

sept - 2026

PROGRAMME



SCOPIE

NOVEMBRE

MER. 4 14h-16h - Atelier attrape soleil 🌞
Dès 10 ans, 5€ sur place, sur inscription

JEU. 5 9h-10h - Atelier bien-être : respiration (Pranayama)
Marina Yoga Moon
Dès 15 ans, 12€ la séance, 40€ les 4, sur inscription : 06 17 25 58 46
17h-18h - Café Philo 🌿
Gratuit, entrée libre

VEN. 6 20h - Spectacle *Comment j'ai bouffé tout le petit pot de beurre*
Collectif SNLR, théâtre
Tout public, 1h
Participation libre (chapeau), sur réservation

SAM. 7 10h30-12h - Danse intuitive
Au fil de Claire
Pour adultes et seniors / 20€
sur inscription : 07 60 56 04 51

SAM. 13 19h - Soirée quiz 🌞
Gratuit, sur inscription

MAR. 17 12h-14h - Dej pro : diversifier ses financements : quelle place pour le mécénat ?
Scopie
Gratuit, sur inscription
18h-20h - Café Linux : adieu Windows, bonjour Linux !
Hacker Space du Bassin de Thau
Gratuit, entrée libre

MER. 18 16h-17h30 - Blind test des ados 🌞
Dès 13 ans, gratuit, sur inscription

JEU. 19 17h-18h - Café Philo 🌿
Gratuit, entrée libre

VEN. 20 9h-13h - Atelier cuisine & repas partagé 🌿
Dès 16 ans,
30€ sur inscription avant le 17 novembre
19h30 - Spectacle *L'idée de la Soupe*
Trifouillis compagnie, théâtre et marionnette,
Tout public, 30min
Participation libre (chapeau), sur inscription

LUN. 23 19h30-21h - Conférence-atelier : Gestion des émotions : de quoi parle-t-on et comment faire ?
Yvan Godard, hypnothérapeute
5€, sur inscription

MER. 25 14h-16h - Atelier origami 🌞
Dès 10 ans, prix libre sur place, sur inscription

SAM. 28 10h-17h - Apprentissage de l'auto-hypnose
Yvan Godard, hypnothérapeute
samedi : débutant-es, dimanche : approfondissement
70€ la journée, 110€ les 2 jours, 20€ la journée pour les révisant-es, sur inscription

LUN. 30 9h30-17h30 - Formation : comprendre et structurer les ressources humaines de son association
Scopie
Gratuit, sur inscription

DÉCEMBRE

MER. 2 14h-16h - Atelier scrapbooking 🌞
Prix libre, sur inscription

JEU. 3 9h-10h - Atelier bien-être : Yoga doux & Lâcher prise
Marina Yoga Moon
Dès 15 ans, 12€ la séance, 40€ les 4 sur inscription : 06 17 25 58 46
17h-18h - Café Philo 🌿
Gratuit, entrée libre

VEN. 4 20h - Spectacle *Le bon coin du feu*
compagnie Le Crit Dévot, théâtre
Dès 12 ans, 1h
Participation libre (chapeau), sur réservation

SAM. 5 10h30-12h - Danse intuitive
Au fil de Claire
Pour adultes et seniors / 20€
sur inscription : 07 60 56 04 51

LUN. 7 19h-20h30 - Atelier découverte de l'hypnose
Yvan Godard, hypnothérapeute
5€, sur inscription

MER. 9 14h-16h - Initiation au crochet 🌞
Prix libre, sur inscription

SAM. 12 10h-13h - Atelier découverte de la communication non-violente
Yvan Godard, hypnothérapeute
Dès 15 ans, 25€, sur inscription

DIM. 13 9h-17h - Initiation et formation aux soins énergétiques LaHoChi
Yvan Godard, hypnothérapeute
Dès 14 ans, 80€, révisant-es 20€, sur inscription

LUN. 14 9h30-17h30 - Sensibilisation aux risques de violences sexistes et sexuels (VSS)
Scopie
Gratuit, sur inscription

MER. 16 14h-16h - Argile auto-durcissante 🌞
5€ sur place, sur inscription

JEU. 17 17h-18h - Café Philo 🌿
Gratuit, entrée libre

VEN. 18 19h - Soirée karaoké 🌞
Gratuit, sur inscription

SAM. 19 9h-13h - Atelier cuisine & repas partagé 🌿
Dès 16 ans, 30€ sur inscription avant le 16 décembre

LUN. 21 10h-12h - Ateliers de pratique artistique
Scopie
MAR. 22 Programme détaillé à venir
MER. 23



Fin septembre, La Hune soufflera sa première bougie. Voilà un an que les portes de cet ancien hangar agricole se sont ouvertes et que vous êtes chaque semaine plus nombreux et nombreuses à les franchir.

Vous venez assister à un spectacle, créer, jouer, travailler, participer à un atelier ou simplement prendre un café. Vous venez aussi proposer des ateliers, donner un coup de main, vous impliquer... et peu à peu faire de ce lieu le vôtre.

Pour cette nouvelle saison, on continue dans cette direction : renforcer les activités régulières, créer de nouveaux rendez-vous, pour que La Hune devienne encore un peu plus un véritable lieu de vie : celui où l'on a ses habitudes, ses têtes connues, et toujours quelque chose à découvrir.

création spectacle vivant

événements & ateliers

coworking & bureaux privés

ressources & formations

LA SAISON SCOPIE À LA HUNE

SCOPIE

Scopie, association culturelle porteuse de La Hune, accompagne des artistes et compagnies du spectacle vivant dans leur parcours de création. Tout au long de la saison, Scopie invite ces artistes à La Hune pour des résidences de création, puis vous ouvre les portes de leur travail : spectacles, étapes de travail, ateliers de pratique artistique... Autant d'occasions de découvrir les créations du territoire !

LES SPECTACLES sur réservation participation libre (chapeau)

26 sept, 17h - Spectacle
Infos à venir

26 sept, 19h - Boom Boom spectacle en création
Elise Batifort, DJ set théâtralisé
Dès 10 ans, 1h30

31 oct, 16h30-17h30 - La Planète aux bonbons
Brice Depoortere, magie
Dès 5 ans, 45min

6 nov, 20h - Comment j'ai bouffé tout le petit pot de beurre spectacle en création
Collectif SNLR, théâtre
Tout public, 1h

20 nov, 19h30 - L'idée de la Soupe spectacle en création
Trifouillis compagnie, théâtre et marionnette
Tout public, 30min

4 décembre, 20h - Le bon coin du feu
compagnie Le Crit Dévot, théâtre
Dès 12 ans, 1h

LES ATELIERS

Du 19 au 23 octobre, de 14h à 16h
Du 21 au 23 décembre, de 10h à 12h
Ateliers artistiques avec des artistes pro
Programme détaillé à venir



23 avenue Frédéric Mistral
34 110 Frontignan

S'inscrire aux activités

> en ligne : www.scopie.eu, onglet Agenda.
Sélectionnez l'événement qui vous intéresse et suivez les indications
> auprès de l'équipe de La Hune

Contacts

contact@lahune.eu
06 85 59 37 39

Horaires

Le Récif - Buvette, espace enfants, jeux & aide au numérique : mercredi-vendredi, 10h-17h
Le Phare - Coworking : lundi-samedi, 7h-21h

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.

Proposer vos activités

Tous les espaces de La Hune sont disponibles à la location. Contactez-nous pour proposer vos activités.

Accessibilité

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



f La Hune Tiers-lieu
@ lahune_tierslieu

SEPTEMBRE

SAM. 5 10h30-12h - Danse intuitive

Au fil de Claire
Pour adultes et seniors / 20€,
sur inscription : 07 60 56 04 51

19h30 - Soirée Loups-garous de Thiercelieux

Play Thau'gether
Gratuit, sur inscription

LUN. 7 12h-14h - Dej pro : calculer et défendre son prix de cession

Scopie
Gratuit, sur inscription

MER. 9 10h30-12h - Concours de dessin

Pour les - 12 ans, gratuit, sur inscription

14h-15h30 - Décore ta Hune

Dès 6 ans, gratuit, entrée libre

JEU. 10 9h-10h - Atelier bien-être : initiation à la méditation

Marina Yoga Moon
Dès 15 ans, 12€ la séance, 40€ les 4,
sur inscription : 06 17 25 58 46

SAM. 12 19h30 - Soirée jeux de société

Play Thau'gether
Prix libre sur place, sur inscription

DIM. 13 10h-18h - Salon du bien-être

Yvan Godard, hypnothérapeute
Entrée libre

LUN. 14 19h30-21h - Conférence : notre cerveau, précieux allié ou fauteur de troubles au quotidien

Yvan Godard, hypnothérapeute
5€, sur inscription

MER. 16 10h30-12h - Atelier origami

Prix libre, sur inscription

14h-15h30 - Décore ta Hune

Dès 6 ans, gratuit, entrée libre

VEN. 18 20h - One woman show : Marie Toujours En-Vie !

Marie Loison
Dès 14 ans, 15€ TP, 10€ TR, sur réservation

MAR. 22 18h-20h - Café Linux : adieu Windows, bonjour Linux !

Hacker Space du Bassin de Thau
Gratuit, entrée libre

MER. 23 11h-12h - Atelier attrape soleil

Dès 10 ans, 5€ sur place, sur inscription

14h-15h30 - Décore ta Hune

Dès 6 ans, gratuit, entrée libre

JEU. 24 17h-18h - Café Philo

Gratuit, entrée libre

SAM. 26 1 an de La Hune

16h-17h - Atelier de pratique artistique

Infos à venir

17h-18h - Spectacle

Infos à venir

18h-19h - Village d'animations des résident-es de La Hune

Entrée libre

19h-20h30 - Spectacle Boom Boom

Elise Batifort, DJ set théâtralisé
Dès 10 ans, participation libre (chapeau), sur réservation

20h30 - Soirée quiz

Gratuit, sur inscription

MAR. 29 9h-13h - Atelier cuisine & repas partagé

Dès 16 ans, 30€ sur inscription avant le 26 septembre

MER. 30 10h30-12h - Jeux en dessins

Dès 7 ans, gratuit, sur inscription

14h-16h - Initiation au crochet

Prix libre, sur inscription

🌿 Événements proposés par l'équipe de La Hune

🌿 Événements proposés par les bénévoles de La Hune

Les autres événements sont proposés par d'autres structures, précisées en dessous de leur titre

LES ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Lundi

18h-19h - Sophrologie : équilibre et sérénité

O Sophro 34
Tout public
15€ la séance, 135€ les 10 cours, 150€ le trimestre, 480€ l'année
inscription : 06 77 56 14 09 / jacquelineraluy@hotmail.fr

19h30-21h30 - Théâtre d'improvisation

cie Arts Murmures
Adultes
300€ l'année
inscription : contact@artsmurmures.fr

Mardi

18h30-19h30 - Pilates

Association Pilates Yoga Bien-être
Dès 14 ans

Mercredi

18h-19h - Pilates

Association Pilates Yoga Bien-être
Dès 14 ans
230€ l'année (+20€ nouveaux adhérents)
inscription : 06 06 40 96 71

19h15-20h15 - Dancehall, niveau avancé

20h15-21h15 - Dancehall, niveau débutant

D.liligh Prod
Dès 16 ans
12€ la séance, 110€ le trimestre, 270€ l'année
inscription : d.lilighproduction@gmail.com

Jeudi

14h-17h - Jeux de société

15h-17h - Tricot-thé

Tout public, gratuit, entrée libre

18h-19h - Qi Gong

L'instant de soi
Tout public
12€ la séance, 40€ le mois, 280€ l'année
Inscription : 06 77 79 86 72

19h15-20h15 - Yoga

Marina Yoga Moon
Dès 15 ans
12€ la séance, 110€ le trimestre
Inscription : 06 17 25 58 46

Vendredi

14h-17h - Tarot & belote

Tout public, entrée libre

Ces activités ont lieu toutes les semaines **sauf pendant les vacances scolaires** (exceptées les activités proposées par La Hune qui ont lieu toute l'année).

Tous les mois

Atelier de pratique de l'auto-hypnose guidée, de la relaxation et de la respiration consciente

Yvan Godard, hypnothérapeute
mardi 15 septembre, 19h45
mardi 29 septembre, 19h45
lundi 12 octobre, 19h
mardi 3 novembre, 19h45
mardi 1er décembre, 19h45
mardi 15 décembre, 19h45
inscription : www.yvan-godard.sumupstore.com / 07 56 95 36 44
Permanence : J'écris pour vous - Écrivain public
Isabelle Delanoy
Aide à la rédaction de CV, lettre de motivation, lettre d'amour...
25 septembre, 16 octobre, 13 novembre, 18 décembre, de 15h30 à 17h - Gratuit
inscription : 0629258654 / isadelanoyecrivainpublic@outlook.fr

OCTOBRE

VEN. 2 19h - Soirée karaoké

Gratuit, sur inscription

SAM. 3 10h-17h - Formation Premiers

DIM. 4 secours en santé mentale

Yvan Godard, hypnothérapeute
250€ TP, 180€ TR, sur inscription

LUN. 5 9h30-17h30 - Formation : Excel, Canva et

MAR. 6 autres outils collaboratifs

Scopie
Gratuit, sur inscription

MER. 7 14h-16h - Atelier création de cartes postales

Dès 6 ans, 5€ sur place, sur inscription

JEU. 8 9h-10h - Atelier bien-être : yoga sur chaise et mobilité du matin

Marina Yoga Moon
Dès 15 ans, 12€ la séance, 40€ les 4,
sur inscription : 06 17 25 58 46

DIM. 11 15h-18h - Le grand loto de La Hune

sur inscription, cartons sur place : 3€ le carton, 8€ les 3, 15€ les 6

17h-18h - Café Philo

Gratuit, entrée libre

MAR. 13 14h-16h - Temps d'échange et d'information

- Octobre Rose

Femmes en Languedoc Roussillon

Gratuit, sur inscription

20h-22h - Éco-dialogue, semaine de la résilience

Jazz à Mèze - Festival de Thau
Gratuit, sur inscription www.festivaldethau.com

MER. 14 14h-16h - Atelier bijoux en perles

Dès 6 ans, prix libre sur place, sur inscription

SAM. 17 10h30-12h - Danse intuitive

Au fil de Claire
Pour adultes et seniors
20€, sur inscription : 07 60 56 04 51

STAGES PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

DU 19 AU 23 10h30-12h - Stage loisirs créatifs

Pour les 6-10 ans, 50€ la semaine, 15€ l'atelier

LUN Bracelet brésilien

MAR Impression solaire

MER Customisation de sac en toile

JEU Aimant en perles à repasser

VEN Mini-musée

14h-16h - Stage de pratiques artistiques

Programme détaillé à venir

DU 26 AU 30 9h30-11h30 - Stage de pratiques artistiques : danse, percussions & chants

Avec la compagnie Virgule
Pour adultes, ados et enfants dès 6 ans
30€ par personne

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

Hacker Space du Bassin de Thau
Gratuit, entrée libre

MER. 21 14h-15h30 - Concours de dessin

Gratuit, sur inscription

JEU. 22 17h-18h - Café Philo

Gratuit, entrée libre

SAM. 24 9h30-15h - Braderie

7€ le stand sur réservation à contact@lahune.eu
Visiteur-euses : gratuit, entrée libre

MER. 28 14h-16h - Argile auto-durcissante

5€ sur place, sur inscription

SAM. 31 Halloween

9h-13h - Atelier cuisine & repas partagé

Dès 16 ans, 30€ sur inscription avant le 28 octobre

16h30-17h30 - Spectacle La Planète aux bonbons

Brice Depoortere, magie
Dès 5 ans, 45min
Participation libre (chapeau), sur réservation

17h30-19h00 - Fabrication de masques

Pour les -12 ans, gratuit, sur réservation

19h00 - Karaoké déguisé

Gratuit, sur réservation