

19 mai : reprise des services collectifs (& individuels).
Conditions : à l'extérieur du local, dans la limite de 10 personnes, et avec les gestes protecteurs barrières maintenus recommandés.



2020

CALENDRIER MENSUEL

Mars et février plus bas : retour sur les activités qui ont eu lieu ou ont été suspendues pour cause de COVID-19

MOMENTS FORTS DE L'ACCORDERIE

PREVUS EN MARS & AVRIL

REPORT ULTERIEUR

Jeudi 12 mars

Sa réunion de Conseil d'administration à la Maison des accordeurs (St-Julien)

Samedi 28 mars

La Rencontre des Accordeurs administrateurs à Tournon-sur-Rhône

Dimanche 29 mars

Sa foire des gratuits à l'Arande (St-Julien)

Jeudi 2 avril

Son Assemblée générale à l'Arande



MARS



= la signalétique des temps conviviaux

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

WEEK-END

2

3

4

5

6

7-8

Nouveau ! 😊
13h30-16h30
Accueil convivial à l'Accorderie à St Julien

Note : les inscriptions ne sont pas réalisées sur ce temps de permanence.

8h30-11h
Permanence St-Julien

Nouveau ! 😊
9h30-11h
Café des habitants ouvert à toutes et tous à l'Accorderie St Julien

14h-17h
Permanence St-Julien

14h00-16h00
ATELIER CONFECTION INTERGENERATIONNEL
Confection d'enveloppes en matériel recyclé. Limitation à 20 participants ou plus en fonction du matériel disponible. Goûter convivial.

A partir de 9h30
ATELIER LANGUE
Conversation en anglais au salon de thé "en Apar'Thé à St-Julien

16h30-19h
Permanence St-Julien

18h-19h30
Permanence Vulbens

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	WEEK-END
<p>2 (Suite)</p>	<p>3 (Suite)</p> <p>14h00-15h00 ATELIER CHANT Rencontre 'enchant'ée' à Crache</p>	<p>4 (Suite)</p>	<p>5 (Suite)</p> <p>A partir de 19h 😊 Buffet canadien St-Julien</p> <p>Dégustation d'une excellente bière artisanale produite par un groupe d'accordeur.e.s lors d'un atelier !</p> <p>Soyons attentifs à notre environnement : apportons chacun nos couverts, notre verre et assiette !</p>	<p>6 (Suite)</p>	<p>7-8 (Suite)</p>
<p>9</p> <p>Nouveau ! 😊 13h30-16h30 Accueil convivial à l'Accorderie à St Julien</p> <p>Note : les inscriptions ne sont pas réalisées sur ce temps de permanence.</p>	<p>10</p> <p>8h30-11h Permanence St-Julien</p> <p>Nouveau ! 😊 9h30-11h Café des habitants ouvert à toutes et tous à l'Accorderie St Julien</p> <p>A partir de 12h 😊 Midi partagé avec les habitants</p> <p>A partir de 14h ATELIER COUTURE Confection de sacs à la demande de l'Accorderie ; contribution échangée en temps</p>	<p>11</p> <p>14h-17h Permanence St-Julien</p> <p>A partir de 14h ATELIER LANGUE Conversation en allemand dans les locaux de St-Julien</p> <p>A partir de 19h Rencontre COOPERATION Intervention sur le projet d'habitat coopératif à St-Julien</p>	<p>12</p>	<p>13</p> <p>A partir de 15h15 ATELIER JEUX Scrabble à Valleiry</p> <p>Note : organisation de co-voiturage depuis la gare de St-Julien.</p>	<p>Samedi 14</p> <p>Nouveau ! 😊 A partir de 11h Brunch partagé sucré-salé à la Maison des accordeur.e.s à St-Julien</p>

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	WEEK-END
<p style="text-align: right;">16</p> <p>Nouveau ! 😊 13h30-16h30 Accueil convivial à l'Accorderie à St Julien</p> <p>Note : les inscriptions ne sont pas réalisées sur ce temps de permanence.</p>	<p style="text-align: right;">17</p> <p><u>8h30-11h</u> Permanence St-Julien</p> <p>Nouveau ! 😊 <u>9h30-11h</u> Café des habitants ouvert à toutes et tous à l'Accorderie St Julien</p> <p>Spécial ! 😊 Soirée à Vulbens ! Pour fêter la venue du Printemps ! Si vous souhaitez : porter un accessoire printanier, faire des décors printanières, préparer des mets de saison.</p>	<p style="text-align: right;">18</p> <p><u>14h-17h</u> Permanence St-Julien</p>	<p style="text-align: right;">19</p> <p>A partir de 9h30 ATELIER LANGUE Conversation en anglais au salon de thé "en Apar'Thé à St-Julien</p> <p><u>16h30-19h</u> Permanence St-Julien</p> <p><u>18h-19h30</u> Permanence Vulbens</p>	<p style="text-align: right;">20</p>	<p style="text-align: right;">21-22</p>
<p style="text-align: right;">23</p> <p>Nouveau ! 😊 13h30-16h30 Accueil convivial à l'Accorderie à St Julien</p> <p>Note : les inscriptions ne sont pas réalisées sur ce temps de permanence.</p>	<p style="text-align: right;">24</p> <p><u>8h30-11h</u> Permanence St-Julien</p> <p>Nouveau ! 😊 <u>9h30-11h</u> Café des habitants ouvert à toutes et tous à l'Accorderie St Julien</p>	<p style="text-align: right;">25</p> <p><u>14h-17h</u> Permanence St-Julien</p> <p>14h-15h ATELIER LANGUE Conversation en allemand à l'Accorderie St-Julien</p> <p>Spécial ! A partir de 14h30 SORTIE Visite du refuge de Darwin (SPA des chevaux) à Bernex.</p> <p>Note : covoiturage possible depuis St-Julien.</p>	<p style="text-align: right;">26</p> <p><u>16h30-19h</u> Permanence St-Julien</p> <p>Horaire 13h45-14h45 et/ou 17h-18h ATELIER BIEN-ÊTRE Méditation de pleine conscience au Châble</p> <p>Nouveau ! 😊 A partir de 16h30 Goûter crêpes-party avec les habitants à St-Julien</p> <p><u>18h-19h30</u> Permanence Vulbens</p>	<p style="text-align: right;">27</p> <p>A partir de 15h ATELIER JEUX Scrabble à Valleiry</p> <p>Note : organisation de covoiturage depuis la gare de St-Julien.</p>	<p style="text-align: center;">Samedi 28</p> <p style="text-align: center;">La Rencontre des Accordeurs administrateurs à Tournon-sur-Rhône</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Dimanche 29</p> <div style="text-align: center;">  </div>

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	WEEK-END
<p>Nouveau ! 😊 13h30-16h30 Accueil convivial à l'Accorderie à St Julien.</p> <p>Note : les inscriptions ne sont pas réalisées sur ce temps de permanence.</p> <p style="text-align: right;">30</p>	<p>Nouveau ! 😊 9h30-11h Café des habitants ouvert à toutes et tous à l'Accorderie St Julien</p> <p style="text-align: right;">31</p>	<h1>AVRIL</h1>			

Un aperçu, des idées ! ➡ [Retour sur les moments vécus le mois dernier :](#)

FEVRIER				
MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
<p><u>8h30-11h</u> Permanence St-Julien</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p><u>14h-17h</u> Permanence St-Julien</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p><u>16h30-19h</u> Permanence St-Julien</p> <p><u>18h-19h30</u> Permanence Vulbens</p> <p>A partir de 19h 😊 Buffet canadien St-Julien</p> <p>Soyons attentifs à notre environnement : apportons chacun nos couverts, notre verre et assiette !</p> <p style="text-align: right;">6</p>	7	
<p><u>8h30-11h</u> Permanence St-Julien</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p><u>14h-17h</u> Permanence St-Julien</p> <p>A partir de 14h ATELIER LANGUE Conversation en allemand dans les locaux de St-Julien</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p><u>16h30-19h</u> Permanence St-Julien</p> <p><u>18h-19h30</u> Permanence Vulbens</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>A partir de 15h ATELIER JEUX Scrabble à Valleiry</p> <p>Note : organisation de co-voiturage depuis la gare de St-Julien</p> <p style="text-align: right;">14</p>	

MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
18	19	20	21
<p><u>8h30-11h</u> Permanence St-Julien</p> <p>A partir de 14h ATELIER COUTURE Confectionner ou apprendre cet art !</p>	<p><u>10h-10h30</u> ATELIER BIEN-ÊTRE Modelage corporel relaxant parents/enfants.</p> <p>Apprendre à prendre soin de son enfant par un modelage corporel relaxant, à base de pressions douces, d'étirements et de bercement dans des tissus</p> <p><u>14h-17h</u> Permanence St-Julien</p>	<p><u>16h30-19h</u> Permanence St-Julien</p> <p>A partir de 19h Réunion du CA de l'Accorderie à St-Julien</p> <p><u>18h-19h30</u> Permanence Vulbens</p>	
25	26	27	28
<p><u>8h30-11h</u> Permanence St-Julien</p> <p>Nouveau ! 😊</p> <p>A partir de 9h30 Café crêpes-party avec les habitants à Maison des accordeur.e.s à St-Julien</p>	<p><u>14h-17h</u> Permanence St-Julien</p>	<p><u>13h45-14h45</u> <u>17h-18h</u> ATELIER BIEN-ÊTRE Méditation de pleine conscience au Châble ⇒ 2 séances proposées ! Nouveau !</p> <p><u>16h30-19h</u> Permanence St-Julien</p> <p><u>18h-19h30</u> Permanence Vulbens</p>	<p>A partir de 15h ATELIER JEUX Scrabble à Valleiry</p> <p>Note : organisation de co-voiturage depuis la gare de St-Julien</p>



Venez rejoindre l'Accorderie et proposer votre idée d'atelier !

Un aperçu des activités (qui ont été, peuvent être, et/ou sont actuellement) proposées :

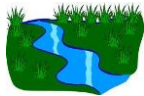


ATELIER : Méditation pleine conscience

Fabienne vous permet de découvrir cette pratique d'origine bouddhiste, utilisée dans le champ médical et de développement personnel, visant à mieux gérer les émotions et le lâcher prise. Lieu : Châble. Participants : 4 ou 5.

**ATELIER : Conversation sur l'art**

Marie vous transmet sa passion.

**ATELIER : Balade en nature**

Martine vous emmène pour une balade de 2h au bord de l'Aire.

**ATELIER : Théâtre d'Improvisation**

Jouer une petite scène à partir d'un mot, d'une situation, d'un thème.

**ATELIER : Confiance en soi**

Exposé théorique sur la confiance en soi & Echanges & Exercice concret de mise en confiance.

**ATELIER : Windows 7 et 8**

Comment gérer ses documents et images par classement hiérarchisé dans Windows (dossiers et sous-dossiers)

Bases de l'utilisation du traitement de texte Word : création – frappe et mise en forme – mise en page – enregistrement – modifications – suppression de documents – retrouver un document – Impression - utilisation de quelques raccourcis...

**ATELIER : Découverte de l'espace membres**

Vous vous demandez comment mettre à jour vos demandes et consulter les offres des autres Accordeurs ? L'Accorderie vous propose de vous familiariser avec la plateforme qui permet l'échange de services.

**ATELIER : Œuvre collective pour décorer le local de l'Accorderie**

Sur la demande de l'Accorderie, et dans le but de personnaliser le local, nous mettons en place un atelier de création collective afin de réaliser des tableaux. Les Accordeurs participants et Pascale seront rémunérés en temps par l'Accorderie. Le matériel sera fourni par l'Accorderie.

Cette œuvre collective afin de Peindre, découper, coller ensemble pour que chaque identité s'exprime et Coopérer pour réaliser une composition équilibrée.

**ATELIER : Exprimer sa créativité en réalisant un tableau en collage à partir de papier recyclé**

Pascale vous propose un premier atelier groupé sur le thème du voyage du cœur

Une participation de 4 euros est demandée pour l'achat des fournitures (colle + tableau)

Pinceaux prêtés. Prévoir des ciseaux, des magazines et papiers que l'on aime bien, éventuellement peinture, feutres, etc.



ATELIER : Initiation à l'origami

Fabienne vous propose un premier atelier permettant de s'initier à une technique japonaise de pliage de papier en fabriquant de petites boîtes cadeaux (loisirs). Matériel offert. Tout âge (bricolage simple pour les enfants).



ATELIER : Relaxation par le coloriage Mandala

Fabienne propose une initiation au mandala, technique de méditation présente dans différentes cultures dont la pratique la plus fréquente consiste à colorier une forme symbolique circulaire, pour se recentrer et méditer. Après une brève introduction, la distribution du matériel vous pourrez réaliser votre mandala où vous le souhaitez. Pourquoi pas dehors ? Un moment d'échange aura lieu en fin d'activité. L'atelier est ouvert aux adultes et aux enfants dès 4 ans. Nombre de participants : indifférent. Matériel gratuit, mais si vous en avez, prenez vos crayons ou feutres de couleur !



ATELIER : Boutures

Fabienne propose de repoter des plantes à partir de matériel récupéré (terreau, tessons, pots de plastiques, plantes en surplus repiquées). Ces plantes vous permettront de faire des cadeaux, de décorer votre intérieur ou pourront servir à décorer l'Atelier de l'Accorderie. L'atelier est ouvert aux adultes et aux enfants dès 4 ans. Nombre de participants : 10. Matériel : gratuit (récupération)



ATELIER : Sachets de lavande en tissu

Fabienne propose de fabriquer des sachets de lavande dans le but de faire des cadeaux de Noël. Chaque participant pourra emporter un ou deux sachets, pour en faire lui-même des cadeaux. Le matériel est gratuit car récupéré (lavande offerte, tissus recyclés, sachets déjà cousus prêts à être remplis). L'atelier est ouvert aux adultes et aux enfants dès 4 ans.



ATELIER : Bases de la respiration parlée

Mercedes propose un moment collectif pour revoir les bases de la respiration parlée, de la pose de voix, et de la posture debout et assis pour améliorer l'oxygénation.



ATELIER : Sac à main partir d'un vieux jeans

Heidi vous propose de confectionner un sac à partir d'un vieux jeans.



ATELIER : Sacs cadeaux en papier

Noël approche et Martine vous propose de confectionner des sacs cadeaux à partir d'images (de calendrier ou autres) recyclées



ATELIER : Paroles de Femmes

Partant du livre « Rencontre avec ma femme sauvage », coécrit par 50 femmes, retrouvons-nous pour échanger, ressentir les magnifiques thèmes dont parle ce livre, partager entre femmes en toute bienveillance. Lecture d'extraits du livre par Pascale Weber co-auteur et cercle de paroles. 8 participants maximum.



PROMENADE : Avec les ânes

Isabelle et Franck vous propose d'emmener vos enfants en balade avec les Ânes au départ de Vers.



ATELIER : Confection de produits cosmétiques bio et naturels

Alice et ses copines vous donnent l'opportunité de vous initier à la confection de crème solaire, dentifrice, déodorant, liniment et de discuter autour des pratiques bio et équitables. Partage du coût des matières premières. Durée de 3h.



ATELIER : d'écriture itinérant gratuit organisé par le Museum d'Histoire naturelle de Genève, à travers les parcs et en « mouette genevois », animé par Cynthia Cochet. Apporter un pique-nique. Enfants dès 8 ans acceptés avec joie. Martine vous propose de vous y accompagner en covoiturage au départ de St Julien à 10h15 (chèque temps ¼h, pas de frais d'essence)



ATELIER : Bijoux en pâte FIMO

Heidi se propose de vous apprendre à créer des bijoux en pâte FIMO



ATELIER : Collage, reflet de soi

Cet atelier animé par Fabienne vous propose de découper des images pour réaliser des compositions éphémères, petits miroirs de sa sensibilité du moment. Participants : 4.

ATELIER : Initiation à l'autodéfense par le karaté senior.

Cet atelier animé par Yvette permet d'acquérir une meilleure confiance en soi, garder sa souplesse. A partir de 50 ans. Ouvert aux néophytes et aux anciens pratiquants qui ont envie de reprendre une activité physique.



ATELIER : Initiation à la danse orientale

Cet atelier animé par Faten permet de s'initier à la danse orientale. Participants : 6, tous niveaux même débutants.



ATELIER : Do-in: auto massage.

Cet atelier est animé par Isaline. Venez apprendre à vous détendre ! Dans cet atelier de Do-in (auto-massage, forme de shiatsu sur soi-même), nous utilisons aussi les méridiens de médecine traditionnelle chinoise et la connaissance des points principaux qui apaisent les petits maux et calment les tensions passagères. Pratiqué le matin au réveil, cela procure dynamisme pour la journée !



ATELIER : Qi Gong/Tai Chi.

Cet atelier est animé par Rose-Ange. Venez pratiquer cette gymnastique traditionnelle chinoise et aussi science de la respiration fondée sur la connaissance et la maîtrise de l'énergie vitale et qui associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.