



CLUB DES AÎNÉS

« CAP BONNE HUMEUR »

Jeudi 05 juillet 2018

ART FLORAL avec Annick RAIMOND

14h00-17h00 : montage floral

6,00 €

* Prendre 1 sécateur, 1 couteau de cuisine, 1 paire de ciseaux, 1 lavette, 1 essuie et des pics à brochettes/cure-dents (facultatif)

**** le matériel nécessaire sera communiqué ultérieurement.**



Les inscriptions doivent **impérativement** se faire au plus tard pour le vendredi (**midi**) qui précède la semaine d'activités.

CLUB « CAP BONNE HUMEUR »

Une organisation de la commune de Vaux-sur-Sûre en collaboration avec le CPAS

Informations:

Quand? **1 à 2 après-midis par semaine**

Où? **Maison des générations—Bercheux**

Prix? , GRATUIT, **2€, 6€ ou 12€** .

Contact et renseignements :

Angélique CRÉER (Coordinatrice du Club des aînés « Cap bonne humeur »)

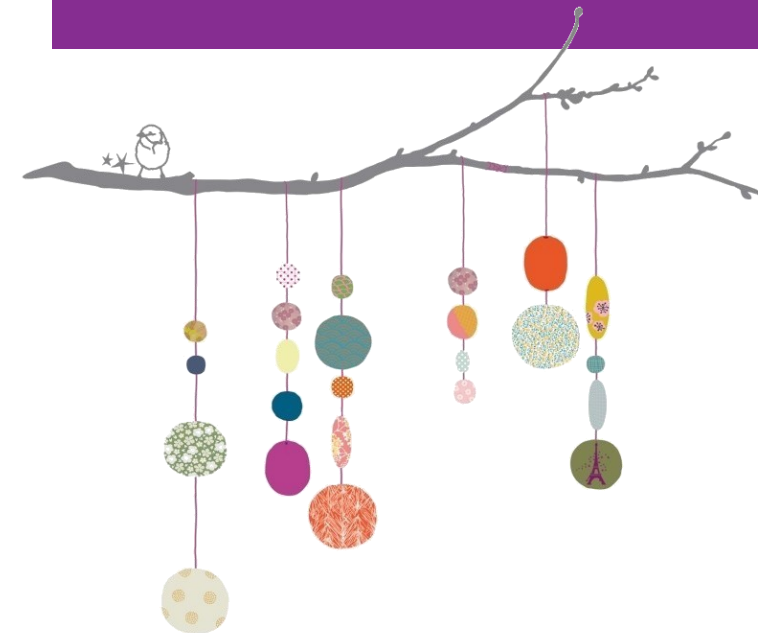
061/26 09 95 ou 0472/ 60 77 30

angelique.creer@commune-vaux-sur-sure.be

Pascale LAMOLINE (Présidente CPAS)

0494/ 44 67 07

Juin 2018



Lundi 04 juin 2018

RANDONNÉE AVEC BÂTONS DE MARCHÉ
AVEC LAURENCE MAQUET

14h00-16h00 : randonnée entre 3 et 5km.
6,00 €

**** Pas de matériel nécessaire**
***** Lieu : Hall sportif de Morhet**

Lundi 11 juin 2018

ATELIER BOULANGERIE-PÂTISSERIE
AVEC « LES BÊTISES DE NICOLAS »

9h00-13h00 : recette mignardises salées
(Groupe 1) + diner
6,00 €

***Prévoir un tablier de cuisine et une boîte de transport.**

Mardi 12 juin 2018

AQUAGYM avec François THIRY

13h00-14h00 : 30 minutes d'aquagym +
30 minutes de jacuzzi
6,00 €

* Vestiaires individuels / Piscine sécurisée (rampe d'appui aux bords de la piscine)
*** Prévoir des sandales pour éviter de glisser.**

!!!! INSCRIPTION!!!!

Mercredi 13 juin 2018

ATELIER PEINTURE
EN COLLABORATION AVEC ART'LIGUE

09h00-12h00 : apprentissage de la peinture acrylique
6,00 €

**** Pas de matériel nécessaire**
***** Lieu : Maison des Générations à Bercheux.**

Lundi 18 juin 2018

RANDONNÉE AVEC BÂTONS DE MARCHÉ
AVEC LAURENCE MAQUET

14h00-16h00 : randonnée entre 3 et 5km.
6,00 €

**** Pas de matériel nécessaire**
***** Lieu : Coq'hardi—Lescheret**

Jeudi 21 juin 2018

ATELIER BOULANGERIE-PÂTISSERIE
AVEC « LES BÊTISES DE NICOLAS »

09h00-13h00 : recette mignardises salées
(Groupe 2) + diner
6,00 €

***Prévoir un tablier de cuisine et une boîte de transport.**

Mardi 26 juin 2018

AQUAGYM avec François THIRY

13h00-14h00 : 30 minutes d'aquagym +
30 minutes de jacuzzi
6,00 €

* Vestiaires individuels / Piscine sécurisée (rampe d'appui aux bords de la piscine)

*** Prévoir des sandales pour éviter de glisser.**

!!!! INSCRIPTION!!!!

Mercredi 27 juin 2018

ATELIER PEINTURE
EN COLLABORATION AVEC ART'LIGUE

09h00-12h00 : apprentissage de la peinture acrylique
6,00 €

**** Pas de matériel nécessaire**
***** Lieu : Maison des Générations à Bercheux.**

Lundi 02 juillet 2018

RANDONNÉE AVEC BÂTONS DE MARCHÉ
AVEC LAURENCE MAQUET

14h00-16h00 : randonnée entre 3 et 5km.
6,00 €

**** Pas de matériel nécessaire**
***** Lieu : à définir ultérieurement.**