

# Le programme de Décembre

Des précisions sur : [www.asso1000vies.fr/horaires-programme](http://www.asso1000vies.fr/horaires-programme)

Réservation obligatoire **06 95 73 13 46** - [association1000vies@gmail.com](mailto:association1000vies@gmail.com) - Tarif libre & conscient

## Bien être Santé



Un temps pour souffler  
Mer 3 décembre  
14h à 15h30

NOUVEAU

Mobilité articulaire  
Jeu 18 déc  
15h à 16h

## Loisirs

### Entraide



Le temps des jeux  
Tous les mardis  
15h à 18h

Initiation aux échecs  
Mer 3 déc  
15h30 à 17h30

Atelier cuisine:  
Gourmandises de Noël  
Jeu 11 déc  
15h à 17h

Atelier cuisine:  
Gourmandises sucrées  
Mer 31 déc  
14h30 à 15h30

Atelier cuisine:  
Verrines salées  
Mer 31 déc  
17h30 à 18h30

## Entraide



Table ouverte  
Tous les mercredis  
12h à 14h  
Spécial Noël  
mer 17 déc

Café des parents  
Jeu 11 déc  
8h30 à 9h30

Atelier numérique  
Jeu 11 déc  
14h30 à 16h

Repair café  
Mer 17 déc  
17h à 19h

L'immobilier en clair  
Jeu 18 déc  
14h30 à 16h

## Langues



Conversation en anglais  
Mer 3 déc  
17h30 à 18h30

Conversation en espagnol  
Jeu 4 déc  
16h30 à 18h

Conversation en allemand  
Mer 10 déc  
15h à 16h30

Café signes  
Jeu 11 déc  
18h30 à 20h

Conversation en italien  
Mer 17 déc  
14h30 à 16h

## Loisirs créatifs



Papote et Tricot:  
Spécial Noël  
Ven 5 déc  
14h30 à 16h30

Création de sujets de noël en tissu à suspendre dans le sapin  
Ven 19 déc  
14h30 à 16h

Décoration de lumignons du réveillon  
Mer 31 déc  
16h à 17h

## Art & culture



Atelier d'écriture  
Ven 5 déc  
Ven 12 déc  
14h15 à 16h30

Viens jouer avec les mots (7-11ans)  
Mer 10 déc  
13h30 à 15h

Atelier Oenologie:  
Les bulles  
Canapés en fête 10€ sur réservation  
Jeu 18 déc  
19h à 21h

## Soirées



Scène ouverte  
Ven 5 déc  
18h30 à 21h30

Purple M en solo  
Ven 12 déc  
18h30 à 21h30

OH HEY-OH HI !  
Adrien et Cynthia font le show !  
Ven 19 déc  
18h30 à 21h30

Réveillon au café  
Mer 31 déc  
à partir de 19h

Du 20 décembre au 5 janvier  
Café 1000 Vies en vacances !!!

Ouvert le mercredi 31 pour fêter le réveillon !