



Bonjour à toutes et tous,

Une des meilleures raisons d'aimer le mois de novembre est l'opportunité qu'il offre de se détendre et de créer un cocon chaleureux à l'intérieur de nos maisons .

Températures en baisse, journées plus courtes.... c'est l'occasion de rester au chaud et de venir.... à l'Accorderie rejoindre les petites mains qui s'activent pour préparer la fin de l'année.

Ce mois de novembre où nous fêtons le journée internationale de la gentillesse, mais aussi le Beaujolais Nouveau (à consommer avec modération) et la journée internationale de la générosité, retrouvons nous au local de l'Accorderie pour passer de bons moments de convivialité tous ensemble.

Les activités d'art créatif sur le thème des fêtes de fin d'année peuvent nous intéresser pour entretenir la dextérité de nos doigts : l'origami ( réalisation de boules , anges....), le cartonnage( réalisation de boîtes cadeaux), la couture..

Le jeudi 14 novembre Nina vous invite à partager ses connaissances sur son pays natal la Russie .son histoire, ses coutumes, sa littérature, sa gastronomie....

Le jeudi 28 novembre.au cours du goûter partagé ( chacun amène une pâtisserie, une boisson...) nous pourrons commencer nos achats de Noël parmi les vêtements et accessoires offerts par des accordeurs ou acheter les articles réalisés par nos petites mains

Nous pourrons aussi ce mois de novembre jouer ensemble au scrabble, au mus.

Pour l'atelier Accord'âge du lundi 4 novembre nous sommes invités à participer par notre présence mais aussi par nos envois (poèmes, chant, recette, résumé de notre livre préféré ou récit de nos souvenirs d'enfance, de voyage, de concert....)

Puis pour nous détendre il nous est proposé un atelier yoga doux ( sur une chaise si problème de mobilité) ou à participer à l'atelier chant de Noël le lundi 18 novembre de 14h30 à 16h.

Tous les mercredis matins il est possible de rejoindre le groupe des accordeurs-es qui en marchant, aiment papoter ! Et même parfois lorsque le soleil est bien présent, alors sur un simple coup de fil il est décidé de se promener quel que soit le jour ! Cet atelier mériterait de s'appeler « prendre la vie du bon côté » !

Tout ceci nécessite une bonne organisation qui passe par l'inscription aux ateliers.

Voici la liste des accordeur-es à contacter.

**Marie-Bernadette Sanchez**

CARTONNAGE	Henriette 0559592839
INITIATION AU SCRABBLE	Edith 0616716702
AQUARELLE	Annie 0524332936
ORIGAMI BRADERIE	Catherine 0682077673
MUS	Bruno 0781718792
YOGA DOUX	Marie-Claude 0614798484
ACCORD'AGE, MARCHE, CHANT, FÊTE DE NOËL	Marie Bernadette 0626194178
CONVERSATION AUTOUR DE LA RUSSIE	Nina 0610653755
AIDE INFORMATIQUE	Robert 0619176742



## AGENDA MOIS DE NOVEMBRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>4</p> <p>14h30- 16h30 atelier Accord'age</p> <p>17h : Yoga doux</p>	<p>5</p> <p>14h30- 16h30 mus</p>	<p>6</p> <p>10h-12h marche convi viale</p> <p>14h30- 16h30 Origami + dépôt de vêtements et accessoires</p>	<p>7</p> <p>14h30- 16h30 initiation au scrabble</p> <p>14h30 : atelier Instagram</p>	<p>8</p> <p>14h30- 16h cartonnage</p> <p>14h30- 16h aide informatique</p> <p>16h : tricot et aquarelle</p>
<p>11</p> <p>Fêtes de BIARRITZ</p>	<p>12</p> <p>14h30- 16h30 mus</p>	<p>13</p> <p>10h-12h marche convi viale</p> <p>14h30- 16h Origami</p>	<p>14</p> <p>14h30- 16h30 conversation autour de la Russie : histoire, littérature, peinture, gastronomie...</p>	<p>15</p> <p>14h30- 16h : cartonnage</p> <p>14h30- 16h aide informatique</p>
<p>18</p> <p>14h30- 16h30 atelier chant de Noel</p> <p>17h : Yoga doux</p>	<p>19</p> <p>14h30- 16h30 mus</p>	<p>20</p> <p>10h-12h marche convi viale</p> <p>14h30- 16h30 Origami</p>	<p>21</p>	<p>22</p> <p>14h30- 16h cartonnage</p> <p>16h : tricot et aquarelle</p>
<p>25</p> <p>14h30- 16h30 organisation de la fête de Noël</p> <p>17h : Yoga doux</p>	<p>26</p> <p>14h30- 16h30 mus</p>	<p>27</p> <p>10h-12h marche convi viale</p> <p>14h30- 16h30 Origami</p>	<p>28</p> <p>14h30- 16h30 goûter partagé et braderie de vêtements et accessoires</p>	<p>29</p> <p>14h30- 16h cartonnage</p> <p>14h30- 16h aide informatique</p> <p>16h-17h : couture-tricot</p>

Pour l'atelier de cartonnage il faut venir avec du carton , papier type calendrier et du tissu.