LA LETTRE D'INFORMATION

janvier 2020

l'Association

Que chaque jour de cette nouvelle année vous apporte du bonheur, de la joie, de belles rencontres et vous garde en bonne santé !

Pour marquer cette entrée dans l'année 2020 , vous êtes cordialement invités à participer aux vœux de l'Association et à partager la Galette des Rois le **jeudi 16 janvier**, à partir de **16h30**, **salles 4/5** de la **Maison des Associations d'Aubigny**.

Bien Vivre

- la **Méditation** aura lieu les **mardi 14 et 28 janvier**, à **18h00**, au **8 rue René Couzinet** à **Aubigny**.
- **Vivre au Naturel**: **"vos usages des huiles essentielles"** sera le thème abordé le **jeudi 23 janvier**, à **14h30**, au **8 rue René Couzinet** à **Aubigny**.

ATTENTION : la date initialement annoncée était le 16 (déplacement cause vœux)

Culture

Programme Culturel saison 2020 / 2021 :

- Le groupe Culture a engagé la réflexion sur ce que pourrait être le contenu de cette future saison. **Vous avez des envies, vous avez des lieux à nous faire connaitre, vous avez des personnes à nous faire rencontrer ou entendre** (conteur(e), musicien(ne),...), ... n'hésitez pas, !

transmettez nous vos suggestions à : **contact@les4e.fr.**

Découverte : la Mothe Achard
mardi 28 janvier - 10h00 / 16h30

Nous vous proposons la découverte de 2 exploitations, bien différentes l'une de l'autre. (le flyer est ici)

- **chez Vincent, à Ricordeau**: il élève des **vaches de race "Simmental"** (origine Suisse). Vache rustique, elle présente d'excellentes qualités tant au niveau de la production laitière que de la viande. plus d'infos: ici. **Vincent a eu le 1er prix pour cette race, l'an passé, au Salon de l'Agriculture** et souhaite reconduire ce résultat en 2020. **Il nous présentera l'animal sélectionné pour cette année et**, plus généralement, **son exploitation**.
- **chez Yohann, à l'Auzaire**: fraichement installé, mais expérimenté, il élève **porcs, volailles... comme voila 50 ans, et produit fruits et légumes divers**. Il les commercialise dans sa **boutique "les jardins de l'Auzaire"**, avec ceux de ses voisins (voire plus).
- **On part le matin, à 10h00** pour la découverte de **l'exploitation à Ricordeau**. Déjeuner prévu dans une ferme voisine. Le repas sera composé de **produits de ces fermes, cuisinés par leurs soins (tarif 17€)**. **L'après-midi, visite de l'exploitation de Yohann à l'Auzaire** pour découvrir **les diverses productions** (en option : approvisionnement possible au magasin de la ferme).

Paris - Salon de l'Agriculture / les 24 et 25 février:

- Nous avons dépassé le seuil minimum, le déplacement se fera donc dans les conditions indiquées dans le document d'inscription.
- Il nous **reste à régler quelques points**, tels:

- **le programme du lundi**, pour ceux qui ne vont pas au salon ce jour là
- informer sur **le déroulement du mardi**, notamment du concours de "Simmental" **(notre sortie du 28 janvier est en lien avec celui-ci)**
- **l'occupation des chambres doubles** pour les personnes inscrites seules,

et sans doute **quelques détails** (contacts, lieux de rassemblements,...)

- Pour évoquer ces différents points, nous nous retrouverons **salles 4** et **5** de la **Maison des Associations d'Aubigny** , le **lundi 13 janvier** à **17h15**

Détente - Jeux

Les après-midi de **Jeux** se dérouleront les **jeudis 2, 16 et 30 janvier**.

L'après midi du 16 janvier sera un peu « écourté » pour vous permettre d'assister aux vœux de l'association et déguster la galette des rois.

Horaires inchangés: **14h30**, **salles 2** et **3**, **Maison des Associations d'Aubigny.**

Informatique

Les après-midi d'initiation, perfectionnement à l'**Informatique** se dérouleront les **lundis 6, 13, 20** et **27 janvier**.

Courant janvier, nous envisageons de créer deux groupes pour nous adapter aux demandes des participants.
Au programme de ce mois: les commandes de windows 10 - le panneau de configuration - ajout/suppression de programmes.

Horaires inchangés: **14h30**, **salles 4** et **5**, **Maison des Associations d'Aubigny.**

Loisirs Créatifs

Travaux Manuels et Scrapbooking : quelques changements interviennent à partir de ce mois de janvier. Une **réunion d'information** est organisée le **mercredi 8 janvier**, à **18h,** en **salle 2** de la **Maison des Associations d'Aubigny.**

- L'atelier **"Travaux Manuels"**, vous propose de **créer un triptyque floral (ou cadre simple) magnolia, pour photos, petites phrases ou messages**.

Fournitures à prévoir achetées dans un magasin de votre choix. L'animatrice Colette Gilbert, peux fournir des papiers si vous le souhaitez.
- (des) cadre(s) noir(s) ou à peindre (dimensions (des) cadre(s) à votre convenance.
- peinture pour celles qui ont un (des) cadre(s) à peindre
- une feuille ou deux, imprimées
- une feuille jaune
- une feuille verte
- colle, petits double face, roller collant double face
- pour le triptyque: de la ficelle.

Vendredi 24 janvier, à partir de **14h30**, **salles 2** et **3**, **Maison des Associations d'Aubigny.**

- L'atelier **"Scrapbooking"**, vous propose de créer **une carte cascade pour la nouvelle année (ou autre motivation)**

Fournitures à prévoir achetées dans un magasin de votre choix. L'animatrice Nicole Cannepin, peux fournir des papiers si vous le souhaitez et met à disposition des tampons et dies sur le thème des Fêtes.
Pour une carte de 10,5 x 10,5cm :
- 1 feuille A4 de papier plutôt lisse de +/- 210g
- double face de max 1cm de largeur
- une base pour votre carte: papier A4 de couleur
- de quoi décorer la carte et le système cascade (tampon, papier décor,...)

Mardi 14 janvier, à partir de **14h30**, **salles 2** et **3**, **Maison des Associations d'Aubigny.**

- L'atelier **"Couture"**, vous propose la suite et fin des travaux en cours : vide poche à rabats - porte bouteille - sac à tarte et petits accessoires (porte clefs etc....)

Et bien sûr, vous pouvez toujours venir avec tricot, crochet ou broderie !
La séance se terminera par la dégustation d'une galette des rois.

Vendredis 10, 17 et 31 janvier, à partir de **14h30**, au **12 rue du Stade** à **Aubigny**.
ATTENTION: le 3 (date initiale) glisse au 10

Retrouvez les dernières informations et l'agenda des activités sur:

www.les4e.fr

Se désabonner | Gérer mon abonnement
association les 4E - Aubigny-les Clouzeaux

Ensemble, Échange, Entraide, Enrichissement