



Le journal des Séquanais

« La gazette mensuelle des petits et des grands »



JOYEUSES FÊTES



L'HIVER EST EN AVANCE CETTE ANNÉE. BON SIGNE OU PAS ? BISON FUTÉ DOIT SE GRATTER LA TÊTE. CHANGEMENT DE GARDE ROBE, PIJAMA EN PILOU-PILOU, CACHE-NEZ, FEU DE BOIS, CHOCOLAT CHAUD, CALENDRIER DE L'AVENT,

RACLETTE, FONDUE ... POUR SE RÉCHAUFFER, CHACUN SA TECHNIQUE, CHACUN SON RITUEL ! ATTENTION TOUT DE MÊME À BIEN ACCROCHER SON PAIN AU BOUT DE LA PIQUE, CAR VOUS N'ÉCHAPPEREZ PAS AU GAGE.

POLIGNY SOUS LA NEIGE



Envoyez nous votre plus belle photo :
 /lasequanaise



QUE SE PASSE-T-IL EN DÉCEMBRE ?

Théâtre avec *Open scène*

TARIFS : 10€ (adhérent) / 12€ (non adhérent)

20h30 (1h15)

Samedi 04 Décembre : « Des semences et des hommes »

Conférence « Science Pour Tous » avec *Michel VIEILLE*

TARIFS : 3€ (adhérent) / 5€ (non adhérent)

20h00 (1h30)

Mardi 14 Décembre : « Histoire de l'électricité 1 »

FOCUS SUR : LE YOGA

Souplesse – Tonicité – Equilibre – Respiration – Détente – Vitalité – Harmonie ...

Le YOGA est une expérience globale. La pratique respecte les possibilités physiques de chacun. Les postures, la respiration, la relaxation, la méditation, la philosophie apportent progressivement un état de mieux-être. Le YOGA permet de se recentrer sur l'énergie de vie qui nous anime.



Ecole Jacques Brel

Adultes (+16 ans)

Mercredi : 18h00 à 19h15

Plus d'infos : la-sequanaise.com/les-activités/



Animatrice:
Elisabeth SAULDUBOIS

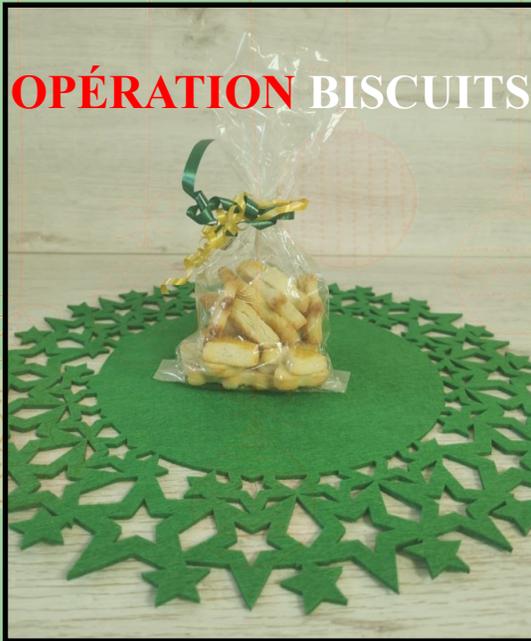
Le Secteur Jeunes

10 - 17 ans



Retrouvez les 5 personnages de la célèbre BD Charlie, Ouaf, Félicie, Blanche-barbe, Pouah et leurs 5 sucres d'orge cachés dans la gazette.

OPÉRATION BISCUITS DE NOËL



Cette année, les enfants du Secteur Jeunes se lancent l'objectif de préparer des sablés et des truffes de Noël qui permettront d'autofinancer une sortie au printemps.

Nous cherchons des bénévoles pour les aider à cuisiner (voir conditions au 03.84.37.30.50). Un après-midi intergénérationnel sera organisé pour remercier le groupe.

N'hésitez pas à récupérer un bon de commande sur notre site internet !



UN MERCREDI APRES-MIDI PÊCHE EN NOVEMBRE

