



Programme du mois de février

- **NOUVEAU Atelier Méditation guidée : le 2ème jeudi du mois.**

Apporter un tapis de sol, des vêtements confortables, des chaussettes chaudes et un masque pour les yeux. **JEUDI 12 février de 18h30 à 20h**

- **Atelier “libre création” : Collage créatif ou autres créations manuelles**

Apportez des revues, des journaux, des morceaux de tissus,..., des ciseaux, ce dont vous avez besoin pour vos créations et votre imagination ! Goûter partagé ! **JEUDI 19 février de 15h à 17h**

- **Atelier couture : Projet libre.** Apportez tissus et machine à coudre si possible

MARDI 24 février de 15h à 18h

- **NOUVEAU Atelier Danse Intuitive : le dernier jeudi du mois.**

Apporter un tapis de sol, des vêtements confortables, des chaussettes chaudes, un masque pour les yeux. **Jeudi 26 février de 18h30 à 20h**

- **Atelier “improvisation théâtrale” : réalisation de saynettes sur un thème tiré au sort. Détente et fous rires assurés !** **JEUDI 26 février de 20h à 22h**

- **Repas partagé et programmation des ateliers du mois de mars :** chaque convive apporte un plat à partager avec l'assemblée ainsi que son verre, son assiette et ses couverts. Vos compétences en musique, chants,..., seront les bienvenues. **MERCREDI 4 mars à 19h**

Lieu des ateliers : Salle LE FOYER Coat Nay au stade de Lanrodec

- **Atelier “Bouge ta plume” :** rejoignez nous, venez jouer avec les mots le **lundi 9 février de 15h à 17h à la boulangerie de Lanrodec et le lundi 23 février**

SUR INSCRIPTION au plus tard la veille de l'atelier
au 06.10.50.49.50 ou à la boulangerie de Lanrodec