

# Échanges de Savoirs

L'idée des Réseaux d'Échanges de Savoirs est simple : chacun sait quelque chose et peut le transmettre à quelqu'un d'autre.

Tout peut s'apprendre ou s'échanger car chaque savoir est utile.

"A La Croisée", le réseau fonctionne grâce à l'implication de bénévoles et de professionnels.

Enfants, jeunes, adultes et personnes âgées ...

Tout le monde peut être tantôt offreur, tantôt demandeur.



8, rue du Pin Doré- LAVAL

Tél : 02.43.49.17.16

Email : [alacroisee@orange.fr](mailto:alacroisee@orange.fr)

Facebook : [alacroisee](https://www.facebook.com/alacroisee)



Accès libre et gratuit



## Horaires d'ouverture\* en février 2022

\* pensez à vérifier dans le programme que l'espace n'est pas fermé

Lundi 10h à 17 h    Mardi 10 h à 17 h 30    Jeudi 10 h à 17 h  
Vendredi 10 h à 12 h et 14 h à 16 h30

"A La Croisée" est gérée par l'association « Espaces de Découvertes et d'Initiatives » et a le soutien



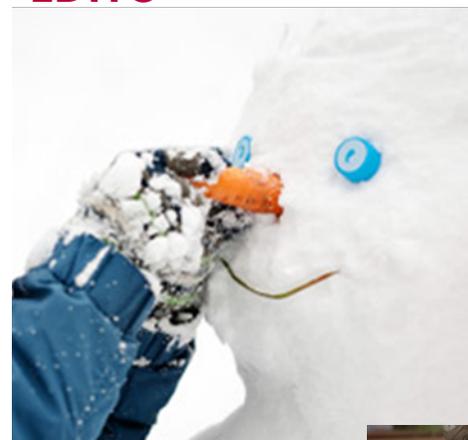
# À la CROISÉE

" Espace de découvertes et d'initiatives "

## INFOS

### EDITO

### FEVRIER 2022



Quelques habitués du lieu se sont promis : « Si en février la neige pointe le bout de son nez, on retrouve notre âme d'enfant et on fait un bonhomme devant ! ». L'un d'entre eux à ajouté : « et une bataille de boules de neige?... » Et oui, parfois on se dit, qu'il suffirait de quelques flocons pour retrouver la joie des polissons. Vous les rejoignez ?



Et comme on n'est jamais sûr de la météo, on a prévu des activités au chaud. En suivant la proposition de Véronique, chacun pourra transférer une photo perso sur une ardoise. Et d'autres vous montreront et vous soutiendront dans des projets créatifs variés. La création ça peut passer par les mots à écrire et/ou lire, autour desquels échanger. Ça peut passer par les mains, découvrez le programme des mardis découvertes et vendredis couture.

Pour les plus téméraires qui apprécient le grand air, nos participantes impliquées dans le repérage de sentiers pédestres ont prévu une randonnée sur le quartier de Grenoux.

A La croisée, vous pouvez toujours partager vos idées !

# Vos activités du mois de février 2022

Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
	<b>Matin Espace FERMÉ</b> 1 Cinéma (rdv cinéville) - 6€ 13h45 Mardi Découvertes : - Broderie (dans l'annexe) 14h 	<b>3</b> Atelier repas * 9h45 Pause Lecture 10h30/12h Jeux de carte 14h vite lu Lecture de l'actualité 14h Groupe Mïlo Phonie 14h Mdq pavement	<b>4</b> <b>Matin Espace FERMÉ</b> Informatique * 14h ou 15h  14h/16h
<b>7</b> Atelier repas * 9h45 Atelier écriture  14h30	<b>8</b> Atelier repas * 9h45 Informatique/(RV) 10h ou 11h/14h ou 15h Mardi Découvertes : - Photo sur ardoise (apporter au moins 1 photo) - Bonzaï en papier crépon - Trico-crochet  <b>Goûter des initiatives</b> 16h30 - 17h30	<b>10</b> Atelier repas * 9h45 Pause Lecture 10h30 /12h Déco vitrine 14h vite lu Lecture de l'actualité 14h	<b>11</b>  Couture 10h Relaxation par induction musicale  *2€ 11h15-12h15 Informatique * 14h ou 15h  14h à 16h
<b>14</b> <b>Vacances de février</b>			
<b>15</b> <b>Vacances de février</b>	<b>15</b> <b>Vacances de février</b>	<b>17</b> Atelier repas * 9h45 Pause Lecture 10h30 /12h Jeux de carte 14h vite lu Lecture de l'actualité 14h FabrikAbiscuits : beignets aux pommes 14h	<b>18</b>  Couture 10h Informatique * 14h ou 15h  14h/16h
<b>21</b> Atelier repas * 9h45 Reprise activités physiques 11h <b>Après midi Espace FERMÉ</b>	<b>22</b> Atelier repas * 9h45 Mardi Découvertes : - Bonzaï en papier crépon ou pompons - Papillon en plastique - Broderie - Tricot-crochet 	<b>24</b> Atelier repas * 9h45 Déco vitrine 14h vite lu Lecture de l'actualité 14h Groupe Mïlo Phonie 14h Mdq pavement <b>Visite expo ZOOM : Racisme</b> 16h	<b>25</b> Couture 10h Relaxation par induction musicale  *2€ 11h15-12h15 <b>Randonnée à Grenoux</b> 4-5 kms 13h30 - RV face Mie Cécile Informatique * 14h ou 15h  14h à 16h
<b>28</b> Atelier repas * 9h45 Reprise activités physiques 11h Atelier écriture  14h30	. L'espace multimédia est en <b>libre accès</b> (nombre de participants limité) . <u>Des échanges multimédia/bureautique sont possibles sur rendez vous</u> . le mardi matin et après midi, et le vendredi matin. (Possibilité d'autres échanges sur demande et en fonction de l'offreur)		

## BIEN ETRE

 **Relaxation par induction musicale**  
 Vendredi 11 & 25 fév. de 11h à 12h  
 Florian vous propose, au travers de supports musicaux (pratiques de percussions, écoute musicale, voix), 1 heure de relaxation active et dynamisante. **2€**

**REPRISE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES**

Marche et renforcement musculaire

Avec Arthur de l'association EL'HAN

**AU CLEP** 8, impasse haute chiffolière  
 les lundis 21 et 28 février - 11h

## CULTURE

**Pause lecture**  
 Jeudi 3, 10, 24 février de 10h30 à 12h  
 Le plaisir d'échanger autour de lectures communes, un temps pour se préparer au festival du premier roman ?

**ZOOM : « en quête d'égalité, sur les trace du racisme ».** Une expo pour déconstruire le racisme avec la science et l'histoire  
**Jeudi 24 de 16h à 17h30**

**Écriture**  
 Laissez vous guider pour vous aventurer en poésie, prose, combinaisons de mots et inspiration du moment.  
**Lundi 7 et 28 février** 14h30 à 16h

## ECHANGES

 **La FabrikAbiscuits\***  
 Bientôt Mardi Gras ! Préparons-nous à faire de bonS beignets!!  
**Jeudi 17 fév. - 14h**

**Atelier Couture**  
 A la machine ou la main, nous vous soutiendrons dans vos réalisations ou réparations simples  
**Vendredis 11, 18 & 25**

