

Février aux Pot'irons

Pâtisserie (matin)

jeux de société (apm)

Mercredi 1 février **10h/14h**

Le matin (à 10h), faites voyager vos papilles avec un cake qui a tout bon ! Le banane chocolat... Sans gluten !

• Participation financière : 2 €/personne,

Et l'après-midi (à 14h), IFaites vos jeux ! Cartes, plateau... Une jolie sélection qui va vous faire voyager

Yoga (matin) / Initiation au théâtre d'improvisation (apm)

Samedi 4 février **10h/14h**

Le matin (à 10h15), laissez-vous transporter dans l'univers du Yoga ! Isabelle guide débutants et confirmés.

• Participation financière : 7 €/personne, Pensez à votre tapis de gym.

Et l'après-midi (à 14h), Initiez-vous au théâtre et voyagez par le mime, la musique ou encore vos histoires inventées !

Pâtisserie (matin)

Karaoké (apm)

Mercredi 8 février **10h/14h**

Le matin (à 10h), nous préparerons de quoi réchauffer vos petits cœurs ! Embarquement immédiat dans le voyage de l'amour avec un atelier spécial St-Valentin : des petits sablés en forme de cœur.

• Participation financière : 2 €/personne,

Et l'après-midi (à 14h), À vos micros ! Atelier karaoké autour de la musique du monde... Une jolie sélection vagabonde !

Pilates (matin)

Samedi 11 février **10h15**

Le matin (à 10h15), c'est Pilates ! Avec Darius, voyagez entre souplesse, renforcement et détente...

• Participation financière : 5 €/ personne, sur inscription. Pensez à votre tapis de gym

Balade verte (apm)

Mercredi 15 février **14h**

Le matin, nous sommes fermés... les Pot'es sont en formation !

Et l'après-midi (à 14h), Explorons le quartier Danube ! Rendons-lui sa superbe en étant à l'affût des déchets ! Le goûter est offert aux ramasseurs.

Yoga (apm)

Collage créatif (apm)

Réparation vélo (apm)

Samedi 18 février **10h15 / 14h**

Le matin (à 10h15), laissez-vous transporter dans l'univers du Yoga ! Isabelle guide débutants et confirmés.

• Participation financière : 7 €/personne, Pensez à votre tapis de gym.

Et l'après-midi (à 14h), baroudez dans votre imagination pour créer des paysages uniques ! Marie vous initiera à la technique du collage.

En plus ? (de 14h00 à 16h), Cyclo Pot'es ! Pascal jette un œil à votre vélo. Entretien ou petite réparation... Qui veut voyager loin ménage sa monture !

Pâtisserie (matin)

Atelier créatif (apm)

Mercredi 22 février **10h / 14h**

Le matin (à 10h), embarquement immédiat pour Mardi Gras, les Pot'es proposent de cuisiner des beignets de carnaval ! Venez déguisés !

• Participation financière : 2€/personne.

L'après-midi (à 14h), atelier créatif autour du thème des déguisements : direction Venise avec la création de masque en feutrine.

• Participation financière : 2€/personne.

Pilates (matin)

Atelier cuisine participative (matin)

Atelier Connect (apm)

samedi 25 février **10h / 14h**

Le matin (à 10h15), c'est Pilates ! Avec Darius, voyagez entre souplesse, renforcement et détente...

• participation financière : 5 €/ personne, sur inscription. Pensez à votre tapis de gym

Le matin (à 10h), participez à l'atelier Pot'au feu !

Le concept ? Un atelier de cuisine participative. Chacun met la main à la pâte et à midi tout le monde passe à table !

• participation financière : 6 €/ personne, sur inscription. Possibilité de venir uniquement pour le repas.

Et l'après-midi (à 15h), Il fait bon vivre dans le quartier Danube ! Installons tous ensemble l'hôtel à insectes et les nichoirs. Une belle collaboration avec l'association EDEN.