

## Informations diverses

### SANTÉ/NATURE

**Aquagym** : Tarifs : 3.50€ ou 5.50€ (en fonction des ressources). Bonnet de bain obligatoire. Contacter Violaine ou Marine pour une nouvelle inscription.

**Gymnastique douce** : avec un éducateur sportif de Siel Bleu - Tarif annuel de 80€ ou 40€ (en fonction des ressources) et possibilité de faire 2 séances de découvertes gratuites.

**Yoga du rire** : Venez prendre soin de votre santé par le rire. L'atelier est gratuit. // est porté par l'association *Robida qui rémunère la sophrologue*.

### ECHANGES DE SAVOIRS

**Art floral** : prévoir du feuillage (laurier, romarin), un petit fagot de branches (noisetier tortueux), des branches de sapin, des pommes de pin, un ruban large de 60 cm et un bout de guirlande perle. Nous pouvons fournir le matériel, nous prévenir avant le 10 décembre → une participation de 2€ vous sera demandée. *Inscription pour le covoiturage, départ à 14h.*

**Décoration de Noël** : prévoir du tissu ou une grande chaussette blanche et votre matériel de couture (machine à coudre, fil, ciseaux).

**Support de papier toilette en tissu** : contactez-nous pour en savoir plus sur les besoins de cet atelier.

**Furoshiki** : apporter du tissu si possible et un objet à emballer (exemple : bouteille vide, livre, etc.).

### ATELIERS REPAS

#### **MARDI 3 DÉCEMBRE LA BETTERAVE DANS TOUS SES ÉTATS**

Menu : salade betterave/pommes/noix/chèvre, steak de betterave et quinoa, brownie chocolat betterave. Tarif : 3.50€ par personne. Merci d'apporter votre participation à l'inscription jusqu'au 28 novembre.

#### **JEUDI 19 DÉCEMBRE NOËL**

Tarif : 5€ par personne. Paiement à l'inscription jusqu'au vendredi 6 décembre. Nous demandons aux personnes inscrites de participer à l'un des deux ateliers de préparation (bûches ou entrées). Pour notre organisation, pensez à nous prévenir de votre participation.

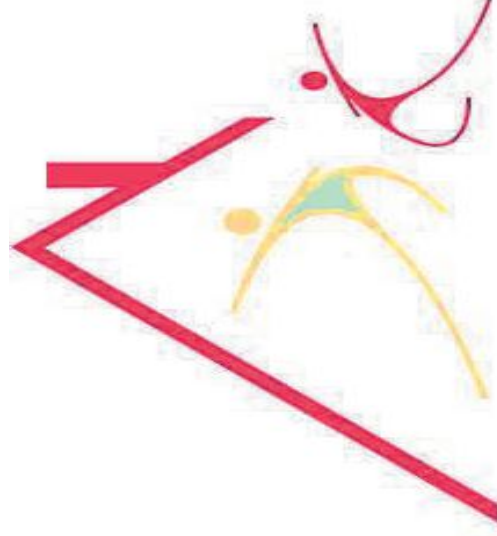
### CULTURE

#### **DIMANCHE 1 DÉCEMBRE : CLOWN/MIME Spectacle Oh Oh aux 3 Chênes, à Loiron, à 16h -**

Places limitées - Tarifs : 8€ ou 4€ (en fonction des ressources) - Tout public (à partir de 9 ans). Inscription jusqu'au mardi 26 novembre - Covoiturage possible et départ à 15h30 au parking de la gare, Port-Brillet.

#### Partenaires financiers

# Programme décembre 2019



Horaires d'ouverture  
Lundi/Mardi/Mercredi :  
9h-12h30 14h-17h30  
Jeudi : 14h-17h30

## le Chalet des échanges de savoirs

" Espace de découvertes et d'initiatives "

22 rue de Verdun  
53410 Port-Brillet  
02 43 98 09 22 / 06 75 30 33 17  
07 71 12 29 97  
lechalet53@orange.fr

rencontres










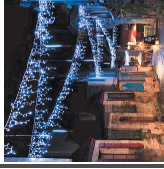


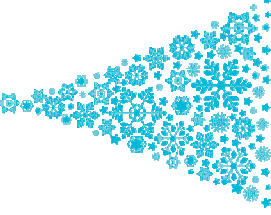

échanges de savoirs

lien social

accès à la Culture

initiatives

# Programme du mois de Décembre 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
<p><b>2</b> <u>10h à Laval</u> : aquagym 10h00/12h00 Atelier mémoire PEPS EUREKA (groupe complet) <u>14h/16h</u> Club informatique senior (groupe complet)</p> 	<p><b>3</b> <u>9h15/10h15</u> à <u>Montjean</u> Gym douce <u>9h45/14h</u> Atelier repas « La betterave dans tous ses états ! » cf. verso <u>14h/17h</u> Fabrication d'une décoration de Noël - Cf. verso <u>20h30</u> à <u>La Brûlatte</u> Danses bretonnes</p>	<p><b>4</b> <b>MATIN : ACCUEIL FERMÉ</b> <u>10h45/11h45</u> Gym douce <u>15h30/17h30</u> Je(ux) Remue mes méninges</p> 	<p><b>5</b> <u>14h/17h</u> Fabrication d'un porte papier-toilette en tissu - cf. verso</p> 
<p><b>9</b> <u>10h à Laval</u> : aquagym 10h00/12h00 Atelier mémoire PEPS EUREKA (groupe complet) <u>14h/16h</u> Club informatique senior (groupe complet)</p>  	<p><b>10</b> <u>9h15/10h15</u> à <u>Montjean</u> Gym douce <u>9h30/12h</u> Art textile <u>14h/16h30</u> à <u>La Gravelle</u> Danses en ligne <u>20h30</u> à <u>La Brûlatte</u> Danses bretonnes</p> 	<p><b>11</b> <u>10h45/11h45</u> Gym douce <u>14h/15h30</u> Découverte du furoshiki : emballage cadeau zéro déchet Gratuit – cf. verso</p> 	<p><b>12</b> <b>DÉCOUVERTE</b> <u>14h/17h</u> Fabrication d'un porte papier-toilette en tissu cf. verso</p> <p><b>13</b> <u>10h30/11h30</u> salle du Parc à <b>Robida</b> Yoga du rire</p> 
<p><b>16</b> <u>10h à Laval</u> : aquagym 10h00/12h00 Atelier mémoire PEPS EUREKA (groupe complet) <u>14h/16h</u> Club informatique senior (groupe complet)</p> 	<p><b>17</b> <u>9h15/10h15</u> à <u>Montjean</u> Gym douce <u>14h/17h</u> à <u>Olivet</u> Couture : fabrication d'une décoration de Noël - cf. verso <u>14h/17h</u> Préparation des bûches pour le repas de Noël du 19/12 <u>20h30</u> à <u>La Brûlatte</u> Danses bretonnes</p>	<p><b>18</b> <u>10h45/11h45</u> Gym douce</p> <p><b>DÉCOUVERTE POUR TOUS</b> <u>15h15/18h</u> Randonnée à <b>Vitré</b> Venez découvrir les illuminations</p> 	<p><b>19</b> <b>Repas de Noël</b> * <u>9h45</u> à <u>12h</u> : préparation des entrées au Chalet * <u>12h30</u> à <u>17h</u> : repas à A la croisée, Laval cf. verso</p> 
<p><b>23</b> <u>10h à Laval</u> : aquagym</p> <p><b>DÉCOUVERTE POUR TOUS</b> <u>14h30/17h</u> à <b>A la croisée</b> Découverte de l'art floral cf.verso</p> 	<p style="text-align: center;"><b>Le Chalet des échanges de savoirs ferme du mardi 24 décembre au vendredi 3 janvier inclus.</b> <b>Nous vous souhaitons de belles fêtes de fin d'années !!!</b></p>  		

Les activités ou lieu de RDV sont au Chalet des échanges de savoirs à Port-Brillet sauf lorsqu'un autre lieu est précisé : Olivet (café du garage), La Gravelle (salle du mille club), Laval (piscine St Nicolas), Montjean (salle de l'ancienne garderie, rue des tilleuls), La Brûlatte (salle des fêtes).

**NOUVEAUTÉ**

3 ordinateurs sont en libre-accès avec connexion internet les mardis après-midi de 14h à 17h (sauf si l'espace est fermé).