Novembre - Décembre 2026 # 159

Mille Faites & Lettre des Ateliers



Espace de Découvertes et d'Initiatives
Les Ateliers d'Échanges sur le Pays de Craon

Animatrices Coordinatrices :
Edwige OLIVRIE
Sandrine ROBIN

9 rue de l'Epron - 53400 CRAON
02 43 09 09 75//06 08 34 21 48//06 08 34 21 79
ateliersdechanges@cias.paysdecraon.fr

Le mot rêver, que vous l'écriviez à l'endroit ou à l'envers, reste le mot rêver.

Mardi 3 Novembre

INFORMATION COLLECTIVE BRSA

Cette information est ouverte à tous les bénéficiaires du RSA mais aussi à toute personne qui souhaite découvrir ou redécouvrir les ateliers collectifs de l'EDI.



Jeudis 5 Novembre et 3 Décembre





CUISINE

Au menu :

En novembre : Velouté de légumes - chou farci et pomme de terre

En décembre : hachis Parmentier végétarien - pain d'épices

Inscription une semaine avant l'atelier. Participation financière selon prix de revient des préparations. Si de nouvelles personnes s'inscrivent, la priorité sera donnée à celles-ci vis à vis de personnes venant régulièrement. Merci de votre compréhension.

Vendredi 20 et samedi 21 Novembre



ÉDITION DU TROC' PLANTES D'AUTOMNE!

Vous souhaitez participer à l'organisation la veille et/ou le jour du Troc'?

Pour planifier les présences sur les différents postes, nous avons besoin de connaître vos disponibilités. Nous vous remercions de nous le faire savoir dès que possible.

Animations

- **Jardinage au naturel : les lasagnes**
- **Compostage**
- **Fabrication d'une couronne végétale**





Un espace de convivialité vous permettra de prendre un café, un thé, un jus de pomme et de déguster des pâtisseries ou des gaufres.

Vous pourrez aussi découvrir ou redécouvrir La Boutik' de vêtements de seconde main avec ses tout petits prix!

Venez nombreux!!

Jeudi 26 Novembre

PARTAGES EN CUISINE





Au menu : Bouillon de vermicelle / Pot au feu / Flan parisien



L'après midi se poursuivra, pour les personnes qui le veulent, avec un **karaoké** aux Archers.

Le nombre de places étant limité, il est impératif de vous inscrire au plus vite, d'une part pour le repas et d'autre part pour le karaoké.

Mercredi 9 Décembre

RENCONTRE AVEC L'ASSOCIATION VACANCES ET FAMILLES

Venez découvrir cette association qui facilite et accompagne le départ en vacances des familles mais aussi des personnes qui vivent seules.
Une garderie sera mise en place pour permettre aux parents d'être disponibles !

Renseignements et inscription auprès des animatrices

Jeudi 10 Décembre



LOTO AVEC LES ARCHERS

Gagnerez-vous cette fois-ci ???
Au mieux vous repartirez avec un lot au pire vous aurez passé un bon moment !!

Inscription obligatoire, nombre limité de places
Participation financière demandée

Vendredi 11 Décembre

2ÈME CYCLE AQUAGYM



8 séances vous sont proposées de décembre à mars.
Inscription nécessaire auprès des animatrices

Jeudi 17 Décembre

REPAS DE NOËL - SAINT POIX

Pour le menu consultez les animatrices !
Au programme karaoké et danse.

Inscription indispensable
Participation financière demandée selon coût de revient



Lundis 30 novembre et 7 ou 14 décembre



ATELIER CRÉATION
(A CONFIRMER)

Envie de décorer votre intérieur pour les fêtes?
Avec Sonia et les habitants des Archers, venez créer une décoration.
Nous vous donnerons les dates à votre inscription, deux séances de 2h.
Participation financière demandée - Inscription obligatoire

Mardi 22 Décembre







ATELIER CRÉATION FLORALE

Réalisez une composition pour la fin d'année avec Nicole à l'Espace de Vie Sociale, le Vi&Vien à Cossé le Vivien (EVS). Chacun apporte des fleurs de son choix, nous vous donnerons plus d'information lors de votre inscription.
Participation financière demandée aux alentours de 12/15€.
Si vous souhaitez vous inscrire, merci de nous signaler si vous acceptez de faire du covoiturage.

A prévoir pour début 2027

En janvier, nous ferons le **bilan** de l'année 2026. Nous aurons besoin de **vos témoignages,** de votre expérience aux Ateliers d'Echanges. Nous souhaitons échanger sur ce que vous vivez à l'EDI et ce que vous apporte les activités auxquelles vous participez. **Vos paroles sont importantes**. N'hésitez pas à vous faire connaitre auprès des animatrices pour contribuer au bilan, sinon, nous vous solliciterons individuellement!

Les 18 et 25 janvier, 1er et 8 février (Peut-être le 15 février), à confirmer), un **nouvel atelier** sera animé par Marie-Cécile Piel-Dibouès et par Yannick Christ à l'EVS à Cossé-Le-Vivien.
Cet atelier d'**écriture et de travail sur la voix par des exercices et des mouvements du corps** est proposé pour des personnes vivant une situation difficile mettant à mal leur santé mentale.
(Pour adulte, à partir de 16 ans sachant lire et écrire.)

Nombre limité de places
Inscription obligatoire auprès des animatrices

FERMETURE ANNUELLE DES ATELIERS D'ÉCHANGES DU 21 DÉCEMBRE AU 4 JANVIER

NOUS VOUS SOUHAITONS UNE BELLE FIN D'ANNÉE

