

Almanach

Décembre 2019

ça va se passer chez nous



Repas de Noel partagé

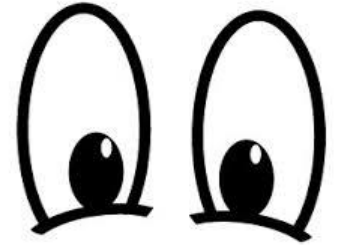
Samedi 14 Décembre 2019

Chacun apporte une spécialité à faire découvrir

***Rdv à 12h ou à 11h pour la mise en place au
centre social de la Vivaraize***

Inscription obligatoire avant le 7/12

A VOIR ET...



Stage d'atelier bricolage

Mercredis 4 et 18 Décembre de 15h à 16h

Pièces montées - 1, rue du Théâtre – Saint Etienne

« Atelier de fabrication d'un jeu de laçage à partir de nos chutes de production (enfants de 4 à 8 ans, durée 45 min à 1h). Ce jeu permettra ensuite à l'enfant de s'entraîner à faire ses lacets ; Prévoir des vêtements qui ne craignent pas la peinture ! 8 enfants maximum par atelier. Matériel fourni. Réservation jusqu'à la veille de l'atelier ».

Plein tarif : 7€

1 parent + 2 enfants : 6€

1 parent + 1 enfant : 4€

1 parent + 3 enfants : 7€

Rencontre avec l'atelier Jardin Partagé

Samedi 7 Décembre à 9h30

Centre Social Vivaraize – 9, Passage du Pré des Sœurs – Saint Etienne –

04 77 57 18 00

Stage/atelier « Les malédictions de la sorcière »

Samedi 7 Décembre de 13h30 à 17h

Place Saint Charles – Saint Jean Bonnefonds – 06 08 83 08 98

« En avant-première du Téléthon, venez déjouer la malédiction de la sorcière sur un parcours à pied de 2kms. Départ place St Charles.

Boissons et crêpes sur place ».

Marche afghane

Dimanche 8 Décembre de 10h à 12h

« Les bienfaits de la marche associée à la respiration :

Présence à soi-même, calme intérieur, connexion à la nature».

Renseignements et réservations : Elise PERROT, Sophro-Relaxologue,
06 95 36 40 77

A FAIRE



« Vide ta chambre, Noel 2019 »

Dimanche 8 Décembre de 9h30 à 15h30

Bourse du Travail – Cours Victor Hugo

« Brocante réservée aux vendeurs de 6 à 14 ans »

+ d'infos : www.leschicoufs.com

Leschicoufs.events@gmail.com

Repas de Noel partagé

Samedi 14 Décembre à 12h (ou à 11h pour la mise en place)

Centre Social Vivaraize – 9, Passage du Pré des Sœurs – 04 77 57 18 00

« Venez vivre avec nous un moment de partage, de joie et de bonne humeur autour d'un repas de Noel partagé. N'hésitez pas à venir nous faire découvrir une de vos spécialités. Nous vous attendons nombreux, à très bientôt... »

Inscriptions avant le 7 Décembre.

Marché de Noel

Du Vendredi 20 au Dimanche 22 Décembre de 9h à 19 /

Fermeture à 21h le Vendredi

Parc des Expos – St Etienne – Hall B

« La chambre d'agriculture de la Loire organise avec le soutien du Conseil Départemental, un marché de Noel évènementiel dédié à la production fermière et artisanale de la Loire ».

*L'ensemble des équipes du
Centre Social Vivaraize – St Roch
vous souhaite d'excellentes
fêtes de fin d'année*



Le pin sylvestre



- **Partie utilisée :** Aiguilles
- **Propriétés :** Il soulage les affections respiratoires, tout en étant tonique, antiseptique, ou encore rubéfiant (chauffant)...
C'est une des plantes indispensables pour tous les petits maux liés au froid !

Bain pour les pieds aux aiguilles de pin :

Ingrédients :

- 🌲 **2 poignées d'aiguilles de pin fraîches ou sèches**
- 🌲 **2L d'eau**

« Faites bouillir sous un couvercle les aiguilles dans l'eau pendant 10 minutes. Versez dans une bassine, à travers une passoire et laissez tiédir.

Trempez les pieds dans cette décoction pendant 5 à 10 minutes. Tamponnez avec une serviette.

Ce bain prépare à la pédicure (pour retirer la corne avec une râpe ou une pierre ponce par exemple). Il assainit les pieds ayant tendance à la transpiration malodorante ou aux mycoses. On peut le faire une ou deux fois par semaine si nécessaire ».