



**Renseignements et inscription :**

**Service Social de Mireuil**

2, square de La Passerelle 17000 La Rochelle

Tél: 05 46 42 41 55

**Ils nous soutiennent :**



**Ils pilotent le projet :**





**mardi**  
**10/01**

## **Le budget dans tous ses états**

10h – 12h : Le budget en images

12h – 13h30 : Table d'Hôtes

13h30 – 16h : Atelier ludique

**mardi**  
**14/02**

## **Bien manger sans se ruiner**

10h – 12h : Une alimentation équilibrée et adaptée à nos moyens

12h – 14h : Table d'Hôtes

14h – 16h : Atelier «Lecture d'étiquettes» avec l'association AACC

**mardi**  
**07/03**

## **Des loisirs accessibles pour tous**

10h – 12h : Les loisirs de proximité

12h – 14h : Table d'Hôtes

14h – 16h : Envisager un projet vacances

**mardi**  
**04/04**

## **Les éco-gestes**

10h – 12h : Comment réduire ses factures d'énergie (eau, électricité, gaz...)

12h – 14h : Table d'Hôtes

14h – 16h : Fabrication de produits ménagers

**mardi**  
**02/05**

## **Rien ne se perd, tout se récupère**

10h – 12h : Information sur le tri des déchets

12h – 14h : Table d'Hôtes

14h – 16h : Atelier Récup'

**mardi**  
**06/06**

## **Être et bien être**

10h – 12h : Conseil en images avec Aude AMBERT de la Régie de Quartier Diagonales

12h – 14h : Table d'Hôtes

14h – 16h : Fabrication de produits cosmétiques

Inscription à la journée, au Service Social de Mireuil au 05 46 42 41 55 jusqu'au lundi midi. Le repas et les activités sont gratuits et se déroulent au C.S.C. Le Pertuis.

