

Programme de votre Espace de Vie Sociale

11 Rue Jules Ferry 47230 Lavardac

MÉRCREDI 5 NOVEMBRE





NOVEMBRE

9h30 - 11h30 Café Numérique - questions libres logiciels - photos - téléphone - ordi - tablette... (Sur inscription)



15h - 16h Atelier YOGA spécial famille avec Aurore Fayet (dès 6 ans sur inscription)

JEUDI 6 NOVEMBRE



10h - 11h30 Atelier de Musicothérapie adapté aux familles (sur inscription)



14h30 - 16h Atelier Numérique découvrez "FRANCE CONNECT" (sur inscription)

VENDREDI 7 **NOVEMBRE**



10h30 - 11h30 Atelier Relaxation guidée avec Laurent Pointal (sur inscription)

14h - 16h Atelier Généalogie avec Martine (sur inscription) 14h-16h Atelier SCRABBLE avec Jocelyne (sur

inscription)



18h - 19h Soirée quizz "Nutrition Stop aux idées reçues" avec Gwenaelle Charpy diététicienne nutritionniste (sur inscription)

JEUDI 13 NOVEMBRE



10h - 11h30 Atelier "danse et chant intuitifs" (sur inscription)

MERCREDI 19 **NOVEMBRE**



10h30 - 11h30 Atelier nutrition - Les 5 sens et dégustation pleine conscience- adapté aux familles (dès 6 ans sur inscription)

14h30 - 16h Atelier Numérique autour des "Démarches administratives" (sur inscription)

JEUDI 20 NOVEMBRE VENDREDI 21 **NOVEMBRE**



9h30 - 16h "Arc en ciel dans l'assiette : couleurs et saveurs" conférence - auberge espagnole spectacle (sur inscription)



10h30 ESCAPE GAME Séniors avec l'ASEPT (sur inscription)



14h - 16h Atelier Généalogie avec Martine (sur inscription)



18h30 - 19h Retransmission du court métrage (10-15min) crée par les jeunes "Comment vous sentez vous ?" au Théâtre du Bidochon à Barbaste (sur inscription)



NOVEMBRE

MERCREDI 26

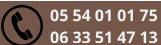


18h "Sur les traces de Lucien PERAIRE" c'est un jeu pour tous adultes et enfants dès 10 ans ! Venez découvrir l'Histoire de Lucien PERAIRE en jouant (sur inscription)





16h - 17h Atelier Danse AFRO (dès 6 ans sur inscription)









NOVEMBRE 2025





























evs@ville-lavardac.fr





Caf

