

Mes inscriptions	Date	Heure	Atelier
	Vendredi 13 janvier	9h-11h	Cuisine
	Lundi 30 janvier	14h-16h30	Composition florale
	Jeudi 23 février	14h-16h	Poterie
	Lundi 27 février	14h-16h	Cuisine
	Jeudi 2 mars	14h-16h	Poterie
	A définir	14h-16h	Poterie
	Vendredi 10 mars	14h-16h	Soin relaxation
	Lundi 20 mars	14h-16h	Cuisine
	Lundi 27 mars	14h-16h30	Composition florale
	Mardi 4 avril	14h-16h30	Cueillette sauvage
	Lundi 24 avril	14h-16h30	Composition florale
	Mardi 2 mai	14h30-16h30	Activités manuelles
	Vendredi 12 mai	14h30-16h30	Balade
	Vendredi 26 mai	14h-16h30	Pétanque
	Mardi 30 mai	14h-17h	Visite guidée - Chalon
	Lundi 5 juin	14h30-16h30	Balade
	Mardi 13 juin	14h30-16h30	Activités manuelles
	A définir		Dictée
	Vendredi 30 juin	15h	Paus'café

Programme susceptible d'être modifié

PROGRAMME OUVERT AUX + 18 ANS  
RÉSIDENT À CHAMPFORGEUIL

COTISATION AU SEMESTRE : 8€  
PAIEMENT PAR CB OU CHÈQUE AU CAP

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES

SELON LE NOMBRE D'INSCRITS  
CERTAINS ATELIERS POURRONT ÊTRE  
LIMITÉS À UNE PARTICIPATION PAR  
SEMESTRE

D'autres sorties culturelles seront programmées, nous vous tiendrons informés par email.

Rendez-vous au CAP pour tous les ateliers (sauf mention contraire).

Pour les visites en extérieur, nous vous communiquerons le lieu et l'heure de rdv à l'inscription.

Selon les événements, les trajets se feront en minibus, bus zoom ou covoiturage



*Paus'itive*

JANVIER À JUIN 2023

CAP  
CENTRE D'ACCUEIL PLURIEL

03.85.41.41.02

7, RUE CHARLES LEMAUX -  
CHAMPFORGEUIL

cap.ccas@champforgeuil.fr

VOUS SOUHAITEZ EN SAVOIR  
PLUS SUR LE PROJET  
PAUS'ITIVE ?  
VENEZ NOUS RENCONTRER !!

## Activités manuelles

AVEC VIRGINIE

ATTRAPE-RÊVES

MARDI 2 MAI - 14H30 À 16H30

ARBRE DE VIE - MACRAMÉ

MARDI 13 JUIN - 14H30 À 16H30

## Poterie

INITIATION AVEC L'ASLC

PARTICIPATION AUX 3 ATELIERS  
NÉCESSAIRES

JEUDI 23 FÉVRIER - 14H À 16H

JEUDI 2 MARS - 14H À 16H

3ÈME DATE À DÉFINIR AVEC LES  
PARTICIPANTS

## Composition florale

AVEC LAURENCE CHEVALIER

LUNDI 30 JANVIER - 14H À 17H

LUNDI 27 MARS - 14H À 17H

LUNDI 24 AVRIL - 14H À 17H

## Dictée

En partenariat avec la classe de CM2  
de l'école Pagnol

DATE À VENIR

## Esthétique

AVEC LOLITA TETU

SOINS - RELAXATION

VENDREDI 10 MARS - 14H À 16H

## Cuisine et diététique

AVEC DELPHINE CUDEL

VENDREDI 13 JANVIER - 9H À 11H

LUNDI 27 FÉVRIER - 14H À 16H

LUNDI 20 MARS - 14H À 16H

## Paus'café

AVEC MARIELLE OU LESLIE

Rendez-vous au CAP pour  
la rétrospective des  
ateliers de ce premier  
semestre

VENDREDI 30 JUIN - 15H

## Visite guidée

AVEC LESLIE

Découvrez l'histoire du bastion  
et son souterrain avec un guide  
conférencier

Trajet en bus Zoom (tarif réduit  
possible selon votre situation -  
infos au CAP)

LUNDI 29 MAI 13H30 - 17H

## Pétanque

AVEC MARIELLE

Pour les novices ou les plus  
expérimentés, venez passer un  
après-midi convivial dans le  
parc communal

VENDREDI 26 MAI 14H-17H

## Balades

CUEILLETTE SAUVAGE

AVEC HÉLÈNE BERGER

MARDI 4 AVRIL 14H - 16H30

Lac des prés St Jean - 3km ou 6km

AVEC MARIELLE OU LESLIE

VENDREDI 12 MAI 14H30 - 17H

Sentier botanique - Demigny 3,7km

AVEC MARIELLE OU LESLIE

LUNDI 5 JUIN 14H30 - 17H