

# 2 décembre 2024 - 8 décembre 2024

décembre 2024							janvier 2025						
lu	ma	me	je	ve	sa	di	lu	ma	me	je	ve	sa	di
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31		
30	31												

## lundi 2 décembre

- 13:45 - 14:00 ACCUEIL CAFÉ
- 14:00 - 16:00 PARTICIPATION LIBRE À LA DÉCO DU SAPIN ET DE LA CRÈCHE
- 14:00 - 15:30 ARTS PLASTIQUES
- 16:00 - 17:45 ARTS PLASTIQUES
- 16:00 - 17:30 ATELIER MANDALA

## jeudi 5 décembre

- 10:45 - 11:00 ACCUEIL CAFÉ
- 11:00 - 12:30 PHOTO LANGAGE
- 12:30 - 14:00 PIQUE-NIQUE AU LOCAL
- 14:15 - 15:00 RELAXATION SOPHROLOGIE (tablettes)
- 14:30 - 16:00 ATELIER TERRE
- 16:00 - 17:30 ÉCOUTE MUSICALE

## mardi 3 décembre

- 10:15 - 10:30 ACCUEIL CAFÉ
- 10:15 - 14:00 PRÉPARATION REPAS ET DÉJEUNER
- 14:00 - 17:30 ATELIER DE COMMUNICATION NON VIOLENTE
- 16:00 - 16:30 PAUSE GOÛTER

## vendredi 6 décembre

- 13:45 - 14:00 ACCUEIL CAFÉ
- 14:00 - 15:30 ATELIER DANSE
- 16:00 - 17:15 RELAXATION QI GONG

## mercredi 4 décembre

- 10:00 - 10:15 ACCUEIL CAFÉ
- 10:15 - 10:45 GYM DOUCE (tablettes)
- 11:15 - 11:50 ATELIER MÉMOIRE (tablettes)
- 12:00 - 13:45 PRÉPARATION REPAS ET DÉJEUNER
- 14:00 - 15:00 GYM ET ÉQUILIBRE
- 15:15 - 15:45 ATELIER AUTO MASSAGE (tablettes)

## samedi 7 décembre

## dimanche 8 décembre