

Almanach Janvier 2019

« **De nombreuses plantes** permettent à la fois de soigner les petits maux du quotidien (blessures, coups de soleil, mal de gorge, fatigue...), **mais également de préparer soi-même des produits naturels.**

Nous vous proposerons, chaque mois, durant l'année 2019, de découvrir une plante ou un fruit et l'associerons à un soin. Nous commencerons cette année avec **le citron** ».

Estelle et Isabelle



Gargarisme au citron et au miel

Ingrédients : ½ citron
1 cs de miel
1 verre d'eau chaude

« Pressez un demi citron. Ajoutez le jus de citron et le miel dans un verre d'eau chaude (mais non brûlante).

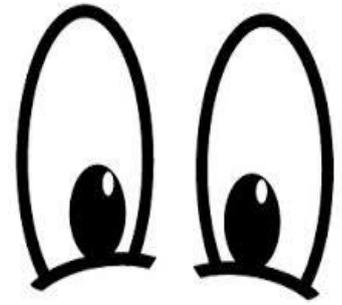
Faites un gargarisme en prenant une gorgée du mélange et en le brassant au fond de la gorge.

Recrachez puis renouvelez 5 à 6 fois jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de liquide.

Le rhume débute souvent par un mal de gorge qui persiste généralement 3 à 4 jours. Le gargarisme au citron et au miel est un bon moyen pour soulager ce symptôme douloureux. Consultez un médecin si les symptômes persistent ».



A VOIR ET...



Conférence

Lundi 07 Janvier à 14h30

MJC – 2A, Avenue de la Libération – St Chamond – 04 77 31 71 15

« Une invitation au voyage sur un continent ardent, d'Abidjan à St Pierre de la Réunion, de Libreville à Dakar, à la rencontre de gens « remarquables » qui vous parlent à l'oreille dans votre langue, comme un écho chaleureux à des milliers de kilomètres de notre pays ».

Plein tarif : 6€

Adhérent : 3€



Spectacle

Samedi 12 Janvier à 15h

Maison de l'Université-10, rue Tréfilerie-Saint Etienne 04 77 42 18 45

« Mais où est passé le professeur Dino ?

Vous êtes invités dans le laboratoire du célèbre professeur Dino, le plus grand spécialiste des dinosaures. Mais au moment où les enfants se présentent, aucune trace du Professeur. Pour Victor, son assistant et pour les enfants du public c'est une énigme ».

Tarif : 8€



Concert

Dimanche 13 Janvier à 16h

**Centre culturel Le Sou-19, rue Romain Rolland-La Talaudière-
04 77 53 37 70**

Concert du Nouvel An

« Pour ce concert gratuit organisé par le comité des fêtes, nous jouerons les 4 pièces classiques de la messe de Ste Cécile et quelques danses classiques...ou pas ! ».

Réservation conseillée...Billets à la vitrine ou en mairie !

Tarif : gratuit



Thé dansant

Dimanche 13 Janvier de 14h30 à 19h30

Pôle festif-Rue du Stade-La Talaudière-04 77 53 86 72

« Thé dansant avec l'orchestre Jo Goy. Ambiance assurée dans la convivialité ».

Public concerné : séniors

Tarif : 10€

A FAIRE



Loto

Dimanche 13 Janvier

Rue de la Creuse-Pole festif du Fay-St Jean Bonnefonds

Ouverture des portes 13h15-Début du jeu 14h précises

« 1 séjour à gagner, 1 VTT électrique, 1 tablette numérique, 1 overboard, des bons repas et des bons d'achat ainsi que plein d'autres lots,... ».

2€ le carton

10€ les 6 cartons



Galette des Rois

Samedi 19 Janvier

Centre Social Vivaraize-04 77 57 18 00

Galette des Rois

A partir de 9h30 confection au centre social **sur inscription**

A partir de 14h dégustation **sur inscription**

Tarif : 2.50€



Randonnée

Dimanche 21 Janvier de 8h à 14h

Départ de la salle des Fêtes de Chartonnes 04 77 30 86 69 –

04 77 30 01 58 – 06 72 89 05 78

« Sury le Comtal – Plaine du Forez : Marche des bords de Mare. 5 circuits avec label qualité de 7, 13, 17, 20 et 27 kms. Assiette garnie offerte à l'arrivée ».



Jardin Partagé

Samedi 26 Janvier à partir de 9h30

Centre Social Vivaraize-04 77 57 18 00

« 9h30 accueil autour d'un café, 10h entretien au jardin et pour finir 11h30 temps convivial ».



Sortie familiale REAAP « Familles connectées »

le Samedi 2 février 2019 à 13h45

Théâtre d'improvisation au Lycée Etienne Mimard

Sur inscription au Centre Social avant le 20 Janvier 2019

Ça s'est passé

chez nous...

FÊTE DE NOËL AU JARDIN D'ENFANTS...



**LE SAMEDI 8
DECEMBRE 2018**



Les familles sont venues nombreuses assister au spectacle préparé par l'équipe. Le Père Noël est ensuite venu nous rendre visite et offrir de nouveaux jeux pour le jardin d'enfants. Nous l'avons bien mérité car nous sommes tous très sages !!! Papillotes, gâteaux, chocolat, nems... nous nous sommes régalés grâce aux talents de cuisinier des parents...

....Nous vous souhaitons une excellente année 2019....