

Tous les mardis, de  
14h à 16h45

## Inscriptions et annulation

Afin de garantir le bon déroulement de l'animation et la gestion des courses, les activités cuisine se feront désormais sur inscriptions à l'accueil. En cas d'empêchement, merci de prévenir 48h à l'avance minimum pour laisser la place aux personnes sur liste d'attente.

Les autres ateliers sont sans inscriptions. Tous les ateliers sont gratuits.

[www.afSCO.org](http://www.afSCO.org)



AFSCO - Espace Matisse

27 rue Henri Matisse  
68200 MULHOUSE

Téléphone : 03 89 33 12 66



## Programme

### Bien-Être

**Janvier**

**Février**

**2026**



# Janvier 2026

## Mardi 13 janvier

### Atelier **cuisine**

Pour réaliser un gâteau aux noix, il faut faire comme Patrick Bruel et « casser la noix »



## Mardi 20 janvier

### Atelier **bricolage**

Fabriquons des décos pour la soirée alsacienne du vendredi 30 janvier pour donner à la salle de spectacle un air rot un wiss !



## Mardi 27 janvier

### Atelier **réflexion**

En lien avec la Cie Sans Non, parlons du risque: quel est le plus grand risque que vous avez pris dans votre vie ? Evitez-vous les risques ?

## Mardi 17 février

### Atelier **karaoké**

Répétez vos tubes préférés et chantons à casser les oreilles de nos voisins !



# Février 2026

## Mardi 03 février

### Atelier **schankalas**

Former des boudins, faire frire, sentir le sucre et la cannelle: c'est bien le retour du temps des schankalas !



## Mardi 10 février

### Atelier **bricolage**

Développons notre créativité en modelant des petites sculptures en argile auto-durcissante



## Mardi 24 février

### Atelier **lecture**

Parlons lecture, lisons ensemble: un atelier consacré au livre !