

ANT FANM

A T E L Y E

Chak ATELYE ap
kòmanse a 9h épi yon
peti-dejené.
10h a 12h: atelye

A l' Espace Croix-Rouge SMHLM
résidence Vieux Chemin
Rue Xavier Orville Terres
Sainville
Enfo : 06 96 89 13 11

croix-rouge française



GRATIS !

❖ *Jedi 13 Fevriye :*

Fim ak kafé

❖ *Jedi 27 Fevriye :*

Yoga – Pilat

✓ Pòté sèvyèt spò, ak
boutey dlo

❖ *jedi 19 Mas : Brunch*

✓ 9h a 12h : preparasyon
(krèp, gofre, ak lot
espesyalite)

✓ 12h : manjé

❖ *Jedi 2 Avril : atelye penti*

❖ *Jedi 9 Avril : atelye swen
pou cheve :*

➤ Epi pwodwi natirèl.

❖ *Jédi 23 Avril : Sesyon*

zumba

✓ Pòté lenj spò, sèvyèt ak
boutey dlo



ENTRE MUJERES

TALLERES

Todos los talleres empezarán con
desayuno a las 9h

10h a 12h : taller

A l'Espace Croix-Rouge SMHLM
Résidence Vieux Chemin
Rue Xavier Orville Terres Sainville
Info : 06.96.89.13.11



GRATIS !

❖ Jueves 13 de Febrero :
Cine y café

❖ Jueves 27 de Febrero :
Taller yoga – Pilates
(Llevan ropa para desportes
toalla y agua)

❖ Jueves 12 de Marzo :
Brunch

➤ Preparación y
degustación (crepe, waffles y
otras delicias).

❖ Jueves 26 Marzo : Taller
de pintura.

❖ Jueves 9 de Abril : Taller
bienestar : Cuidado del
cabello

❖ Jueves 23 de Abril: Zumba
(Llevan ropa para desportes
toalla y agua)



ENTRE FEMMES

GRATUIT !

ATELIERS

Chaque atelier débute à 9h par
un petit déjeuner

10h à 12h : Atelier

A l'espace Croix-Rouge SMHLM
résidence Vieux Chemin
Rue Xavier Orville Terres Sainville
Infos : 06.96.89.13.11



- ❖ **Jeudi 13 Février :**
Ciné café
➤ Film sur grand écran

- ❖ **Jeudi 27 Février :**
Yoga – Pilates
(apporter tenue de sport,
serviette et bouteille
d'eau)

- ❖ **Jeudi 12 Mars : Brunch**
➤ Préparation et
dégustation (crêpes, gaufres
et autres délices !)

- ❖ **Jeudi 2 Avril : Peinture**

- ❖ **Jeudi 9 Avril : Atelier
bien-être : Soins des cheveux.**
➤ Fabrication à base de
produits naturels.

- ❖ **Jeudi 23 Avril : Zumba**
(apporter tenue de sport,
serviette et bouteille d'eau)

