



Ateliers

ATELIER TRICOT

Initiez-vous au monde de la laine, des mailles et du tricot dans une ambiance de détente.

Les lundis 14 et 28 mai de 14h à 16h à la Fabrik

ATELIER COUTURE

Échange de savoir-faire et techniques de couture pour tous (avec prêt de machine à coudre). Venez créer, repriser et customiser vos vêtements.

Les mardis 15, 22 et 29 mai de 9h à 11h à la Fabrik

CUISINE ET MOI

Une invitation au partage et au voyage en concoctant des recettes d'ici et d'ailleurs.

Les jeudis 3, 17, 24 et 31 mai de 9h à 11h à la Fabrik

TAPIS À HISTOIRE

Venez contribuer au futur bonheur des enfants en fabriquant un tapis à histoire.

Un tapis à histoire est un support en tissu qui reprend le décor et les personnages d'une histoire.

Les mardis 15, 29 mai de 9h à 11h à la bibliothèque de la Madeleine et le 22 mai à la Fabrik.



Échanges

GRUPE DE RÉFLEXION

Venez faire évoluer la vie de la Fabrik, Proposer vos idées et préparer de nouvelles actions.

Lundi 28 mai de 9h à 11h à la Fabrik

PAROLES D'HOMMES

Échange, entraide et soutien sur votre quotidien avec notre coach.

Mercredi 23 mai à 18h à la Mairie service politique de la ville, nous contacter pour tout renseignement.

GRUPE DE COOPÉRATION

Venez vous entraider aussi bien sur le plan administratif que sur des actions concrètes.

Les lundis 14 et 28 mai de 14h à 16h à la Fabrik

***UNE RECETTE DE VIE**
Création d'un livre de recette tout en racontant son parcours de vie.
Jeudi 3, 17 et 31 mai à 14h à la Bibliothèque de la Madeleine



Santé & bien-être

MÉDITATION ZEN

Vous souhaitez retrouver le calme et la paix intérieure? Pensez à apporter un coussin.

Tous les jeudis à 9h à la Fabrik.

QI GONG

Venez pratiquer cette gymnastique chinoise douce mêlant mouvements lents et exercices de respiration.

Tous les vendredis à 9h à la Fabrik

SPORT AVEC ALLIANCE FORM'

La salle de sport Alliance Form' vous propose des séances sportives pour entretenir votre forme et vous sentir bien dans votre corps.

Attention : adhésion à la Fabrik obligatoire et inscription à la Fabrik, hors vacances scolaires.



Famille

LES ATELIERS FAMILLES

LACLIC, venez découvrir la musique sous toutes ses formes de 5 à 99 ans.

Le mercredi 9 de 17h à 20h et 30 mai de 14h à 17h, pour tout renseignement, contacter La Fabrik.

ATELIER PARENTALITÉ

A la découverte des émotions pour mieux accompagner nos enfants.

Vendredi 4 et 18 mai de 9h à 11h à la Maison des familles, 2 avenue de Mayen à Joigny. Pour tout renseignement, contacter la référente famille au 06, 74, 69, 81, 54.

BODY SCULPT

* Les mardis de 10h à 10h45:

SPA

* Les mardis à partir de 14h

*CYCLING

* Les jeudis de 18h à 18h45 :

*A la salle de sport Alliance form'
3 Quai du 1er Dragons à Joigny*

* ACCUEIL, ÉCOUTE ET CONSEILS

La référente famille peut vous accompagner.

Mercredi 2, 9, 16, 30 et vendredi 4, 11 et 18 mai au service politique de la ville.



Loisirs / Culture

EXPRESSION THÉÂTRALE

Jeux de rôles, mises en scène et jeux de mémoire. Venez vous détendre en vous mettant dans la peau d'un autre personnage.

Lundi 7 mai de 9h à 11h à la Fabrik

**La Fabrik
Centre social de Joigny**

5 rue Jules Dumont d'Urville

89300 - Joigny

Tél. 03 86 92 48 28

centresocial@ville-joigny.fr

www.ville-joigny.fr rubrique vivre à joigny/ccas

Plan d'accès

