



Newsletter 2021-02 Février 2021



Bravo et MERCI à toutes les couturières qui ont travaillé dur pour pouvoir offrir des coussins à l'institut du sein de la Clinique Générale. Chaque nouvelle patiente atteinte de cancer du sein se voit offrir un coussin par les infirmières référentes.
Un petit réconfort dans ce moment si difficile...



Art floral

6 Février : 1^{er} Atelier d'art floral dans le très bel atelier de Vanessa à Nangy. 2 heures de convivialité et ensuite chacune est repartie avec un magnifique bouquet et la fierté de l'avoir réalisé soi-même !



Aquarelle

20 Février 2021. Aquarelle d'un lac à partir d'une photo .
Prochain RDV le 20 Mars et un joli projet de peinture en extérieur est à l'étude !



Randonnées

6 sorties en ce mois de Février! Nos randonneuses sont au taquet !



Petit moment convivial chez Babette

A défaut de pouvoir organiser notre permanence à OSCAR Rumilly nous avons délocalisé chez Babette! Un joli moment d'amitié et de partage. Merci Babette de nous avoir accueillies chez toi !



Ce que nous vous proposons en mars:

Samedi 13 mars : Voyage sonore (complet)
Lundi 15 Mars : Art floral à La Biolle (complet)
Mardi 16 mars : Atelier mémoire suite! et Relooking à Cluses (complet)
Vendredi 19 mars : Petite rencontre à Rumilly
Samedi 20 Mars : Aquarelle
Lundi 22 Mars : Atelier diététique (décrypter les étiquettes alimentaires)
Mardi 23 Mars : Atelier mémoire suite! et Relooking à Cluses (complet)
Samedi 27 Mars : Art floral à La Biolle et à Nangy . Il reste de la place pour Nangy!
Lundi 29 mars : Art floral à La Biolle (complet)

Sans oublier:

La marche nordique (en partenariat avec la Salésienne)
Les séances de méditation en ligne avec Xavier
La sophrologie avec Fanny (Cluses)
Et bien sûr les nombreuses randonnées avec Marie-Odile





Une petite stagiaire au sein de l'équipe

Voici Alicia qui a effectué un stage dans l'association durant 3 semaines .
Alicia a effectué un gros travail de recherches, de mises à jour de listes ...
Merci Alicia pour ton travail!

Les bijoux de Nathalie



Pour celles qui ne la connaissent pas encore je vous présente Nathalie qui fabrique des bijoux en pâte Fimo. Nathalie personnalise chaque objet selon vos demandes . Voici quelques exemples de ses créations originales :



Pour contacter Nathalie: 06 25 80 52 26 artisanath74@gmail.com

Le coin Ecolo

Nettoyant multi -usages : Voilà la recette d'un nettoyant pour tout! Vous pouvez l'utiliser sur toutes les surfaces. Résultats garantis!

350 ml de vinaigre blanc (nature ou parfumé voir ci-dessous)

350 ml d'eau

2 c.à soupe de savon noir

Mélangez le tout. Versez dans un pulvérisateur. C'est fini!

Il vous suffit ensuite de pulvériser les surfaces à nettoyer, laisser agir quelques instants puis laver avec un chiffon micro fibres. Rincez si nécessaire!

Pour une bonne odeur: laissez macérer des écorces d'orange (de citron, de la menthe ...) dans du vinaigre blanc pendant quelques semaines. Cela donnera une bonne odeur à votre produit!

Ce produit peut être aussi utiliser comme gel WC!

