

Décembre 2019

Les Activités du Vendredi

Les Ateliers

LUNDI

2

Atelier Couture et Création
de 14h à 16h avec Claudine

16

MARDI

3

17

Mosaïque :
de 14h30 à 17h
avec Nathalie

10

17

Ecriture :
de 14h à 17h avec
Michel bibliothèque
que Ste Foy

17

Repas Végétarien

Spécial Noël

JEUDI

Toutes les semaines ...

◆ **Rotin :** de 14h30 à 17h
avec Thérèse ou Francis

VENDREDI

Toutes les semaines ...

◆ **Atelier Bois :**
de 14h30 à 17h30 avec Bernard

SAMEDI

7

Répare Café

Arrêtons de jeter, ré-
parons ensemble!
De 9h30 à 12h

21



7

Méditation

De 17h à 18h30 avec
Laure et Hubert

21

MERCREDI

Toutes les semaines

◆ **Tricot :** de 14h30 à 17h
avec Mireille.

Inscriptions

jusqu'au Jeudi 17h!

◆ **Vendredi 6 Décembre**

12h: Repas préparé et partagé à l'Etas à Saint Laurent de Chamousset.

14h: Visite de la caserne des pompiers de l'Arbresle.

◆ **Vendredi 13 Décembre**

10h: Préparation de la Nuit Etoilée.

◆ **Vendredi 20 Décembre**

10h-12h: Repas Préparé et Partagé à l'Etas à Saint Laurent de Chamousset.

14h: **Comité de Maison et Goûter de Noël**

Vendredi 13 décembre

Repas de la Nuit Etoilée à Haute Rivoire

SAMEDI 7 DECEMBRE ET SAMEDI 21 DECEMBRE

Le Répare Café des Monts du Lyonnais,
vous attend de **9h30 à 12h**, dans les locaux de l'Etats, en partenariat avec la Ruche de
L'Ecologie.

Le Répare Café est un évènement participatif et convivial. Son principal objectif est d'éviter de
jeter les objets du quotidien qui peuvent encore servir, en les réparant et en apprenant à les
réparer. (1er et 3ème samedi du mois)

SAMEDI 7 DECEMBRE ET SAMEDI 21 DECEMBRE:

ATELIER MEDITATION

De 17h à 18h30 :

Nombreuses sont les raisons pour lesquelles on médite : **pour se détendre, se calmer, déstresser,**
rendre ses relations plus harmonieuses, se comprendre, accéder à son plein potentiel....
La méditation est une pratique simple et efficace qui aide à avoir une « attention ouverte » et être plus
dans « l'instant présent ».

LUNDI 2 DECEMBRE ET LUNDI 16 DECEMBRE:

Atelier Couture et Création de 9h30 à 12h

Le 1er et 3ème samedi du mois, venez découvrir l'univers de la couture avec
Claudine

DIMANCHE 15 DECEMBRE

L **Etats** sera présent au marché de Noël de Souzy

VENDREDI 6 DECEMBRE ET VENDREDI 20 DECEMBRE

A partir de 14h:

Venez découvrir ***l'univers du jeu des échecs et jouer*** avec Alexandre.

DIMANCHE 1 DECEMBRE:

A partir de 10h:

Troque ta Recette :

Catherine et Jocelyne nous ferons découvrir les trésors de Picardie.....

MARDI 17 DECEMBRE:

A partir de 20h: Chaque troisième Mardi du mois, venez découvrir, apprendre et
échanger avec Jo et le ***club de philatélie de la M.J.C. de Saint Laurent de***
Chamousset