

# Novembre 2019

## Les Activités du Vendredi

## Les Ateliers

### LUNDI

4

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

18

### MARDI

5

19

**Mosaïque :**  
de 14h30 à 17h  
avec Nathalie

12

26

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

5

**Repas Végétarien**  
Avec Mathieu

26

**Troque Ta Recette**  
Spécialités Lyonnaises

### MERCREDI

Toutes les semaines

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

◆ **Atelier Nature et Bois :**

de 14h00 à 17h 00  
avec Gérard au lieu dit Savi-  
gneux à Chevrières.

### 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

2

**Répare Café**  
Arrêtons de jeter, ré-  
parons en-  
semble!



16

2

**Méditation**  
De 17h à 18h30 avec  
Laure et Hubert

16

**Inscriptions**  
jusqu'au Jeudi 17h!

◆ **Vendredi 8 Novembre**

12h: Repas préparé et partagé à  
à l'Etas à Saint Laurent de Cha-  
mousset.

14h: Visite du musée du cha-  
peau à Chazelles sur Lyon.

◆ **Vendredi 15 Novembre**

10h-12h: Repas Préparé et Parta-  
gé à l'Etas à S St Laurent de  
Chamousset.

14h00: Cinéma à Saint Martin  
en Haut.

◆ **Vendredi 22 Novembre**

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

14h: Comité de Maison.

◆ **Vendredi 29 Novembre**

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

14h: Dire, Lire et Délire avec  
Monnie.

**Vendredi 13 décembre**  
**Repas de la Nuit Etoi-  
lée à Haute Rivoire**

**SAMEDI 2 NOVEMBRE ET SAMEDI 16 NOVEMBRE**

***Le Répare Café*** des Monts du Lyonnais,

vous attend de **9h30 à 12h**, dans les locaux de l'Etai, 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 2 NOVEMBRE ET SAMEDI 16 NOVEMBRE:**

***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 4 NOVEMBRE ET LUNDI 18 NOVEMBRE:**

***Atelier Couture et Création de 9h30 à 12h***

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

**MARDI 19 NOVEMBRE**

**A 20 h**

Dans le cadre de la 5ème édition de la semaine de la tolérance, venez participer à une **conférence interactive** « parler d'homoparentalité aux enfants » animée par Ophélie Giraud

**VENDREDI 15 NOVEMBRE ET VENDREDI 29 NOVEMBRE**

**A partir de 14h:**

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

**DIMANCHE 17 NOVEMBRE:**

**A partir de 10h:**

***Troque ta Recette :***

Repas proposé par « la, le cheffe, chef du jour », préparé dès 10h00 et partagé dès 12h, à l'Etai suivi le dimanche, d'une après midi conviviale et de jeux (jusqu'à 16h30)

**MARDI 19 NOVEMBRE:**

**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***