

avril - juin 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](mailto:contact@lahune.eu) pour choisir ensemble la date qui vous convient !

## PROGRAMME

ESCALE CRÉATIVE  
**la Hune**  
AU CŒUR DU BASSIN DE THAU

SCOPTE



## S'inscrire aux activités

### En ligne



Pour vous inscrire à un événement, rendez-vous sur [www.scopie.eu](http://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](mailto: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](http://www.scopie.eu) ou auprès de l'équipe de La Hune.

la Hune

Voilà 6 mois que La Hune grandit avec vous : des rencontres qui se multiplient, des projets qui émergent, des habitudes qui s'installent... La Hune devient peu à peu un espace partagé, vivant et ouvert, au cœur du Bassin de Thau.

Dans ce nouveau programme, vous retrouverez vos rendez-vous préférés, mais aussi une foule de nouvelles propositions : des ateliers imaginés par nos bénévoles, des événements inédits et d'autres surprises.

Fidèle de la première heure ou nouvel·le arrivant·e, il y a toujours de quoi vous plaire à La Hune.

Alors à très vite !

### création spectacle vivant

### événements & ateliers

### coworking & bureaux privés

### ressources & formations

## Proposer vos activités à La Hune

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

**La Houle** : une grande salle de 160 m<sup>2</sup> avec parquet, modulable et divisible en deux. Idéale pour des ateliers artistiques, corporels ou de sport doux.

**Le Récif** : un espace chaleureux de 60 m<sup>2</sup>, 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-électrique 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](mailto:contact@lahune.eu)

-10% pour les associations domiciliées à Frontignan

## À propos de Scopie

SCOPTE

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 chaque année depuis 2021 sur le Bassin de Thau.

### Permanences Guid'Asso



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

Demandez votre rendez-vous sur [www.scopie.eu](http://www.scopie.eu).

ESCALE CRÉATIVE  
**la Hune**  
AU CŒUR DU BASSIN DE THAU

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](mailto:contact@lahune.eu)  
Inscriptions aux événements : [inscription@scopie.eu](mailto:inscription@scopie.eu)  
06 85 59 37 39  
[www.scopie.eu](http://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

**Lundi**

Maintenant **tous les lundis**

**18h30-19h30 - Renforcement musculaire**

Avec Vaéa Coach, exclusivement réservé aux femmes  
12€ la séance, 110€ le trimestre  
inscription : 07 66 68 86 68  
*Tous les lundis sauf pendant les vacances scolaires*

**Mardi**

**Nouveau**

**18h30-19h30 - Pilates**

Avec l'association Pilates Yoga Bien-être  
10€ la séance  
inscription : 06 06 40 96 71  
*Tous les mardis sauf pendant les vacances scolaires*

**Jeudi**

**15h-16h30 - Tricot-thé**

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

**Vendredi**

**14h-17h - Tarot & Belote**

Pour les joueurs et joueuses passionné-es, les débutants et débutantes, et toutes les personnes souhaitant simplement s'amuser ! Gratuit, entrée libre

🌸 Événements proposés par l'association Scopie  
🌿 Événements proposés par les bénévoles de La Hune  
Les autres événements sont proposés par d'autres structures, précisées en dessous de leur titre

## MAI

**Mardi 5**

**12h-14h - Dej pro : Agenda d'artiste, trouver l'équilibre entre création artistique et tâches administratives**  
Gratuit, sur inscription

**Mercredi 6**

**10h30-11h30 - Café Philo**

Gratuit, entrée libre

**14h30-16h - Atelier parent-enfant : relaxation sonore et atelier créatif**

Avec Hop Hop Hop ! et Ma Bulle & Sens / Dès 4 ans  
28€ par binôme, 8€ par personne supplémentaire, sur réservation au 07 82 32 54 99

**19h-20h30 - Conférence-atelier - révolution chronobiologique : vivre en accord avec ses rythmes naturels**

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif  
5€, sur inscription

**Jeudi 7**

**19h - Soirée Just Dance**

Avec Play Thou'gether / Prix libre, sur inscription

**Dimanche 10**

**15h - Le grand loto de La Hune**

3€ le carton, 12€ les 6, 18€ les 12, inscription conseillée

**Mercredi 13**

**14h-16h - Atelier couture : fabriquer votre peluche**

Dès 12 ans / Prix libre, sur inscription

**Vendredi 15**

**18h - Soirée jeux de société et jeu grandeur nature**

Avec Play Thou'gether / Prix libre, inscription conseillée

**Samedi 16**

**9h30-12h30 - Atelier cuisine végétale et repas partagé**

30€, inscription avant le 12 mai

## AVRIL

**Mercredi 1**

**14h30-16h - Atelier parent-enfant : massage sur chaise et atelier créatif**

Avec Hop Hop Hop ! et Ma Bulle & Sens  
Dès 4 ans / Prix libre, sur réservation au 07 82 32 54 99

**Vendredi 3**

**19h - Soirée jeux de société**

Avec Play Thou'gether / Prix libre, inscription conseillée

**Samedi 4**

**19h - Soirée quizz - culture générale & Blind Test**

Gratuit, inscription conseillée

**Mardi 7**

**9h30-12h30 - Atelier cuisine végétale et repas partagé**

30€, inscription avant le 3 avril

**18h-20h - Atelier : mieux communiquer sur mon association**

Avec Entr'assos, animé par Scopie / Gratuit, sur inscription

**Mercredi 8**

**10h30-11h30 - Café Philo**

Gratuit, entrée libre

**14h-16h - Atelier créatif : origami**

Prix libre, sur inscription

**Vendredi 10**

**20h - One Woman Show de Florence Trébuchon - Existe**

Tarif Plein 10€, Tarif Réduit 8€, inscription conseillée

**Mercredi 15**

**19h-21h - Conférence : mieux se comprendre mieux communiquer**

Avec Yvan Godard / 3€, sur inscription

**Vendredi 17**

**19h - Soirée jeu : Loups-garous de Thiercelieux**

Avec Play Thou'gether / Gratuit, sur inscription

**Samedi 18**

**10h-15h - Braderie & Brunch**

5€ le stand sur réservation à contact@lahune.eu  
Visiteur-euses : gratuit, entrée libre

**Du lundi 20 au vendredi 24**

**14h-16h - Stage d'initiation au théâtre**

Avec Tom de Scopie / de 8 à 12 ans / 60€ sur inscription

**Mardi 21**

**18h-20h - Café Linux : adieu Windows, bonjour Linux !**

Avec Hacker Space du Bassin de Thau / Gratuit, entrée libre

**Mercredi 22**

**10h30-11h30 - Café Philo**

Gratuit, entrée libre

**14h-16h - Atelier créatif : argile autodurcissante**

Prix libre, sur inscription

**Jeudi 23**

**10h30-12h - Atelier-jeu "Gardiens des forêts"**

Avec l'association Kimiyo, dans le cadre du festival Terres d'ailleurs  
Dès 8 ans / gratuit, sur inscription

**Vendredi 24**

**19h - Soirée Karaoké**

Gratuit, inscription conseillée

**Mercredi 29**

**10h-12h - Café de l'Europe : jeux et découvertes**

Avec les volontaires européens de Frontignan

Gratuit, entrée libre

**14h-16h - Atelier crochet : initiation aux granny squares**

Prix libre, sur inscription

## JUIN

**Mercredi 3**

**10h30-11h30 - Café Philo**

Gratuit, entrée libre

**Vendredi 5 et Samedi 6**

**Festival Scopie Fun Fest**

Édition à La Hune

Gratuit, entrée libre

Spectacles et animations, tout public

**Mardi 9**

**9h30-12h30 - Atelier cuisine végétale et repas partagé**

30€, inscription avant le 5 juin

**18h-19h30 - Conférence-atelier : Gérer son temps, son énergie et sa charge mentale**

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif,  
dès 16 ans / 5€, sur inscription

**Mercredi 10**

**10h30-11h30 - Café Philo**

Gratuit, entrée libre

**14h-16h - Atelier créatif : collage et scrapbooking**

Prix libre, sur inscription

**Jeudi 11**

**19h - Soirée jeux de cartes**

Avec Play Thou'gether / Prix libre, inscription conseillée

**Vendredi 12**

**20h - Spectacle de théâtre Une soirée entre amis**

Avec L'Atelier Théâtre de Frontignan / 5€, réservation au 06 50 94 57 59

**Samedi 13**

**10h30-11h30 - Atelier d'initiation au kombucha**

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif / 9€, sur inscription

## HORAIRES

**Le Récif** espace de convivialité

Du mercredi au vendredi, de 10h à 17h, avec sa **buvette**, son **espace enfant**, des **jeux de société** en libre accès et un **espace multimédia**.



**Le Phare** espace de coworking

Du lundi au vendredi de 7h à 21h.



La Hune est également ouverte lors des événements indiqués sur ce programme.

**Des événements peuvent s'ajouter au cours du trimestre. Pensez à regarder l'agenda en ligne sur [www.scopie.eu](http://www.scopie.eu)**

**Mardi 16**

**18h-20h - Café Linux : adieu Windows, bonjour Linux !**

Avec Hacker Space du Bassin de Thau  
Gratuit, entrée libre

**Samedi 20**

**16h-18h - Initiation au théâtre d'improvisation**

Compagnie Deux Impro / 20€, sur inscription

**20h - Spectacle d'improvisation Challenge Accepted**

Compagnie Deux Impro / 10€ Tarif Plein, 8€ Tarif Réduit, inscription conseillée

**Mardi 23**

**12h-14h - Dej pro : Renforcer l'engagement bénévole et dynamiser sa gouvernance**

Gratuit, sur inscription

**17h-18h30 - Démonstration-atelier : explorer les technologies au service de l'hypnose, de la relaxation, du sommeil et de l'auto-hypnose**

Avec Yvan Godard, Hypnose et accompagnement neurocognitif / 5€, sur inscription

**Mercredi 24**

**10h-12h - Café de l'Europe : jeux et découvertes**

Avec les jeunes volontaires européens de Frontignan  
Gratuit, entrée libre

**14h-16h - Atelier crochet : initiation aux granny squares**

Prix libre, sur inscription

**Jeudi 25**

**19h - Soirée jeu : Loups-garous de Thiercelieux**

Avec Play Thou'gether  
Gratuit, sur inscription