

PLANNING « Atelier Smile »

MOIS de Mars

Mardi 05/03	Matin : 9h - 12h	<u>Atelier culinaire</u> Tartine chaude chèvre/miel Boulettes sauce champignons – farfalles Mousse au spéculoos
	Après-midi : 13h – 15h	Loto Bingo
Mercredi 06/03	Matin : 9h - 12h	Approche de la lecture pour les activités intergénérationnelles
	Après-midi : 13h – 15h	Intervention du Dr Caroline Woestyn
Jeudi 07/03	Matin : 9h - 12h	Activité avec Pauline : Gym douce
Mardi 12/03	Matin : 9h - 12h	<u>Atelier culinaire :</u> Œufs au four gratiné. Céleri-Rave sauté et chicons, caramélisés au lard croquant. Tarte flan
	Après-midi : 13h – 15h	Jeux en groupe sur l'estime de soi
Mercredi 13/03	Matin : 9h - 12h	Visite de la bibliothèque à Comines, rencontre avec Barbara et Sylvie.
	Après-midi : 13h-15h	Marche le long de la lys à Warneton (Jeux de société si mauvais temps)
Jeudi 14/03	Matin : 9h - 12h	Gym douce et relaxation
Mardi 19/03	Matin : 9h - 12h	<u>Atelier culinaire</u> Salade composée Couscous vegan Carot Cake
	Après-midi : 13h – 15h	Atelier avec Anaïs diététicienne sur les addictions alimentaires
Mercredi 20/03	Matin : 9h - 12h	Pâtisserie : tarte aux prunes et massepain
	Après-midi : 13h – 15h	Atelier bien être : Réalisation de cosmétique maison

Jeudi 21/03	Matin : 9h - 12h	Visite au musée de la rubanerie de Comines
Mardi 26/03	Journée : 9h - 15h	Visite du musée d'Aubechies- Beloeil
Mercredi 27/03	Matin : 9h - 12h	<u>Atelier culinaire</u> « Les anniversaires du mois » Potage Pain de viande, pomme de terre, crudités Gâteau nid d'oiseau
	Après-midi : 13h – 15h	Karaoké
Jeudi 28/03	Matin : 9h - 12h	Atelier énergie animée par notre tuteur en énergie Stefano