

	L'EVEIL - 021 311 11 24 H=Haldimand / M=Maupas / B=Beaulieu / P=Pichard info@aeveil.ch / www.aeveil.ch		SPORT'OUVERTE - Pierre Battut (079 217 36 42) Accueil et infos sur rdv par SMS ou Whatsapp	LE LEVANT 021 721 41 11 www.levant.ch	L'ESPACE 079 615 21 21	LES LIONNES 079 759 95 85 - 079 510 25 51 Av. 1er-Mai 13, Renens Prestations pour FEMMES
LUNDI	10h00-12h00 Permaculture 1-Les terrains 10h00-12h00 Gym douce-M 10h00-12h00 At. Jeunes-Être&devenir-H 13h00-15h00 AT En chemin-H 13h00-15h00 Yoga-Intro. au souffle-H	13h00-15h00 Station philo H18-B 13h00-16h00 Permaculture 2-Les terrains 15h30-17h30 Danse contemporaine 1-M	10h00-12h30 Fitness à SPort'ouverte (Part. 2 fr.) 14h30-16h00 Badminton (Part. 2 fr.) Badminton Club Lausanne-Malley		14h00-17h00 Accueil, aide administrative	
MARDI	09h00-16h00 At. du sauvage-Les terrains 10h00-12h00 Arts, inspiration, etc.-H 10h00-12h00 Points d'appui-H 10h00-17h00 L'at. ouvert:Itinéraires bis-H18-B 13h00-14h30 Hypnose-P	13h00-15h00 Explorations artist. 1-H 13h00-15h00 Yoga tout en douceur-H 15h30-17h30 Explorations artist. 2-H 15h30-17h30 Yoga-Sens de la vie-H	09h30-16h30 Sortie "Nature et Découverte" RDV à SPort'ouverte (Part. 2 fr. yc pic-nic) 1, 15 et 29 sept.: Découverte de la région en marchant 8 et 22 sept. : Se dépenser lors d'une marche rythmée Inscriptions : Aurélie 076 574 00 64 / Grégoire 077 441 61 21	14h00-16h30 Ateliers dessin, peinture, écriture, bricolage...	14h-17h : Accueil, animation (jeux de soc.) aide administrative 15h-16h30 : Atelier de français	12h30-16h30 Accueil de jour 13h30-16h00 Permanence sociale "Vaud pour Vous"
MERCREDI	10h00-12h00 AT Identité-Nouveaux médias-H 10h00-12h00 Méditation-H 10h00-12h00 Café philo-H18-B 10h00-12h00 Gym douce 2-M 13h00-15h00 Relaxation 1-M 13h00-15h00 Ecritue 1-H18-B 13h00-15h00 Affiner sa créativité-H18-B 13h00-15h00 AT Identité-Nouveaux médias 2-H	15h30-17h30 Relaxation 1-M 15h30-17h30 Relaxation 2-M	10h30-11h30 Yoga à SPort'ouverte (Part. 2 fr.) Inscriptions : Pierre 079 217 36 42 ou Aurélie 076 574 00 64 14h00-16h30 Gym douce / Cardio-training / Renforcement musculaire à SPort'ouverte (Part. 2 fr.) Tous les mercredis de 15h15 à 16h15 : Cours collectif animé par Caroline	14h00-16h30 Ateliers dessin, peinture, écriture, bricolage...	14h00-17h00 Accueil, aide administrative	12h30-16h30 Accueil de jour 14h00-16h00 Présence infirmière Ateliers créatifs et/ou manuels selon météo et/ou envie (jardin, cuisine, perles, couture, ...) ou boire un café et découvrir la friperie
JEUDI	10h00-12h00 AT "Silence! elles créent"-H 10h00-12h00 Intrigues artistiques 1-H18-B 10h00-12h00 Yoga Harmonie-M 10h00-12h00 Ecriture 3-H 13h00-15h00 Intrigues artistiques 2-H18-B 13h00-15h00 Gainage en conscience-M 13h00-15h00 AT Debout-H	13h00-16h00 Surcycle-H18-B 15h30-17h30 Qi Gong et relaxation-M	Voir programme ci-dessous	14h00-16h30 Ateliers dessin, peinture, écriture, bricolage		12h30-16h30 Accueil de jour
VENDREDI	09h00-11h00 Equilibre Yang-H18-B 10h00-12h00 AT Corps & Matières-H 10h00-12h00 Expériences créatives-H	13h00-15h00 AT Lien-H 13h00-15h00 Danse contemporaine 2-M 15h30-17h30 AT Souhaits-H	Voir programme ci-dessous		14h00-17h00 Accueil, aide administrative	
Le programme de SPo peut être modifié à tout moment. Merci de consulter le site internet www.sportouverte.ch. Inscription obligatoire pour toutes les activités. Le prix des activités inclut le repas/la collation, le matériel ou l'hébergement. Pour toute nouvelle demande d'accueil, merci de recontacter Pierre au 079 217 36 42 à partir de fin septembre 2026. Nous n'avons actuellement plus de places disponibles. Sans cette démarche, il n'est pas possible d'accéder à nos prestations et activités.						
Jeudi 10 septembre		Sortie vélo (10 fr., pique-nique inclus). Infos et inscriptions, contactez Aurélie (076 574 00 64)				
Jeudi 17 septembre		Sortie grimpe en extérieur (10 fr., pique-nique inclus). Infos et inscriptions, contactez Grégoire (077 441 61 21)				
Jeudi 24 septembre		Sortie spéléo (10 fr., pique-nique inclus). Infos et inscriptions, contactez Grégoire (077 441 61 21)				