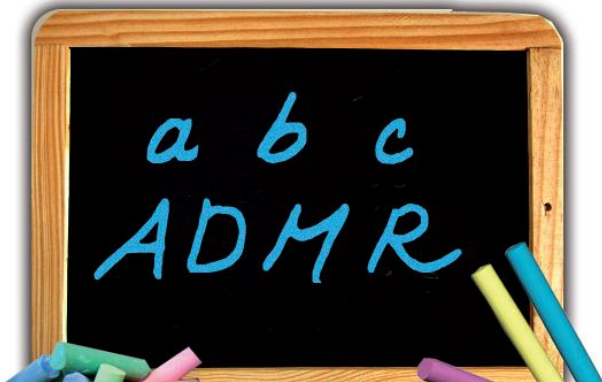


Alphabétisation et cours de français

> **Mardi et Jeudi de 9h15 à 11h**



Vous voulez acquérir les bases de la langue française ou vous perfectionner en français!

Venez nous rejoindre!

Nous vous aiderons à lire, à écrire, à tenir une discussion pour mieux échanger.

Exercices de grammaire
Cours d'orthographe
Lecture
Discussions

Ces séances sont animées par une équipe de bénévoles dynamique et conviviale, pour apprendre dans la bonne humeur.

Ne pas jeter sur la voie publique

Projet d'Animation Sociale
ADMR St Rémy de Provence

Renseignements
04 90 92 57 61 - 04 90 92 18 36

stremy@admr13.org

Mas Maryvonne Chapus
389 Route de Maillane
13210 St Rémy de Provence



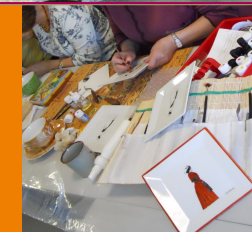
P A S

Projet d'Animation Sociale
ADMR St Rémy de Provence

**Des activités
utiles,
pratiques,
dans la gaîté
et la bonne
humeur.**



Peinture sur porcelaine
Boutis
Couture - Patchwork
Alphabétisation
Initiation à la poterie
Club de marche



 **ADMR**
la référence du service à la personne

Peinture sur porcelaine

> **Lundi de 14h à 16h**

Initiation et perfectionnement

Vous pourrez décorer votre vaisselle, vos vases, vos coupes, vos objets de décoration, dans une ambiance calme et détendue, et vous vous découvrirez des talents d'artistes.



Atelier poterie

> **Jeudi de 14h à 17h**

Initiation et perfectionnement

Toutes ces activités se déroulent dans un esprit convivial et de détente.



Boutis Couture Patchwork



> **Mardi de 13h30 à 16h**

Vous voulez apprendre à coudre, alors venez - nous rejoindre. Nous vous apprendrons à :

- Prendre vos mesures
- Faire un patron
- Vous servir d'une machine
- Faire des boutonnières
- Confectionner des vêtements
- Initiation au patchwork

Vous apprendrez à faire des housses de coussins, des napperons, des tableaux, des nappes, des dessus de lits, etc...

Renseignements

04 90 92 57 61 - 04 90 92 18 36

**ADMR 13 - 389 Route de Maillane
13210 St Rémy de Provence**

Club de Marche

> **3 niveaux de marche**
Mardi à 13h30 et vendredi

(voir calendrier)

Si pour vous marcher signifie :

- Entretenir sa santé physique
- S'imprégner de la campagne provençale et de ses senteurs
- S'entre aider par une solidarité de groupe
- Se lier au fil des balades avec d'autres adeptes de la nature

Pour tous renseignements sur le club de marche **contactez Annie au**

06 79 84 24 66

*Alors n'hésitez plus,
venez nous rejoindre!*

