



Centre
Culturel
des
Cordeliers

Newsletter mars 2015

Découvrir, apprendre, se divertir ou se relaxer, c'est ce que nous vous proposons tout au long de l'année.

A vos agendas !

Un nouveau cours pour cette rentrée.



SELF - DEFENSE

Permanences :

Mardi 16h-18h

mercredi 10h-12h et 18h-20h

jeudi 9h-12h

Vendredi 10h-12h

1^{er} étage de la Garenne Valentin

5 place de la Trinité,
CLISSON

Contacts

02 40 03 95 09

les.cordeliers@orange.fr

www.asso-cordeliers.fr

L'entraînement est accessible à toutes et à tous !

La défense est essentielle lorsque l'on désire à la fois se préserver des agressions éventuelles, retrouver confiance en soi, et ne plus être paralysé par la peur, aussi bien physiquement que moralement.

Vous songez à pratiquer la self-défense ? Sachez d'abord qu'il ne s'agit pas d'apprendre à se battre mais d'acquérir des comportements et des attitudes spécifiques face à quelqu'un.

La self-défense est basée sur plusieurs principes :

- retrouver confiance en soi pour ne plus avoir peur,
- acquérir des gestes "réflexes" qui ressortent naturellement en situation de stress...

INSCRIVEZ-VOUS DES A PRESENT.

Tarif : 65 euros le lundi de 18h à 19h30 semaines paires et tarif : 115 euros tous les mercredis de 9h à 11h Salle : 26 rue des cordeliers CLISSON

Bientôt, par l'animatrice Christine PLAIRE

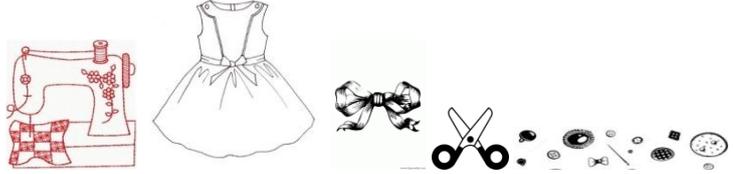
stage couture

stage couture

Sur le thème : relooking de votre vêtement
Le samedi 14 mars 2015 de 14h30 à 17h30

À la maison des associations à CLISSON

Apporter votre machine à coudre, vêtements et accessoires.



TARIF : 25 euros

Organisé par : Centre Culturel des Cordeliers 
Inscriptions : 02.40.03.95.09 Mail : les.cordeliers@orange.fr

INSCRIVEZ-VOUS et faites diffuser.

STAGE ECRITURE

Dans la perspective d'ouvrir un nouvel atelier, nous vous proposons en avant première un stage découverte le samedi 28 mars de 9h30 à 12h30 sur CLISSON. L'écriture sur le thème de la nature :



Vous aimez écrire !



Vous aimez la nature !

Venez participer à notre stage d'écriture

Le samedi 28 mars 2015 de 9h30 à 12h30

À la Garenne Valentin à CLISSON

Vous flanerez avec nous, chacun à son rythme, vous chercherez les mots que vous voulez planter, cultiver, donner. Ils finiront par éclore dans un bouquet de textes, réunis dans un livret en papier naturel relié par vos soins.

Tarif : 25 euros

Animé par Frédérique DENEUX

Inscriptions au 02.40.03.95.09 ou



les.cordeliers@orange.fr



Centre Culturel des Cordeliers CLISSON

Pour plus de renseignements, contactez-nous.

Le 29 mars 2015 c'est notre vide-placards annuel



Cette année quelques changements :

Le lieu : en effet nous vous proposons de venir nous retrouver sur le parking du SUPER U de GETIGNE,

Des emplacements sous abri et, nouveauté des emplacements à l'extérieur accessibles à votre véhicule.

Pour tous renseignements, n'hésitez pas à nous contacter. Pour réserver votre emplacement, vous pouvez télécharger le bulletin sur notre site internet. Afin que cette manifestation soit réussie, nous avons besoin de votre aide.

Nous comptons sur vous !

Samedi soir 19h-21h	Installation signalisation	Équipe de 8
Dimanche 6h-8h30	Circulation installation exposants	Équipe de 8
8h30-11h	Préparation pole restauration	Équipe de 4
11h-14h	Frites saucisses	Équipe de 6
14h-16h	Crêpes et bar	Équipe de 3
16h-18h	Crêpes et bar	Équipe de 4
18h-20h	Rangement	Équipe de 8
Faire de la pâte à crêpes et des gâteaux		

Envoyez-nous un mail ou téléphonez-nous pour nous donner vos disponibilités.

Vous pouvez aussi bien entendu réserver votre emplacement.

FESTIVAL

Un festival « chanson » le 19 juin 2015 en soirée à l'espace St Jacques à CLISSON, l'expo « peinture » du 25 mai au 1^{er} juin à l'oratoire à la Garenne Valentin à CLISSON

Les enfants de l'atelier théâtre auront le plaisir de vous présenter leur travail le 17 juin et le 21 juin 2015 à l'espace St Jacques.

Les ateliers « arts-plastiques » enfants et adultes exposeront dans les vitrines clissonnaises, à l'occasion de Montmartre à CLISSON en juin 2015.

D'autres projets sont encore en cours d'étude, nous savons l'importance que vous accordez au fait de montrer ce qui est fait au sein de vos ateliers de façon ludique et originale.



50 ANS

Ça se fête !

Les 10 et 11 octobre 2015

Un évènement à ne pas manquer.

Spectacles, diner, expos, apéro et autres animations sont en cours de préparation.

Nous aurons l'occasion de vous en dire plus sur la prochaine newsletter.

Notez bien ces dates dans votre agenda...

FACEBOOK

Les Cordeliers à la pageFACEBOOK, consultez ou envoyez vos photos, le moyen de vous tenir informé en temps réel.

