

PLANNING de novembre



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 : 6 et 13
Vendredis : 20 et 27

Horaires : 15h à 17h
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 : 3 et 17
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

Mercredi : 18
Horaires : 10h30 à 12h

ATELIER MODELAGE

Venez découvrir le modelage avec l'association Le Calao ! Vous apprendrez à façonner votre propre figurine en argile autodurcissante, sur une structure en fil de fer et en aluminium.
Accessible dès 7 ans, sans expérience préalable ! *Gratuit*



DATES

Vendredi : 20
Horaires : 9h30 à 11h30



ATELIER PETIT DEJ' PARTAGÉ

L'alimentation n'est pas seulement un moyen de répondre à un besoin nutritionnel du corps, elle représente bien plus que cela ! Venez donc participer à ces temps d'échange autour d'un petit déjeuner animés par Marie, diététicienne nutritionniste.
3 thèmes : les nouvelles pratiques, les protéines, le sucre !
Gratuit - Inscription pour les 3 ateliers : 20/11, 04/12 et 18/12



DATES

Mardi : 24
Horaires : 15h15 à 16h45



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

Mercredi : 25
Horaires : 09h30, 10h15, 11h

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