

PLANNING de septembre



ACTIVITÉS ACCESSIBLES À TOUT LE MONDE (POUR TOUS LES ADHÉRENTS DE L'ÉPICERIE « SOLIDAIRE » OU « BÉNÉFICIAIRE » DONT LA COTISATION ANNUELLE EST À JOUR) **SUR INSCRIPTION, PLACES LIMITÉES, PRIORITÉ DONNÉE AUX BÉNÉFICIAIRES**

DATES

Vendredis :
5, 12, 19, 26
Horaires :
15h à 17h



ATELIER COUTURE

Animé par Josy, couturière bénévole retraitée. 
Possibilité d'apporter vos affaires à raccommoder vous-même
ou de faire vos créations. Matériel à disposition
Participation de 1€ bénéficiaire et 2€ solidaire (par atelier)

DATES

Mardis :
9 et 23
Horaires :
14h à 16h

ATELIER CROCHET

Arlette, bénévole de l'association, vous fera découvrir le
crochet ou vous accompagnera dans vos réalisations.
Matériel fourni, possibilité d'apporter son propre matériel
Participation : 1€ bénéficiaire, 2€ solidaire (par atelier)



DATES

Judis :
11 & 25
Horaires :
16h à 17h



COURS DE YOGA

Animé par Caroline DENIS (le 25) ou Laure St ROSE (le 11)
Prévoir un vêtement confortable, votre tapis si vous en avez,
une serviette ou un petit plaid et un petit coussin.
Participation de 2€50 bénéficiaire et 5€ solidaire (par cours)



DATES

Mercredi :
3
Horaires :
14h à 15h30



ATELIER POESIE

Dans une ambiance inspirante et enrichissante, venez contribuer à l'atelier
poésie. Possibilité de partager et échanger sur son poète préféré ou de lire
un poème (écrit par soi-même ou non)
Temps d'écriture prévu : Thématique choisie par le groupe. *Gratuit*

DATES

Jeudi :
4
Horaires :
14h à 16h



ATELIER AQUARELLE

Basé sur un temps d'échange et de rencontre,
venez vous initier à l'aquarelle.
Animé par l'Intervenante bénévole Cécile LEMAINQUE
Gratuit



DATES

Mardi :
16
Horaires :
13h45 à 16h45

ATELIER BIEN-ETRE : COIFFURE



Besoin de faire une coupe de cheveux, envie d'une coiffure : boucle,
brushing ou de conseils capillaires ? (Venir avec les cheveux propres)
Intervenante Rabot Carelle en reconversion fin de CAP coiffure
Réservé au public bénéficiaire - Places limitées, sur inscription - Gratuit

PENSEZ À VOUS INSCRIRE SOIT PAR MAIL, TÉLÉPHONE OU À L'ÉPICERIE POUR PARTICIPER À UN OU PLUSIEURS ATELIERS

ÉPICERIE SOLIDAIRE « AMANDINE » -7 RUE BÉRANGER- 38500 VOIRON - TEL : 09 53 72 48 38

MAIL: EPICERIESOLIDAIRE.AMANDINE@GMAIL.COM