



PROGRAMMATION CAFÉ DU DÔME

FEVRIER



ATELIER POETIQUE

Lundi 09

14h-16h : Venez explorer votre sensibilité et vos émotions au travers des mots, à transcrire le beau et les sentiments et (re)apprenez à écrire de la poésie dans un cadre bienveillant et stimulant.

Public adulte

Animé par un passionné de poésie

ATELIER BIOGRAPHIE

"RÉCIT DE VIE"

Lundi 23

14h-16h : L'atelier propose d'explorer votre parcours de vie : Racontez et déposez par l'écriture un souvenir d'enfance.

Animé par une habitante

ATELIER EGALITE FEMME-HOMME

Mardi 24



14h à 16h En vue de la journée internationale des droits des femmes du 8 mars, venez participer à un jeu de cartes de sensibilisation.

ATELIER CREATIF CARNAVAL

Jeudi 26

14h-16h : Venez participer à l'atelier de la confection de char du carnaval de Thouars

Animé par le centre social et culturel
Mix-cité



ATELIER SCRABBLE

Mercredi 04 et 25

14h-17h : Venez partager un moment de détente autour d'une partie de scrabble

ATELIER TRICOT

Mercredi 04, 11 et 25



14h à 17h : Confectionnez vous même vos vêtements ou accessoires
Animé par une habitante

ATELIER COUTURE

Vendredi 06

de 14h à 16h30

Jeudi 12 et mardi 24 de 9h30 à 12h

Temps convivial et partagé afin de créer pour vous ou pour un événement du Dôme



ATELIER BOUGIE

Vendredi 06

9h30-12h : Venez confectionner votre bougie parfumée
Animé par une bénévole





PROGRAMMATION CAFÉ DU DÔME

FEVRIER

INVITATION AU REVE ET A L'ECRITURE



Mercredi 11

14h30-16h : Jouez avec les mots ! C'est facile et ludique !

Sans obligation de résultat et pression, on vous invitera à travers plusieurs petits jeux, à découvrir toute la beauté de l'écriture.

Public adulte

avec une passionnée de l'écriture

ATELIER YOGA DU RIRE



Lundi 02

14h30-15h30 : Détente assurée
Evacue le stress, diminue la tension artérielle, renforce le système immunitaire, bon pour le sommeil ..

Prenez votre tapis avec vous

Public adulte

Animé par un bénévole



ATELIER YOGA

Mardi 03 et mercredi 04

10h30-11h30 : Amenez votre tapis pour méditer, respirer et plonger dans des postures qui vous apaiseront

Public adulte

Encadré par deux bénévoles Nadia et Natalia Namaskar Yogis

ATELIER ÉCHECS



Tous les mardis

14h-17h : Venez profiter d'un moment de détente pour apprendre et jouer au jeu d'échecs.

Public famille

avec un habitant passionné

HORAIRES DU CAFÉ

Lundi : 13h30 à 17h

Du Mardi au vendredi :

9h30 à 12h et 13h30 à 17h

cafedudome@talence.fr

05 56 84 64 27

INFO :

**MARDI 10 FEVRIER
DE 14H À 17H**

**PERMANENCE DE TALENSEL
AU DÔME**

