

LETTRE D'INFORMATION - MAI 2025

Médiathèque de Saint-Méloir-des-Ondes

INFO PRATIQUE

La médiathèque reste ouverte pendant les ponts de mai (sauf jours fériés). N'hésitez pas à venir nous voir !



BÉBÉS LECTEURS

Bébés Lecteurs



"Au jardin !"

9h30

Mardi 6 mai



Sur réservation



Si vous ne souhaitez plus recevoir cette lettre d'information, vous pouvez en faire la demande par un simple mail adressé à mediatheque@smdo35.fr

LETTRE D'INFORMATION - MAI 2025

Médiathèque de Saint-Méloir-des-Ondes

ESPACE BIEN-ÊTRE

**Du 6 mai au 30 juin 2025,
pendant les heures d'ouverture.**

Et si la médiathèque devenait aussi un lieu... pour souffler ?

**Du 6 mai au 30 juin,
un espace pas comme les autres s'invite chez nous...**

- Pour se reconnecter à soi-même
- Pour éveiller ses sens
- Pour relâcher la pression
- Pour apprivoiser ses émotions
- Pour tester des outils simples et apaisants
- L'Espace Bien-Être vous attend.



Venez découvrir, ressentir... et respirer.

Et ce n'est pas tout !

Nous vous proposerons également, gratuitement :

- des séances d'**initiation au yoga** parents-enfants,
- des séances d'initiation à la **méditation en pleine conscience** pour les enfants, des séances pour les adultes.

Gratuit – Sur inscription

Médiathèque - 14 place de la mairie, 35350 Saint Méloir des Ondes - 02.99.48.76.97
Avec le soutien de la Médiathèque départementale d'Ille-et-Vilaine



Méditation et Yoga à la Médiathèque

Dans le cadre de l'Espace Bien-Être

Séances d'initiation à la Méditation en pleine conscience

ces séances invitent à l'écoute de soi, à la respiration et à la détente.

Samedi 17 mai à 14h30

- Public adulte – Durée : 1h

Mercredi 21 mai à 14h30

- Enfants à partir de 5 ans – Durée : 30 min

Samedi 14 juin à 14h30

- Public adulte – Durée : 1h

Mercredi 18 juin à 14h30

- Enfants à partir de 5 ans – Durée : 30 min

Gratuit
Sur inscription



Venez découvrir, ressentir...
et respirer.

Initiation au Yoga parents et enfants

Avec Anne-Françoise GUILLOTEL, professeure de yoga, venez découvrir une pratique ludique, douce et accessible.

Mercredi 14 mai à 10h30

- Enfants à partir de 6 ans – Durée : 45 min

Mardi 10 juin à 17h30

- Public adulte – Durée : 1h30

Médiathèque - 14 place de la mairie, 35350 Saint Méloir des Ondes - 02.99.48.76.97

Si vous ne souhaitez plus recevoir cette lettre d'information, vous pouvez en faire la demande par un simple mail adressé à mediatheque@smdo35.fr

LETTRE D'INFORMATION - MAI 2025

Médiathèque de Saint-Méloir-des-Ondes

ATELIER CUISINE MAGIQUE



SAVE THE DATE : SAMEDI 28 JUIN

Les bestiaires imaginaires d'**Anne MONTEL** débarquent pour une journée festive à l'occasion de Partir en Livre !



Au programme :

- 🎨 Atelier créatif
- 👁️ Exposition magique
- 📖 Lectures animées
- 🍪 Goûter gourmand
- 📺 Et quelques surprises à emporter...

Si vous ne souhaitez plus recevoir cette lettre d'information, vous pouvez en faire la demande par un simple mail adressé à mediatheque@smdo35.fr