

Atelier 1 € Le hammam 7 €

Inscrit(e)
liste d'attente

Lundi 11 Février :
Maquillage

Mardi 12 Février :
Atelier cuisine
Atelier DIY
Cosmétiques

Jeudi 14 Février :
Massage bébé
Maquillage
Ciné Papote

Vendredi 15 Février :
P'tit déjeuner
papote
(gratuit)
Massage

Samedi 16 Février :
Hammam + 7€

Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique

Nom :
 Passeport réglé le :
 Montant :

Pour participer aux animations, validez votre passeport à l'accueil à partir du 4 février 2019.



Moment Bien-être

**Du Lundi 11 Février
au Samedi 16 Février
2019**



Quand y'a pas de zen, y'a pas de plaisir !



**1€ par atelier
7 € pour le Hammam**

Centre Social et Culturel de Beaudésert
 81 Avenue des Marronniers
 33700 MERIGNAC
 ☎ : 05.56.34.10.63
 Fax : 09 70 63 11 77 accueil@cs-beaudesert.fr



Lundi 11 Février

◆ Maquillage

17h45-20h00

Avec Laëtitia (socio-esthéticienne)

Mille et une couleurs, un atelier pour valoriser son image et se faire plaisir
Vous pouvez venir avec votre propre maquillage afin de connaître les astuces pour bien l'appliquer

10 places



Mardi 12 Février

◆ Atelier cuisine

10h30-14h00

Avec Laure de la Banque Alimentaire

Préparation de recettes (entrée, plat, dessert) et partage du repas ensemble !

8 places



◆ Atelier DIY cosmétiques

15h00-17h00

Avec Marion (stagiaire)

Apprenez à fabriquer plusieurs 100% naturelle et repartez avec vos produits fait maison !

10 places



Jeudi 14 Février

◆ Massage bébé (0-3 ans)

9h30 à 11h00

Avec Sophie (psychomotricienne)

Un moment de détente pour vos enfants

(autour des gestes de massage, de relaxation et de comptines)

Prévoir une serviette de toilette

8 places



◆ Maquillage

14h30-16h30

Avec Laëtitia (socio-esthéticienne)

Mille et une couleurs, un atelier pour valoriser son image et se faire plaisir
Vous pouvez venir avec votre propre maquillage afin de connaître les astuces pour bien l'appliquer

10 places



Jeudi 14 Février (suite)

◆ Un temps pour elles: soirée ciné !

18h00-21h00

Qu'est-ce qu'on a fait encore au Bon Dieu ?

Le retour des familles Verneuil et Koffi au grand complet !

Leurs quatre gendres, Rachid, David, Chao et Charles sont décidés à quitter la France avec femmes et enfants pour tenter leur chance à l'étranger.

10 places



Vendredi 15 Février

◆ P'tit déjeuner papote

9h30-11h30

Echange autour de la santé des femmes, Isabelle, intervenante du CACIS* répondra à toute vos questions.

(*Centre Accueil Consultation Information Sexualité)

15 places (gratuit)



◆ Massage

13h15-16h00

Avec l'école de Masso-kinésithérapie (IFMK)

Moment de détente et de relaxation autour d'un massage (environ 20 min)

Prévoir une serviette et un oreiller

15 places



Samedi 16 Février

◆ Hammam :

12h45-17h00

Venez découvrir les bienfaits du hammam

Prévoir serviette, maillot de bain et titre de transport (+savoir noir et gant)

10 places

Participation: 7€ Coût réel: 20€

