

Calendrier des ateliers d'août du tiers-lieu Autrement

Vendredi 1 août

- 14h-16h : Atelier remue-méninges (sept participants maximum)

Mardi 5 août

- 14h-17h : Atelier Sos Paperasse. Besoin d'aide pour de la paperasse ? Nous proposons des rencontres individuelles pour vous aider (avec ou sans rendez-vous).
- 14h-16h : Atelier théâtre (8 participants maximum).

Mercredi 6 août

- 13h-15h : Atelier tricot (7 participants maximum).
- 15h-17h : Atelier écriture (7 participants maximum).

Jeudi 7 août

- 12h-14h : Papotage pique-nique. Vous êtes proche-aidant et avez envie de papoter ? Venez nous retrouver pour papoter et déjeuner ensemble !
- 13h30-17h30 : Atelier dessin en individuel (1h par personne). Vener laisser parler votre créativité (participation financière, 4 participants maximum).

Vendredi 8 août

- 14h - 15h30 : Voyage en casque virtuel entre Grèce et Texas (8 participants maximum).
- 16h - 18h : Pétanque (7 participants maximum).

Mardi 12 août

- 14h - 17h : Sos Paperasse. Besoin d'aide pour de la paperasse ? Nous proposons des rencontres individuelles pour vous aider (avec ou sans rendez-vous).
- 14h30 - 16h30 : Papotage. Envie de discuter de tout et de rien dans une ambiance conviviale, c'est le moment !
- 14h30 - 16h30 : Marche. Envie de faire quelques pas ? Rejoignez-nous.

Mercredi 13 août

- 14h - 15h30 : Voyage en casque virtuel entre Grèce et Texas (7 participants maximum).

Jeudi 14 août

- 14h - 16h : Atelier Diamond painting. Venez vous détendre en réalisant des Diamond painting (entre le point de croix et la peinture par numéro) (8 participants maximum).
- 18h - 20h : After work jeux and co

Du vendredi 15 août au lundi 25 août inclus

Fermeture estivale. Si vous avez besoin d'échanger avec un aidant, notre ligne est basculée sur l'association Avec Nos Proches, qui vous écoutera avec bienveillance lors des jours de fermeture du tiers-lieu. Le numéro reste inchangé : 03 65 67 27 53.

Mardi 26 août

- 14h - 17h : Sos Paperasse. Besoin d'aide pour de la paperasse ? Nous proposons des rencontres individuelles pour vous aider (avec ou sans rendez-vous).
- 14h - 16h30 : Atelier Cuisine. Venez cuisinez en bonne compagnie.

Mercredi 27 août

- 12h - 14h : Repas aidants-aidés. Venez passer un moment convivial entre aidant et aidés !
- 14h - 17h : Atelier création poétique (7 participants maximum).
- 17h - 18h : Atelier sophrologie avec Marie. Venez vous relaxer grâce à des techniques qui visent à favoriser le bien-être et à réduire le stress (participation financière, 8 participants maximum).

Jeudi 28 août

- 14h - 16h : Socio-esthétique. Venez vous faire chouchouter (participation de 5 à 10€).
- 13h30 - 17h30 : Atelier dessin. Venez laisser parler votre créativité (7 participants maximum).

Vendredi 29 août

Fermeture

Besoin de soutien ? Le Tiers-lieu Autrement vous accueille au 12 rue des Francs Muriers à Amiens

Accueil libre, le mardi, mercredi et vendredi de 12h à 18h et le jeudi de 12h à 20h

Plus d'informations par téléphone au **03 65 67 27 53** ou **07 68 12 68 75** ou par mail : autrement@udaf80.org.