



1000 NEWS N° 24 – OCTOBRE 2022



CE MOIS-CI ZOOM SUR UNE NOUVELLE ACTIVITÉ : la cuisine

Le 26 septembre a eu lieu notre 1^{er} atelier cuisine. Pas moins de 130 nems ont été confectionnés dans la bonne humeur par nos 9 participantes !

Un grand bravo à toutes, et merci à notre animatrice Estelle qui n'a pas été avare de conseils...



Après le tajine d'agneau aux pruneaux du 3 octobre, qui a remporté également un grand succès, voici les prochaines dates :

14/11 : Jambalaya

05/12 : A définir

15/12 repas de Noël des ateliers cuisine et artisanat.

Au menu : couscous

Une autre nouvelle activité...

Lumières tamisées et ambiance festive : le JUMPING FITNESS



Le lundi matin, dès 9h30, les muscles se réveillent !!!

Cours de renforcement musculaire avec Julie



Prochaines dates du QI GONG :

18 novembre

25 novembre

2 décembre

RETOUR EN IMAGES SUR LA RANDONNÉE DU 16 OCTOBRE



Un beau circuit de 10 km aux alentours du Revest : la carrière des fourmis, le barrage, les grottes des sables et le Château de Tourris. Une balade à la fois sportive et culturelle magistralement animée par Jacky et Marie-Claire

ET LES ENFANTS....

Pendant la semaine de la rentrée des vacances de la Toussaint, ils pourront assister à leur cours avec un déguisement d'Halloween

(avec distribution de bonbons !)



« LES PORTES OUVERTES DE NOEL »

Les 13, 15 et 16 décembre, les enfants fêteront Noël au FJEP.

Des chorégraphies de Zumba kids, Ragga Dancehall et Street Dance seront présentées aux parents, aux jours et horaires des activités respectives.

Bien sûr, il est recommandé aux enfants de venir danser avec un déguisement « spécial Noël » !

Ces démonstrations seront suivies d'un goûter

LE FJEP sera fermé pendant les vacances à partir du samedi 22 octobre (après les activités).

Reprise des activités le lundi 7 novembre

*****PROCHAINE 1000 NEWS VERS LE 20 NOVEMBRE 2022*****