

### Mercredi 25 Avril

#### **10h-12h : Atelier Coiffure**

A l'inscription :

2€ pour les bénéficiaires

5€ pour les clients solidaires

Animé par Marion (coiffeuse)



#### **10h-11h : Relaxation - gestion du stress**

Relaxation, expression corporelle, méditation

Animé par Marie-Line (professeur de relaxation)

#### **14h-16h : Coin lecture**

Livres enfants et adultes à disposition

Possibilité de consulter sur place, d'emprunter, d'échanger

Animé par Josette et Hélène (bénévoles)

#### **A partir de 14h : Atelier lecture**

Lecture d'histoire pour enfants au coin jeux du magasin

Animé par Claudie (bénévole)

### Vendredi 27 Avril

#### **A partir de 14h30 : Atelier couture**

Moment convivial de partage, transmission de savoir et savoir-faire

Animé par Francine (bénévole)



### Semaine du 30 Avril

### Lundi 30 Avril

#### **10h30 - 12h : Atelier informatique**

Initiation à l'informatique et Internet

Sur inscription

Animé par Nathalie (intervenante)



Ne pas jeter sur la voie publique

## Contacts

✉ [esdelauxerrois.acc@gmail.com](mailto:esdelauxerrois.acc@gmail.com)

☎ 09 82 36 19 15

🌐 <http://www.esa89.fr/index.htm>

Caroline, Conseillère ESF

**Epicierie Solidaire de l'Auxerrois**

14 Avenue Jean Moulin

89000 Auxerre



# Planning des ateliers

(Ouverts aux clients bénéficiaires d'une aide et aux clients solidaires)

## Mois d'Avril



## Semaine du 2 au 6 Avril

### Mercredi 4 Avril

#### **10h-12h : Atelier Coiffure**

A l'inscription :

2€ pour les bénéficiaires

5€ pour les clients solidaires

Animé par Marion (coiffeuse)



#### **10h-11h : Relaxation - gestion du stress**

Relaxation, expression corporelle, méditation

Animé par Marie-Line (professeur de relaxation)

#### **14h-16h : Coin lecture**

Livres enfants et adultes à disposition

Possibilité de consulter sur place, d'emprunter, d'échanger

Animé par Josette et Hélène (bénévoles)

#### **A partir de 14h : Atelier lecture**

**Lecture d'histoire** pour enfants au coin jeux du magasin

Animé par Claudie (bénévole)



### Vendredi 6 Avril

#### **A partir de 14h30 : Atelier couture**

Moment convivial de partage, transmission de savoir et savoir-faire

Animé par Francine (bénévole)

### Mercredi 11 Avril

#### **10h-12h : Atelier Coiffure**

A l'inscription :

2€ pour les bénéficiaires

5€ pour les clients solidaires

Animé par Marion (coiffeuse)

#### **10h-11h : Relaxation - gestion du stress**

Relaxation, expression corporelle, méditation

Animé par Marie-Line (professeur de relaxation)

#### **14h-16h : Coin lecture**

Livres enfants et adultes à disposition

Possibilité de consulter sur place, d'emprunter, d'échanger

Animé par Josette et Hélène (bénévoles)

#### **A partir de 14h : Atelier lecture**

**Lecture d'histoire** pour enfants au coin jeux du magasin

Animé par Claudie (bénévole)



### Vendredi 13 Avril

#### **A partir de 14h30 : Atelier couture**

Moment convivial de partage, transmission de savoir et savoir-faire

Animé par Francine (bénévole)

### Mercredi 18 Avril

#### **10h-12h : Atelier Coiffure**

A l'inscription :

2€ pour les bénéficiaires

5€ pour les clients solidaires

Animé par Marion (coiffeuse)

#### **10h-11h : Relaxation - gestion du stress**

Relaxation, expression corporelle, méditation

Animé par Marie-Line (professeur de relaxation)



#### **14h-16h : Coin lecture**

Livres enfants et adultes à disposition

Possibilité de consulter sur place, d'emprunter, d'échanger

Animé par Josette et Hélène (bénévoles)

#### **A partir de 14h : Atelier lecture**

**Lecture d'histoire** pour enfants au coin jeux du magasin

Animé par Claudie (bénévole)

### Vendredi 20 Avril

#### **A partir de 14h30 : Atelier couture**

Moment convivial de partage, transmission de savoir et savoir-faire

Animé par Francine (bénévole)



## Semaine du 9 au 13 avril

### Lundi 9 Avril

#### **10h30 - 12h : Atelier informatique**

Initiation à l'informatique et Internet

Sur inscription

Animé par Nathalie (intervenante)



## Semaine du 16 au 20 Avril

### Lundi 16 Avril

#### **10h30 - 12h : Atelier informatique**

Initiation à l'informatique et Internet

Sur inscription

Animé par Nathalie (intervenante)



### Mardi 17 Avril

#### **14h - 15h30 : Atelier Massage**

Massage assis, habillé (15min par personne)

A l'inscription :

3€ pour les clients solidaires

Gratuit pour les bénéficiaires

Animé par Marek (masseur professionnel)

## Semaine du 23 au 27 Avril

### Lundi 23 Avril

#### **10h30 - 12h : Atelier informatique**

Initiation à l'informatique et Internet

Sur inscription

Animé par Nathalie (intervenante)

