



# PLANNING DES ATELIERS

# AVRIL

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



4 rue Léon Serpoulet  
89000 Auxerre  
03 86 81 19 22

## Recherche Esthéticienne

2 heures par semaine  
Auto entrepreneuse / Bénévole  
Épilation visage / Manucure simple



## 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

AUXERRE



Des Questions ?  
Un coup de main ?

Ai - je le droit à des aides ?

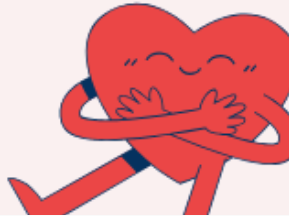
Des soucis économiques, familiaux, de logement, d'insertion...

Une démarche administrative trop compliquée ?

Un courrier que je ne comprends pas

À l'Épicerie Solidaire une personne pour vous aider

**14/04 - 28/04** 14h - 16h



## 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

## LES ATELIERS CUISINES

Avec les enfants

Nuggets de légumes



Pavés douceurs



## Cuisinons ensemble !

MIAM !

Les ateliers cuisines

Tarte tatin de carottes



Roses des sables



**VENDREDI 10 AVRIL**

**DE 14H À 16H**

Parent / Enfant

Places limitées

Inscription à l'accueil

**4€**  
Solidaire

**2€**  
Bénéficiaire

**VENDREDI 24 Avril à 14H**

Repartez avec votre plat pour

4 personnes

Places limitées.

**4€**  
Solidaire

**2€**  
Bénéficiaire



# Les activités du mois

## ET SI ON ALLAIT AU THÉÂTRE ENSEMBLE?



L'épicerie vous propose toutes ces sorties au théâtre

Participation par pièce :



12€  
Solidaire

6€  
Bénéficiaire

Inscription à l'accueil de l'épicerie



### TARIFS spéciale ESA

Spectacles ADULTES:

12-16€

/ Personne

BASE

5€

/ Personne

BÉNÉFICIAIRE

Spectacles ENFANTS :

8€/ Adulte

10€ /Enfant

BASE

2€

/ Personne

BÉNÉFICIAIRE

Inscription à l'accueil de l'ESA !

Regardez la programmation !  
---  
Des spectacles pour tous !

## COURS DE Gym Douce

LE MARDI

DE 9H À 9H45 DÉBUTANT

DE 10H À 10H45 CONFIRMÉ

1ERE SÉANCE OFFERTE

*Pas de performance juste du bien être!*

TARIFS A LA SÉANCE  
0€50 BÉNÉFICIAIRES  
1€ SOLIDAIRES

INSCRIPTION A L'ACCUEIL DE L'ÉPICERIE

LYCÉE PROFESSIONNEL DE CHAMPS SUR YONNE

## ATELIER CUISINE

PLAT MYSTÈRE

ATELIER CUISINE + GOÛTER

ACTIVITÉ PARENTS-ENFANTS

MERCREDI 29 AVRIL 14H-17H



# Sorties Culturelles

*Faisons de vos envies une réalité !*



## Rencontre de Groupe

# Mardi 21 Avril

## à 14h

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



# ATELIER PARENTS - ENFANTS

Bombes  
de graines



Mini-serre  
écolo

**MERCREDI 15 AVRIL A 14H**

Inscription à l'accueil  
Places limitées  
A partir de 3 ans

**1€**  
Solidaire

**0.5€**  
Bénéficiaire