



# PLANNING DES ATELIERS

# MAI

20  
26



**Retrouver le programme en ligne**

esa89.fr

Facebook



Contacts

✉ esdelauxerrois.acc@gmail.com

☎ 03 86 81 19 22

🖱 <http://www.esa89.fr/>



# Accueil convivial

Tous les jours

Café et thé à disposition

Prenez un instant de pause !

Nos bénévoles vous accueillent pour partager un moment autour d'un café, un thé ou une boisson fraîche.



## Atelier Coiffure

1€ pour les  
bénéficiaires  
7€ pour les adhérents  
solidaire



Tous les Mardis  
de 9h à 11h

Se présenter au rendez-vous les cheveux propres, lavés.

ATELIER

## Bulle de bien-être

vous êtes...

3€  
Solidaire

0.5€  
bénéficiaire

TOUS LES 1ER JEUDI DU MOIS  
Temps de massage en individuelle  
Épaules / Mains / Visage / pieds



## Atelier Esthétique

Le Lundi - ½ semaine  
De 10h à 12h



↳ Épilación du visage - 10 min  
3€ solidaire / 0.50€ bénéficiaire

↳ Manucure - 20 min  
6€ solidaire / 1€ bénéficiaire

↳ Soins du visage - 30 min  
9€ solidaire / 1.50€ bénéficiaire



## Atelier Massage

Assis et habillé

RELAXATION, DÉTENTE ET BIEN-ÊTRE



1 Mardi après midi par mois  
de 14h à 16h

Séances individuelles de 30 minutes

0.50€ pour les bénéficiaires  
3€ pour les solidaires



# Les activités du mois

## PERMANENCE du CCAS

Des Questions ?  
Un coup de main ?

Des soucis économiques, familiaux, de logement, d'insertion...

Une démarche administrative trop compliquée ?

Un courrier que je ne comprends pas

Ai - je le droit à des aides ?

À l'Épicerie Solidaire une personne pour vous aider

12/05 - 26/05

14h  
- 16h

AUXERRE



## Aquarelles & Nous

Tous les lundis  
de 14H à 16H

2€  
Solidaire

0.5€  
Bénéficiaire

Venez découvrir l'aquarelle !  
Apprenons la technique en nous amusant !

Tous niveaux même grand débutant.

Inscription à l'accueil  
Paiement à l'inscription

# L'épicerie sera fermée :

Vendredi 1er MAI

Vendredi 8 MAI

Jeudi 14 MAI

Lundi 25 MAI

Mardi 2 JUIN

# Les activités du mois

## ET SI ON ALLAIT AU THÉÂTRE ENSEMBLE?



Jeudi 21 Mai - 12h30

**LES STARS 80**

**GRATUIT**



Inscription à l'accueil de l'épicerie



TARIFS Spéciale ESA

**12-16€**

/ Personne

BASE

Spectacles ADULTES:

**5€**

/ Personne

BÉNÉFICIAIRE

Spectacles ENFANTS :

8€ / Adulte

10€ / Enfant

BASE

**2€**

/ Personne

BÉNÉFICIAIRE

Regardez la programmation !  
----

Des spectacles pour tous !

Inscription à l'accueil de l'ESA !

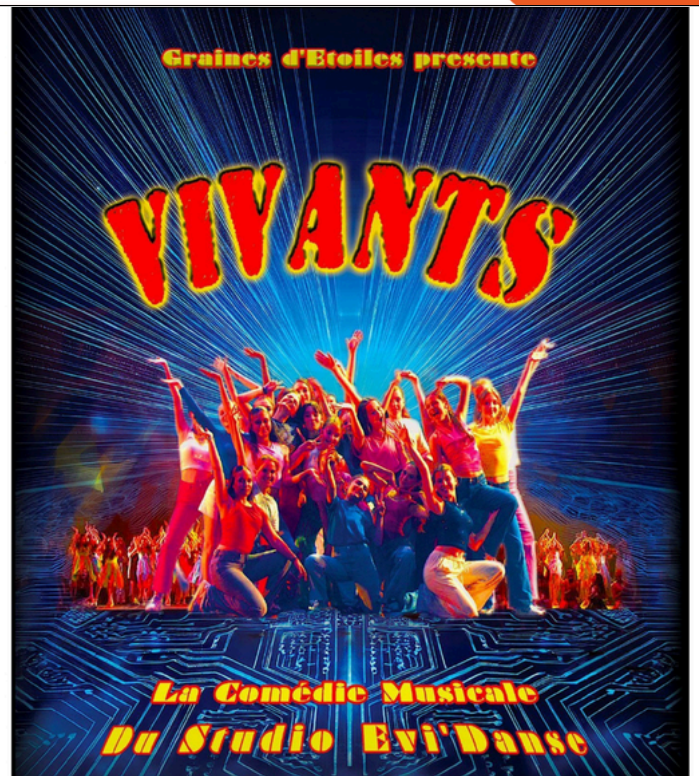
## Sorties Culturelles

*Faisons de vos envies une réalité !*



Rencontre de Groupe  
**Mardi 5 Mai à 14h**

- Discussions du projets
  - Proposition d'aide financement de projets
  - Organisation de sorties
- Ouvert à tous  
Inscription à l'accueil



Répétition générale

**Le Samedi 6 Juin à 14h30**

Tarif Bénéficiaire: **5€** Inscription à l'accueil de l'esa

Tarif Solidaire: **23€** achats hors épicerie



Association Graines d'Etoiles  
2, rue Marcelin BERTHELOT 89000 Auxerre  
SIRET 453 222 564 00024; LICENCE n°D00303640669

sous réserve de disponibilités



# PROGRAMME DE L'ESA

2 semaines autour de l'alimentation en famille

du 26/05 au 07/06 : **Exposition plaisir et vitamines**  
avec Le livret de jeux pour les enfants

le Mercredi 27 Mai : **L'alimentation équilibrée et saine de façon ludique**  
à 14h

Rencontre collective parents-enfants d'une diététicienne, suivi d'un atelier Eveil' O Goût confection d'une planche autour des 5 sens et 4 saveurs

le Mercredi 3 Juin : **Lecture interactive autour de «se nourrir»** enfants de 3 à 7 ans  
à 14h

**Jeux de société autour de l'alimentation** enfants de + 7 ans

Inscription aux activités à l'accueil de l'association



# Cuisiner, Manger, Bouger

*Les ateliers cuisines*

**MIAM!**



*Petits farcies  
Végétariens*



*Smoothie fraise  
rhubarbe*

## VENDREDI 22 MAI

*Repartez avec votre plat pour à 14H*

*4 personnes*

*Places limités.*



**4€**  
solidaire

**2€**  
Bénéficiaire