

janvier - mars 2026

Fêter l'anniversaire de votre enfant à La Hune

La Hune ouvre ses portes pour célébrer les anniversaires des enfants dans un cadre convivial et créatif !

Au programme : atelier artistique, gâteau et boum !

Tarif

200 € pour 10 enfants, 15 € par enfant supplémentaire.

Nous contacter

Contactez-nous à **contact@lahune.eu** pour choisir ensemble la date qui vous convient !



S'inscrire aux activités

En ligne



Pour vous inscrire à un événement, rendez-vous sur www.scopie.eu, onglet Agenda. Sélectionnez l'événement qui vous intéresse et suivez les indications.

Auprès de l'équipe de La Hune



à La Hune, les mercredis, jeudis ou vendredis de 10h à 17h.



au 06 85 59 37 39



à inscription@scopie.eu

Soutenir La Hune

De nombreux événements sont proposés gratuitement : adhérer à Scopie, c'est contribuer à faire vivre toutes ces activités et renforcer le projet !

Tarifs :

- 2 € pour les personnes physiques
- 30 € pour les personnes morales (avec accès à un espace ressources en ligne, pensé pour accompagner les professionnel·les des secteurs culturel et associatif)

Adhésion sur www.scopie.eu ou auprès de l'équipe de La Hune.



Déjà plus de trois mois que La Hune a ouvert ses portes... et qu'elle ne cesse de se remplir de vie !

Entre créations artistiques, ateliers, soirées conviviales ou coworking, le lieu s'ancre peu à peu comme une nouvelle maison culturelle pour le Bassin de Thau.

Pour ce deuxième trimestre, nous poursuivons l'aventure avec une programmation pensée pour tous les âges, toutes les curiosités et toutes les envies.

Toute l'équipe est heureuse de vous présenter la suite de cette belle histoire, et de vous accueillir encore plus nombreux·ses à La Hune !

création spectacle vivant

événements & ateliers

coworking & bureaux privés

ressources & formations

Proposer vos activités à La Hune

Au coeur de La Hune, deux espaces sont disponibles à la location pour accueillir vos activités.

La Houle : une grande salle de 160 m² avec parquet, modulable et divisible en deux. Idéale pour des ateliers artistiques, corporels ou de sport doux.

Le Récif : un espace chaleureux de 60 m², équipé de tables et chaises et d'un coin cuisine, parfait pour des ateliers manuels, réunions conviviales ou petits événements. Il dispose également d'un espace type salle de formation.

Ces espaces sont disponibles à la location de manière **ponctuelle** ou **régulière**. Vos événements organisés à La Hune bénéficient d'une **visibilité dans son programme web et papier**.

Travailler à La Hune

Situé à l'étage de La Hune, le Phare dispose de bureaux en coworking en open-space.

- ✦ Bureaux assis / debout
- ✦ Casiers avec clés pour les locations au mois
- ✦ Pédaliers et mini-élliptique en libre-service
- ✦ Toutes charges incluses
- ✦ Thé et café à volonté
- ✦ Un bureau privatif disponible sur réservation pour vos appels et visio
- ✦ Cuisine partagée
- ✦ Du lundi au vendredi, de 7h à 21h

Locations disponibles à la journée, à la semaine, au mois ou avec une carte 10 journées.

Tarifs et infos : contact@lahune.eu

-10% pour les associations domiciliées à Frontignan

À propos de Scopie

SCOPIE

Installée à Frontignan depuis 2019, Scopie, structure porteuse de La Hune, est une association culturelle qui accompagne les professionnel·les du spectacle vivant et favorise l'accès à la culture pour toutes et tous.

Elle est également l'organisatrice du Scopie Fun Fest, un festival estival et convivial qui se déroule Crique de l'Angle de Balaruc-le-Vieux depuis 2021.

Permanences Guid'Asso



Scopie est labellisée Guid'Asso et propose un accompagnement gratuit à toutes les associations du territoire, quel que soit leur secteur.

Permanence un lundi matin sur deux.

Réservez votre créneau sur www.scopie.eu.

Permanences spectacle vivant

Scopie met également en place des permanences gratuites spécialisées pour les artistes du spectacle vivant afin de les conseiller et de les orienter sur leurs questionnements administratifs, artistiques ou professionnels.

Avec Sophie Laurent, directrice de Scopie et Virgile Dagneaux (cie Virgule), artiste associé à La Hune. Permanences les 10 février et 16 mars 2026.



23 avenue Frédéric Mistral
34 110 Frontignan

Se rendre à La Hune

10 minutes à pied de la gare de Frontignan. Places de parking gratuites dans les rues adjacentes.
Arrêt de bus : Square de la Liberté.

Horaires

Lieu ouvert les mercredis, jeudis et vendredis, de 10h à 17h ainsi que lors des événements indiqués dans ce programme.
Coworking : du lundi au vendredi, de 7h à 21h.

Contacts

Informations générales et locations : contact@lahune.eu
Inscriptions aux événements : inscription@scopie.eu
06 85 59 37 39
www.scopie.eu

Accessibilité

Les espaces conviviaux de La Hune sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.



f La Hune Tiers-lieu
@ lahune_tierslieu



LES ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Nouveau !
La Hune et sa buvette sont désormais ouvertes tous les **mercredis, jeudis et vendredis de 10h à 17h !**

Lundi (deux fois par mois)

18h30-19h30 – Renforcement musculaire

Avec Vaéa Coach, exclusivement réservé aux femmes
12€ séance unique, 60€ Pack trimestriel 6 séances
inscription : 07 66 68 86 68
Dates : 12 et 26 janvier / 9 et 19 février / 2 et 23 mars

Mercredi

14h-17h – Café Papote

Venez papoter à La Hune, boire un café ou profiter de jeux en libre accès ! Gratuit, entrée libre

18h-19h30 (du 14 janvier au 11 février) – Atelier fabrication de masque en papier mâché

Fabriquez votre masque pour le carnaval !
Grands ados & adultes, 30€ pour les 5 ateliers, sur inscription

Jeudi

15h-16h30 – Tricot-thé

Venez profitez d’une après-midi tricot autour d’un bon thé chaud ! Aiguilles et pelotes à disposition. Gratuit, entrée libre

15h-16h30 – Aide au numérique

Venez demander un coup de main pour l’utilisation de votre téléphone ou ordinateur ! Gratuit, entrée libre

19h30-21h – Qi Gong

Avec le Blob, Manuella Cortes Thonon
15€ la séance, abonnement trimestriel : 90€ + 20€ d’adhésion sur inscription : 06 25 93 59 03
Hors vacances scolaires

Vendredi

14h-17h – Café Papote

14h-17h – Tarot & Belote

Pour les joueurs et joueuses passionné-es, les débutants et débutantes, et toutes les personnes souhaitant simplement s’amuser !

FÉVRIER

Dimanche 1

10h-17h – Apprentissage de l’auto-hypnose

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif, dès 15 ans, 50€ sur inscription

Mardi 3

18h30-20h30 – Atelier découverte de l’hypnose

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif, dès 14 ans, 3€ sur inscription

Samedi 7

19h30 – Spectacle de théâtre *Bonjour, bonsoir*

Avec les DÉSAXÉS, L’Atelier Théâtre
Dès 10 ans, 5€ sur réservation, 06 50 94 57 59
Pièce de Robert Poudérou

Mardi 10

12h-14h – Déj pro : Travailler dans l’associatif et métier passion : poser un cadre

Gratuit, sur inscription

14h-16h – Permanence spectacle vivant

À destination des professionnel·les, gratuit, sur inscription
19h30-20h30 – Atelier Santé Autonome “Mains Vivantes”
Avec MM Equilibre
15€ Tarif Plein, 5€ Tarif Réduit, sur inscription : 06 84 83 93 93 ou celinereflexologie2b@gmail.com

Mercredi 11

14h-16h – Crêpes party

Prix libre, sur inscription

Vendredi 13

19h30 – La Hune Comedy Club, soirée stand up

Avec Anaïs Klein
8€ tarif plein, 5€ tarif réduit, réservation conseillée

JANVIER

Vendredi 9

19h – Soirée jeu : loups garous

Gratuit, inscription conseillée

Mardi 13

12h-14h – Dej pro : Agenda d’artiste, trouver l’équilibre entre création artistique et tâches administratives

Gratuit, sur inscription

19h30-20h30 – Atelier santé Autonome : la cohérence cardiaque

Avec MM Equilibre
15€ Tarif Plein, 5€ Tarif Réduit, sur inscription : 06 84 83 93 93 ou celinereflexologie2b@gmail.com

Mercredi 14

14h- 16h – Galette partagée

Prix libre, inscription conseillée

Samedi 17

10h- 11h30 – Atelier fabrication de Kombucha

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif, 8€ sur inscription

Dimanche 18

9h- 12h – Théâtre thérapie “Ce que je n’ai pas pu dire”

Avec Candie Fabrégal, L’Atelier Théâtre
Pour adultes, 40€, sur inscription au 06 50 94 57 59 ou à candiefabregal@yahoo.fr

Mercredi 21

14h-16h – Initiation granny squares au crochet

Prix libre, sur inscription

19h30 – Projection-Débat : Parlons peu, parlons coop !

Documentaire Food Coop

Avec le CPIE Littoral d’Occitanie et Regards Coopératifs
Gratuit, sur inscription

Samedi 14

10h-11h30 – Atelier fabrication de baume de tigre

Avec Nature Academy
Dès 6 ans (avec accompagnateur·rice)
25€ par binôme, sur inscription
15h-17h – Atelier découverte du Swing
Avec Seaside Swing, pour adultes, 25€ sur inscription, KickStepSwing@gmail.com

Dimanche 15

9h- 12h – Théâtre thérapie “Ce que je n’ai pas pu dire”

Avec Candie Fabrégal, L’Atelier Théâtre
Pour adultes, 40€, sur inscription au 06 50 94 57 59 ou à candiefabregal@yahoo.fr

Mardi 17

19h-21h – Conférence-atelier : ne plus rester dans le flou grâce au nerf vague

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif
Dès 14 ans, 3€ sur inscription

Mercredi 18

14h-16h – Initiation granny squares au crochet

Prix libre, sur inscription

Vendredi 20

19h30 – Spectacle d’improvisation

Avec l’École de théâtre Ah bon ?
Prix libre sur place, réservation conseillée

Du lundi 23 au vendredi 27

10h-12h – Stage théâtre

Avec Tom de Scopie, de 7 à 12 ans, 60€ la semaine, sur inscription

Mercredi 25

14h-16h – Atelier créatif aquarelle

Prix libre, sur inscription

Vendredi 23

19h – Soirée Quizz et blindtest

Gratuit, sur inscription

Mercredi 28

14h-16h – Atelier créatif origami

Prix libre, sur inscription

Samedi 31

10h-11h30 – Atelier-spectacle en famille “Maman Dragonne”

Avec la compagnie Les Nuits Claires
Théâtre et arts plastiques
Pour les enfants de 5 à 11ans et leurs parents
15€ par binôme, 5€ par personne supplémentaire, sur inscription



Les événements suivis par ce sigle sont proposés par l’association Scopie. Les autres événements sont proposés par d’autres structures, précisées en dessous de leur titre.

MARS

Vendredi 6

19h – Soirée quizz et blindtest

Gratuit, inscription conseillée

Mardi 10

12h-14h – Déj pro : Entreprendre en tant que femme

Gratuit, sur inscription

19h30-20h30 – Atelier santé autonome “jambes légères”

Avec MM Equilibre, 15€ Tarif Plein, 5€ Tarif Réduit sur inscription 06 84 83 93 93 ou celinereflexologie2b@gmail.com

Mercredi 11

14h-16h – Initiation granny squares au crochet

Prix libre, sur réservation

Jeudi 12

18h30-20h30 – Atelier découverte de l’hypnose

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif
Dès 14 ans, 3€ sur inscription

Samedi 14

19h30 – One woman show : Lily Benmeni, *La Boucle est bouclée*
Tarif plein 15€, Tarif réduit 12€, sur réservation

Dimanche 15

9h- 12h – Théâtre thérapie “Ce que je n’ai pas pu dire”

Avec Candie Fabrégal, L’Atelier Théâtre
Pour adultes, 40€, sur inscription au 06 50 94 57 59 ou à candiefabregal@yahoo.fr

Lundi 16

14h-16h – Permanence spectacle vivant

À destination des professionnel·les, gratuit, sur inscription

Mardi 17

18h30-20h30 – Hypnose avec photostimulation

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif
Dès 14 ans, 8€ sur inscription

LA SAISON SCOPIE À LA HUNE



LES MATINÉES EN FAMILLE

Samedi 31 janvier, 10h-11h30

compagnie Les Nuits Claires
Spectacle & atelier / Théâtre et arts plastiques

Samedi 21 mars, 10h-11h30

Compagnie Oreille de Loup
Spectacle & atelier / Conte sonore



LES SPECTACLES

Jeudi 26 mars, 19h

“Pour en finir avec l’origine du Monde”, Détachement international du Muerto Coco

Fin d’enquête psychédélique autour de la parentalité, 1h10, dès 8 ans

Après 4 ans à produire des spectacles de théâtre documentaire sur la parentalité, Charlotte et Raphaëlle entrent ici en territoire inconnu. Comme à la chasse aux papillons, elles partent dans les prairies cosmiques de leur inconscient, à la recherche de leur parole intime sur ce vaste sujet.



Samedi 21

10h-11h30 – Atelier-spectacle en famille “Aria et la montagne qui chantait”

Avec la compagnie Oreille de Loup, conte sonore
Pour les enfants de 6 à 10 ans et leurs parents
15€ par binôme, 5€ par personne supp, sur inscription

15h-17h – Atelier découverte du Swing

Avec Seaside Swing, pour adultes, 25€ sur inscription, KickStepSwing@gmail.com

Dimanche 22

10h-17h – Journée d’initiation et de formation aux soins énergétiques LaHoChi

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif, dès 14 ans, 50€ sur inscription

Mercredi 25

14h-16h – Atelier créatif bijoux en perles

Prix libre, sur inscription

Jeudi 26

19h – Spectacle *Pour en finir avec l’origine du monde*

Compagnie Muerto Coco, théâtre, dès 8 ans
Prix libre sur place, réservation conseillée

Dimanche 28

16h30-18h30 – Atelier découverte de l’hypnose pour les enfants

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif, dès 14 ans, 8€ sur inscription

Mardi 31

19h-21h – Conférence-atelier : Comprendre les dynamiques de groupe : les 5 dysfonctions selon Patrick Lencioni

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif, dès 14 ans, 3€ sur inscription