



## culinaires



05/06 10h/14h : **Atelier cuisine au centre social de l'Alouette,**

Préparation sur place : Bibimbap au bœuf et aux légumes locaux, mousse au chocolat à la fève de Tonka.

*Nouveau: Laculture à table*

07/06 17h/21h : **quartier Madran, terrain de sport joutant l'École Jacques Cordier**

thème : Sports et Harry potter - Menu à définir autour du rouge et du vert!

Flyer à prendre à l'épicerie

19/06 09.30h/11h30 : **atelier cuisine à l'école Jacques Cordier**

Confection de Fontainebleau à déguster avec des pains d'épices.

20/06 9h/13h : **Pic Nic Labo sur le campus**

22/06 10h/15h : **Fête du quartier au parc Lavielle en partenariat avec le comité de quartier candau** - Participation libre à partir de 5 euros pour le repas. Menu : Tempura d'oignons, Bibimbap du moment et salade de fruits speculoos

26/06 16h/20h : **Atelier AQUITANIS.**

Menu : Couscous

*Nouveau*

*Venez bricoler avec nous pour faire des tables pour le nouveau lieu d'EPISOL!!*

26/06 15h/17h : Ateliers participatifs bois sur le second lieu d'Episol - 110 avenue de Canéjan - esplanade Cap métiers. Atelier Bois pour décoration des tables avec Fred aux commandes!



## manuelles

Tous les mardis

22 et 29/06

10h/12h-14h/17h : **atelier couture** avec Eliane et Léa à Epi'Sol

10h/12h: **Ateliers artistiques** avec Céline de l'association Tumanako Le 22 au Parc Lavielle, le 29 à EPISOL



## marâchères

En fonction des conditions météo

10h/16h : **Atelier plantation au jardin du bois des roses** avec Jeff

*Si vous êtes intéressés, rejoignez le groupe whatsapp - Demandez conseil à EpiSol*



## numériques

Tous les ven matins

10h/12h : **accès numérique libre** à Epi'Sol



## Sportives/ bien être

07/06 16h40/18h : **Atelier marche** avec Chrystel - Rdv devant EPISOL

14/06 16h40/18h : **Atelier marche** avec Chrystel - Rdv devant EPISOL

12/06 15h/17h : **Atelier sophrologie avec Caroline** - Prendre rdv pour créneau d'1h

22/06 9h30/11h : **Atelier marche** avec Chrystel - Rdv devant EPISOL

29/06 9h30/11h : **Atelier marche** avec Chrystel - Rdv devant Episol