



## L'Association **SELD'AX**

*Tous les jeudis de 15h à 19h, Jeux de société, Belote, Tarot, Scrabble, Café tricot, broderie, couture, autres travaux manuels...et les Ateliers.*

### PROGRAMME des Ateliers

Jeudi 8 février

- Atelier Internet, nettoyage et mises à jours de nos mobiles...avec Muriel.
- Atelier Broderie, découverte initiation, matériel fourni...avec Carmen.

Jeudi 15 février

- Atelier aquarelle, initiation, bases. Fournitures prévus pour 7 pers...avec Brigitte.

Vendredi 16 février

Sortie balade, parcours santé Camina, suivie d'une cueillette d'orties ....Départ 14h30 devant la Chapelle St Jérôme.

Jeudi 22 février

- Atelier Origami de 14h à 15h30, matériel fourni...avec Claire.
- Atelier Bee wraps, fabrication d'emballages écologiques....avec Laurent.

Jeudi 29 février

- Atelier Kéfir, comment faire une boisson fermentée, ancestrale.....avec Carmen.
- Atelier cuisine n°8 : apprendre à faire les Nems, matériel fourni, 7 pers maxi.

Samedi 2 mars

GRATIFÉRIA espace de gratuité, de 11h à 17h devant la Chapelle St Jérôme,  
Apportez ce que vous ne voulez plus... propre, en bon état ...Prenez ce que vous voulez.  
Apéro style Auberge espagnole proposé avec les adhérents du SELD'AX.

Dimanche 3 mars

Marche nordique jusqu'au Étangs de Savignac.. débutants et initiés ...prévoir un goûter.  
Départ 14h30 devant la Chapelle St Jérôme.

*PERMANENCE du SELD'AX assurée tous les jeudis après-midi*

*Réservation conseillée pour les ateliers... 7personnes maxi*

*Participation libre pour les autres activités.*

*Infos 07 86 65 89 62*