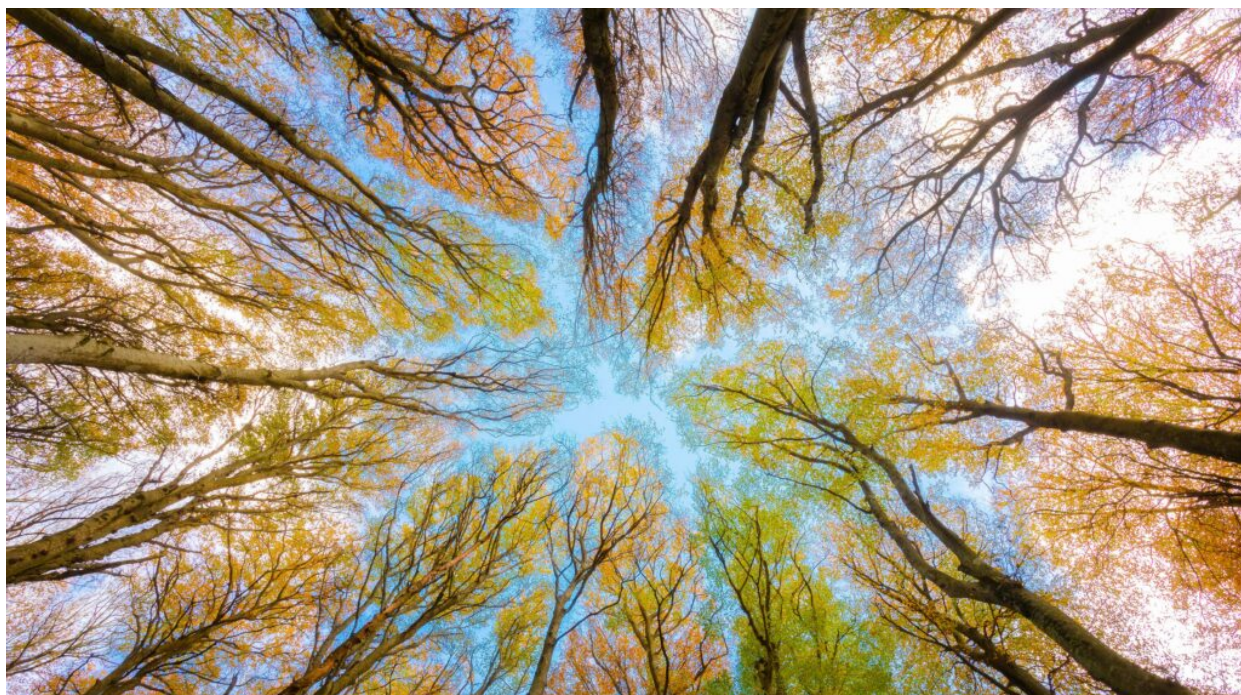


Lundi de La Dauphinelle - Les arbres

Lundi 19 octobre - 13h45-17h30 - La Combe St-Jean-de-Maurienne

C'est le rendez-vous naturaliste ouvert à tous et à ne pas manquer. **Regardez les arbres qui vous entourent d'un autre œil.** Détails de la journée [ici](#).

Tout Public dès 7 ans - Gratuit avec adhésion - Sur inscription





A vous de jouer

Mardi 20 octobre - 09h30-12h00 - Salle multi-activités

Amateurs de **jeux en tout genre**, venez passer une matinée placée sous le signe de la convivialité.

Séniors - Gratuit sans adhésion - Sans inscription

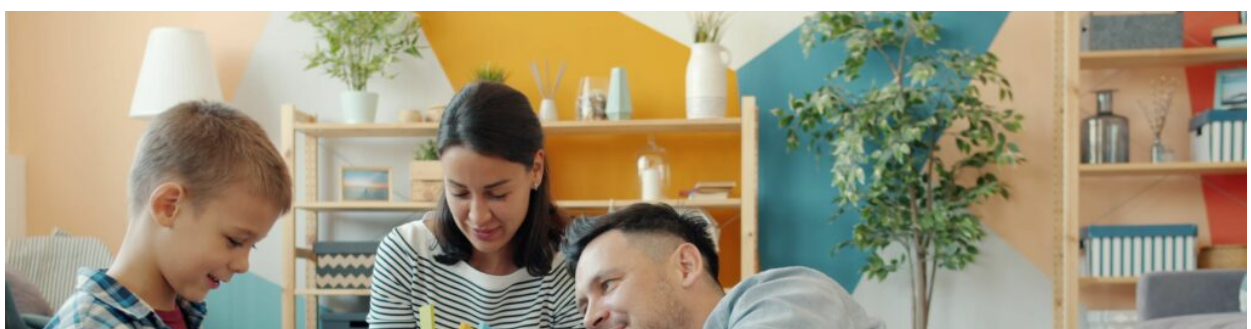


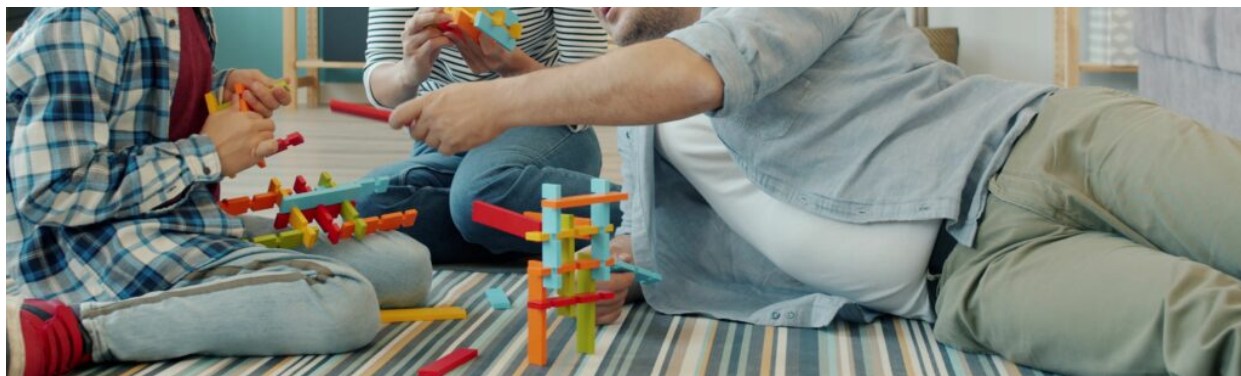
Le RDV des Familles

Mercredi 21 octobre - 09h30-11h30 - Salle multi-activités

Venez partager un moment convivial avec des **jeux et jouets, pour tous les âges**, autour d'une boisson chaude. **Échanges et rencontres seront au programme.**

Famille - Gratuit sans adhésion - Sans inscription





"La reine des neiges"

Mercredi 21 octobre - 14h30-17h30 - Théâtre Gérard Philippe St-Jean-de-Maurienne

Rendez-vous au théâtre pour aller voir le spectacle. Puis retour à La Fourmilière pour partager un **goûter et se faire coiffer et maquiller par Kessy et Aurélia** comme la reine des neiges, Elsa, Olaf...

Familles - Payant (10€ adulte/7€ - de 18 ans/Gratuit - de 6 ans) avec adhésion - Sur inscription



Fabrication de décorations du jardin

Jeudi 22 octobre - 09h30-12h00 - Résidence Bonne Nouvelle

Atelier de **créations de décorations pour le futur jardin de La Fourmilière** avec Magali de l'association "Environnement et partage".

Tout Public - Gratuit sans adhésion - Sur inscription



Expo photos "Il était une fois..."

Jusqu'au samedi 31 octobre - Aux horaires d'ouverture de l'accueil de La Fourmière
Dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale, plusieurs structures de St-Jean-de-Maurienne accueillent les **portraits de familles et d'enfants extraordinaires, touchés pas le handicap invisible** et mis en lumière par la photographe Lyssa.





——— INFOS & RESSOURCES ———

Association La Dauphinelle, le lutin de la nature

Découvrez le **programme d'octobre** [ici](#).

Demande de subvention pour les associations non-sportives

Les associations **non-sportives de St-Jean-de-Maurienne** qui souhaitent solliciter une subvention de la part de la ville pour l'année 2027 doivent déposer leur demande **avant le 10 novembre 2026**. Les dossiers sont à retirer auprès du secrétariat général, aux [heures d'ouverture de la mairie](#).

——— LE ZOOM DE LA SEMAINE ———

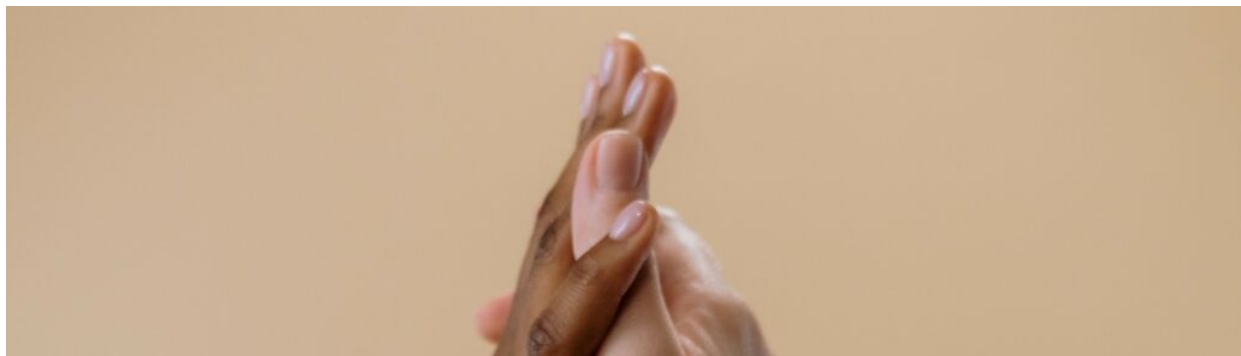
Octobre Rose

À l'occasion d'Octobre Rose, de **nombreuses animations** sont organisées sur notre territoire **pour sensibiliser au dépistage du cancer du sein**. Détails [ici](#).

Nous proposons un **atelier de confection de coussins cœur** le **samedi 10 octobre** de 14h00 à 17h30 qui seront **offerts à l'Hôpital de St-Jean-de-Maurienne**.

Retrouvez-nous ensuite le **samedi 17 octobre, sur le marché de St-Jean-de-Maurienne**, pour une matinée placée sous le signe de la solidarité et de la convivialité. Pains, bugnes, chocolats, bières, repas chauds et bien d'autres gourmandises seront proposés à la vente.

Une belle occasion de se retrouver, se régaler et soutenir ensemble cette belle cause **au profit des projets du service Hôpital de jour/Oncologie du CHVM de St-Jean-de-Mne**.





La Fourmilière

11 rue du Parc de la Vanoise
73300 Saint-Jean-de-Maurienne
04.79.59.90.56

[Se désabonner](#) | [Modifier votre inscription](#)