

# PLANNING de février



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 :  
06, 20, 27

Horaires :  
14h à 16h



## 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 : 1€ bénéficiaire et 2€ solidaire (par atelier)*

## DATES

Mardis :  
10, 24

Horaires :  
15h à 17h

## 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

Jeudis :  
19 et 26

Horaires :  
16h à 17h



## COURS DE YOGA

Animé par Caroline DENIS (le 19) ou Laure SAINTE-ROSE (le 26)



Prévoir un vêtement confortable, votre tapis si vous en avez, une serviette ou un petit plaid et un petit coussin.

*Participation : 2€50 bénéficiaire et 5€ solidaire (par cours)*

## DATES

Mercredi :  
11

Horaires :  
10h30 à 12h



## ATELIER PLUME ET MOTS

Dans une ambiance inspirante et enrichissante, venez contribuer à l'atelier écriture. Possibilité de partager et échanger sur son poète/écrivain préféré

ou de lire un poème/texte (écrit par soi-même ou non)

Temps d'écriture prévu : Thématique choisie par le groupe. *Gratuit*

## DATES

Mardi :  
17

Horaires :  
14h / 14h45 / 15h30



## 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

*Réservez au public bénéficiaire - Places limitées, sur inscription - Gratuit*

## DATES

Mercredi :  
25

Horaires :  
9h45 à 11h30



## ATELIER CAFE ECHANGE

Partage et réflexion autour de son expérience et son point de vue.

Venez passer un moment convivial et d'échange dans le respect et la bienveillance. *Gratuit / libre échange / moment convivial*



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](mailto:EPICERIESOLIDAIRE.AMANDINE@GMAIL.COM)

# PLANNING de février



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

Vendredi :  
13  
Horaires :  
19h00



## SOIRÉE EVENEMENT “CONTES AU CAFÉ”

L'idée de "Contes au café" est d'aller là où les gens rient, trinquent et discutent pour partager cette littérature vivante, orale, populaire et de raviver ensemble le comptoir des histoires.

Festival sur le Pays Voironnais organisé par l'association Conte à clefs.  
Ouvert à tous !

*Prix libre au chapeau*

## DATES

Mercredi :  
18  
Horaires :  
15h à 16h30



## GOUTER CREPES



Un moment gourmand et convivial à partager en famille autour de la préparation et de la dégustation de crêpes. 🧇

Tout le monde est bienvenue, adultes comme enfants !

Animé par la CESF

*Participation : 2€ bénéficiaire, 4€ solidaire par personne (ou par famille)*

## DATES

Jeudi:  
26  
Horaires :  
10h30 à 12h

## JEUX BUDGET

Venez découvrir le jeu de plateau "Mes questions d'argent" pour aborder des questions d'argent en s'amusant !

Le but du jeu : réussir à gagner suffisamment d'argent pour réaliser son projet ! Ce jeu grand public propose de nombreuses questions abordant des thématiques de la vie courante : achats/dépenses, assurance, budget, crédit, ...

*Réservé au public bénéficiaire - Places limitées - sur inscription - Gratuit*



## DATES

Vendredi :  
27  
Horaires :  
10h30 à 11h20

Sylvie Dyon viendra raconter des contes traditionnels; courts, longs, drôles, pas drôles, farfelus, merveilleux! C'est partage, nous serons assis.es en cercle, ensemble, pour partager ces histoires. Les contes préférés seront parfois répétés, pour le plaisir.

La participation à tous les ateliers est conseillée. Prochaines dates :  
13 mars, 27 mars, 10 avril, 24 avril

*Participation : 1€ bénéficiaire pour le 1er atelier puis 2€,  
5€ solidaire par personne*



## ATELIER CONTES

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](mailto:EPICERIESOLIDAIRE.AMANDINE@GMAIL.COM)