

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



AFSCO - Espace Matisse

27 rue Henri Matisse
68200 MULHOUSE

Téléphone : 03 89 33 12 66



Programme Bien-Être

Septembre

-

**Novembre
2026**





Septembre

Mardi 15 septembre

14h-17h: **rentrée Guinguette**

Pour cette rentrée, on se retrouve à la Guinguette de Matisse pour profiter des derniers jours d'été et se retrouver autour de quelques jeux

Mardi 22 septembre

14h-17h: atelier **bricolage**

Fabriquons des décorations pour donner de la couleur à l'atrium de l'Espace Matisse

Mardi 29 septembre

14h-17h: atelier **relaxation et échanges**

On se détend et on parle de nous. Un atelier avec nos collègues du PACCO.

Octobre

Mardi 06 octobre

14h-17h: atelier **compétence partagée - en autonomie**

La compétence d'un usager est mise à l'honneur aujourd'hui pour vous partager un vrai moment bien-être

Mardi 13 octobre

14h-17h: Atelier **cinéma**

Début 2026, l'Afsco a tourné un film documentaire sur le parcours complexe de 5 apprenants de français: leur exil forcé, leur arrivée en France, l'apprentissage du français. Nous vous proposons de découvrir ce documentaire.

Mardi 20 octobre

14h-17h: atelier **sur le thème de l'eau**

Ressource, besoin, goût, source de nutriment, raison de conflit mondial...: parlons d'eau !

Mardi 27 octobre

14h-17h: atelier **jeux - en autonomie**

Tous les derniers mardis du mois, on se retrouve à l'Espace Habitants pour jouer ensemble !

Novembre

Mardi 03 novembre

14h-17h: atelier **soin des mains - en autonomie**

Un moment pour prendre soin de soi

Mardi 10 novembre

14h-17h: atelier **cuisine**

Pour préparer au mieux le moment café de cette après-midi, réalisons ensemble des chouquettes

Mardi 17 novembre

14h-17h: atelier **déco stand marché de Noël**

Pour préparer le marché de Noël de l'Afsco et le stand Adultes, réalisons les décorations du stand !

Mardi 24 novembre

14h-17h: atelier **jeux - en autonomie**

Tous les derniers mardis du mois, on se retrouve à l'Espace Habitants pour jouer ensemble !