

Programme de l'association



2024 / 2025

Méditation animée par Fabienne, adhérente bénévole

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

Journal créatif ou art thérapie, musicothérapie (animée par Sabine adhérente bénévole, en cours de certification)

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

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

Mois	1 ^{ème} mardi du mois 18h30/19h30 Méditation 19h30/20h30 Temps de partage thème variable	2 ^{ème} mardi du mois 18 h 30 Journal Créatif Ou Art thérapie / Musicothérapie	3 ^{er} mardi du mois 18 h 30 Méthode de Libération des Cuirasses* 10 € la séance	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
2024 Sept	3	10	17	24	8
Octobre	1	8	15	22	13
Novembre	5	12	19	26	10
Décembre	3	10	17	24	8
2025 Janvier	7	14	21	28	12
Février	4	11	18	25	9
mars	4	11	18	25	9
Avril	2	8	15	22	13
Mai	6	13	20	27	11
juin	3	10	17	24	8

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