



Bien-être (suite)

NOUVEAU

Relaxation – art-thérapie

Pour apprendre à lâcher prise, retrouver son énergie et son positivisme, pour aller vers un mieux-être.

Contact : Arlette Maurisson 06 62 83 86 13

Intervenant : Virginie Suignard

Mercredi 18h – 20h

salle du Val de Maine

100€

les séances d'art-thérapie se feront à la demande et à la place d'une séance de relaxation

séance de découverte le mercredi 20 septembre

Activités artistiques

Peinture sur Porcelaine

Contacts : Ginette Cuvillier 06 74 14 95 89

Colette Vergne 02 41 36 10 03

Lundi et jeudi 14h – 17h30

salle Chevrière

1€ la séance

Les Peintres de l'Abbaye

Apprentissage des différentes techniques de peinture

Contact : Monique Delie 02 41 77 15 23

Professeure : Béatrice Zaltsman 06 62 36 57 56

Lundi : 3 cours répartis de 9h45 à 20h

base nautique de Bouchemaine

Activités récréatives

Club du Jeudi

Echange de savoirs pour des activités manuelles variées + sorties + participation au marché de Noël

Contact : Annick Bondu 07 71 63 16 66

Jeudi 14h – 17h30

salle Chevrière

1€ la séance

Jeu de Tarot

Un jeu qui fait fonctionner les neurones

Contact : Kateline Fillon 02 41 36 24 27

Mercredi 14h15 – 17h45

salle du Val de Maine

gratuit

Scrabble

Jeu en duplicate

Contact : Jeanne Pillet 06 81 10 38 78

Mercredi 14h – 17h

salle Chevrière

gratuit

Et si on jouait...

Pour apprendre à jouer soit au tarot, soit au rami, soit au turkish...

Contact : Arlette Maurisson : 06 62 83 86 13

Lundi de 16h45 à 18h15

salle du Val de Maine

gratuit



Evènement à ne pas manquer
Exposition des Peintres de l'Abbaye
du 30 septembre au 8 Octobre 2023
dans les salons de l'Abbaye



ASSOCIATION
DE BOUCHEMAINE

SAISON 2023 -2024

**Reprise de l'ensemble des activités
à partir du lundi 11 Septembre**

Inscriptions à la rentrée

Dossier d'inscription à remettre au responsable de l'activité au 1^{er} cours ou lors des permanences

- un bulletin d'adhésion à Familles Rurales avec le chèque
- une fiche d'inscription à l'activité choisie (+ chq correspondant)
- une 2^{ème} fiche si vous optez pour une 2^{ème} act. sportive (+ chq de 50 €)

Vous trouverez ces documents sur le site internet de l'Association en tapant dans la barre Google, « Familles Rurales Bouchemaine »

Quelques fiches seront disponibles en version « papier » pour ceux (celles) qui n'ont pas Internet

Pour les nouveaux adhérents, un essai gratuit est possible la 1^{ère} semaine.

Permanences d'inscription

- vendredi 22 sept. de 18h à 20h dans le hall de la salle de danse du Petit Vivier
- mercredi 27 sept. de 18h15 à 20h dans le hall de la salle de danse du Petit Vivier

Assemblée générale annuelle

samedi 21 octobre 2023 à 10h

salle des BAC (médiathèque)