

Programme de l'association



Méthode de Libération des Cuirasses * 10 € la séance : approche douce de détente corporelle animée par Danièle intervenante extérieure

Activité variable et évolutive : Journal créatif, art thérapie, musicothérapie (intervenante en cours de certification)

Méditation animée par Fabienne, intervenante extérieure

Temps de partage thème variable : moment d'échange et de transmission

Les Amis de la lecture : Partage autour de la lecture / **Jouons avec les mots** : Atelier ludique autour de la langue française / **Jeux de société**

Randonnée : marche dans la Pévèle, avec covoiturage si plus éloignée

Coût de l'adhésion à l'association : 10 € l'année

Mois	1 ^{er} mardi du mois 18 h 30 Méthode de Libération des Cuirasses*	2 ^{ème} mardi du mois 18 h 30 Journal Créatif Ou Art thérapie Compris dans le prix de l'adhésion	3 ^{ème} mardi du mois 18h30/19h30 Méditation 19h30/20h30 Temps de partage thème variable	4 ^{ème} mardi du mois 18h30 Les amis de la lecture et Jouons avec les mots ou Jeux de société	2 ^{ème} dimanche du mois 9 h RV devant la Mairie Randonnée
2023 Septembre	5	12	19	26	10
Octobre	3	10	17	24	8
Novembre	14	7	21	28	12
Décembre	5	12	19	26	10
2024 Janvier	9	16	23	30	14
Février	6	13	20	27	11
mars	12	5	19	26	10
Avril	2	9	16	23	14
Mai	14	7	21	28	12
juin	4	11	18	25	9

Pour nous joindre : Poussezlaporte.ass@yahoo.com / 07.80.35.57.53 La présidente, Roselyne Deleplanque / lieu des rencontres : Salle polyvalente 5 rue de la Ladrerie (salle au fond de la cour) à Cappelle en Pévèle 59242, local gracieusement prêté par la Mairie.

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique