



PROGRAMMATION CAFÉ DU DÔME

MARS

INTERVENTION THEMATIQUE

Mardi 18

14h à 16h : " Pourquoi le 08 mars reste -t-elle une date importante ?"
Venez échanger sur l'histoire et vos connaissances avec l'équipe du Girofard

ATELIER MACRAME

Vendredi 28

14h à 16h: Venez confectionner votre porte clé
Animé par une bénévole



EXPOSITION / ATELIER ARTISTIQUE

Jeudi 27

14h-16h : Rencontre avec une artiste et proposition d'une activité
Animation proposée par Mix-cité



ATELIER TRICOT

Vendredi 14 et mardi 25

14h à 17h : confectionnez vous même vos vêtements ou accessoires
Public famille
avec une habitante passionnée



ATELIER CREATIF

Jeudi 13

14h à 16h : Réalisation d'une œuvre en paper quilling

Jeudi 20

14h à 16h : Marche verte dans le bois de Thouars pour récolter des déchets afin de réaliser une œuvre
Encadré par l'équipe du centre social et culturel Mix-cité

ATELIER COUTURE

**Mercredi 19 de 9h30 à 12h
et**

Vendredi 21 de 14h à 16h30

Temps convivial et partagé pour créer pour vous ou pour vos proches
Public famille





PROGRAMMATION CAFÉ DU DÔME

MARS

INVITATION AU RÊVE ET À L'ÉCRITURE



Mercredi 12

14h30 à 16h : jouez avec les mots ! C'est facile et ludique !

Sans obligation de résultat et pression, on vous invitera à travers plusieurs petits jeux, à découvrir toute la beauté de l'écriture.

Public adulte

avec une passionnée de l'écriture

ATELIER SOPHROLOGIE



Mardi 11 de 14h30 à 15h30

Public Adulte

Détente assurée après ce temps de relaxation

Prenez votre tapis avec vous

Animé par Marie-Cécile Boulon



ATELIER YOGA

Mardi 25

11h à 12h : Amenez votre tapis pour méditer, respirer et plonger dans des postures qui vous apaiseront

Public adulte

Encadré par une bénévole

ATELIER ÉCHECS



Tous les mardis

14h à 17h : venez profiter d'un moment de détente pour apprendre et jouer au jeu d'échecs.

Public famille

avec un habitant passionné

HORAIRES DU CAFÉ

Lundi : 13h30 à 17h

Du Mardi au vendredi :
9h30 à 12h et 13h30 à 17h
cafedudome@talence.fr

05 56 84 64 27

INFO :

Vendredi 07 mars

Le centre social et culturel Mix-Cité vous propose une soirée loto au Dôme

Ouverture des portes à partir de 19h

