

TRAIT D'UNION

34, rue des Camélias 94140 Alfortville

PROGRAMME AVRIL 2022

NOUVEAUTÉS

Les **Cafés Psycho** du mardi soir reviennent au présentiel, ils auront lieu à **Paris**

A partir du 5 avril, 19h00 – 21h00

Restaurant Les Associés, 50 Bvd de la Bastille Paris 12^{ème}

Un **Café Psycho** exceptionnel aura lieu à **Alfortville**, jeudi 7 avril, 19h00 – 21h00

Restaurant Le Forum, 86 bis, rue Étienne Dolet

L'atelier Chansons devient **l'Atelier Spectacle** et prépare une scène ouverte pour l'été, nous contacter si intéressé(e)

Maigrir ensemble est un nouveau rendez-vous d'entraide et de motivation à la perte de poids, samedi 9 avril à 14h30

Groupe de parole animé par 2 psychologues, limité à 5 participants.

1^{er} thème : *La charge mentale*, vendredi 22 avril à 18h30

Soirée espagnole : l'atelier de Conversation en espagnol aura lieu sous la forme d'une rencontre gastronomique et festive, en espagnol, samedi 23 avril à 19h00

Bullet journal : Outil de développement personnel aidant à structurer son quotidien et ses perspectives, samedi 30 avril à 14h00

Semaine 1^{er} au 3 avril 2022

FELDENKRAIS, vendredi 1er avril, 11h00-12h00, **en visio**

YOGA, vendredi 1er avril, 12h00-13h00 et 13h0-14h00, **en présentiel**

SOPHROLOGIE, samedi 2 avril, 9h30-10h30, **en présentiel**

Atelier INITIATION AUX FLEURS DE BACH, samedi 2 avril, 14h00-16h00, **en présentiel**

CLUB LECTURE, samedi 2 avril, à 16h30, **en présentiel**

Atelier GYM SPÉCIAL MAL DE DOS, dimanche 3 avril, 14h00-15h00, **en présentiel**

Semaine 4 au 10 avril 2022

MORNING SOPHRO, lundi 4 avril, à 9h00, **en visio**

PREMIERS PAS EN ART-THÉRAPIE, lundi 4 avril, 19h30–21h00, **en présentiel**

CAFÉ PSYCHO, mardi 5 avril, 19h00–21h00, **en présentiel***

FELDENKRAIS, mardi 5 avril, 19h45–20h45, **en visio**

CAFÉ PSYCHO, jeudi 7 avril, 19h00–21h00, **en présentiel***

SOPHROLOGIE, jeudi 7 avril, à 19h15, **en visio**

FELDENKRAIS, vendredi 8 avril, 11h00–12h00, **en visio**

SOPHROLOGIE, samedi 9 avril, 9h30 – 10h30, **en présentiel**

MAIGRIR ENSEMBLE, samedi 9 avril, 14h30–16h30, **en présentiel**

CERCLE DES FEMMES, samedi 9 avril, 16h30–18h30, **en présentiel**

Semaine 11 au 17 avril 2022

MORNING SOPHRO, lundi 11 avril, à 9h00, **en visio**

DÉCOUVERTE DE L'ART-THÉRAPIE, lundi 11 avril, 19h30–21h00, **en présentiel**

CAFÉ PSYCHO, mardi 12 avril, 19h00–21h00, **en présentiel***

FELDENKRAIS, mardi 12 avril, 19h45–20h45, **en visio**

YOGA, mercredi 13 avril, 19h15–20h15 et 20h30–21h30, **en présentiel**

CAFÉ INTERCULTUREL, jeudi 14 avril, 19h00–21h00, **en présentiel***

SOPHROLOGIE, jeudi 14 avril, à 19h15, **en visio**

FELDENKRAIS, vendredi 15 avril, 11h00–12h00, **en visio**

YOGA, vendredi 15 avril, 12h00–13h00 et 13h0–14h00, **en présentiel**

ATELIER D'ÉCRITURE vendredi 15 avril, à 20h00, **en visio**

SOPHROLOGIE, samedi 16 avril, 9h30–10h30, **en présentiel**

INITIATION CLAQUETTES, samedi 16 avril, 11h30-13h15, **en présentiel**

Atelier PEINTURE « Légumes du marché », dimanche 17 avril, 15h30–18h00, **en présentiel**

Semaine 18 au 24 avril 2022

MORNING SOPHRO, lundi 18 avril, à 9h00, **en visio**

PREMIERS PAS EN ART-THÉRAPIE, lundi 18 avril, 19h30–21h00, **en présentiel**

CAFÉ PSYCHO, mardi 19 avril, 19h00–21h00, **en présentiel***

FELDENKRAIS, mardi 19 avril, 19h45–20h45, **en visio**

DESSIN MÉDITATIF, mercredi 20 avril, 15h00–16h30, **en présentiel**

CONVERSATION EN ALLEMAND, mercredi 20 avril, à 19h00, **en visio**

YOGA, mercredi 20 avril, 19h15-20h15 et 20h30-21h30, **en présentiel**

SOPHROLOGIE, jeudi 21 avril, à 19h15, **en visio**

FELDENKRAIS, vendredi 22 avril, 11h00–12h00, **en visio**

YOGA, vendredi 22 avril, 12h00–13h00 et 13h00–14h00, **en présentiel**

GROUPE DE PAROLE, vendredi 22 avril, 18h30-20h00, **en présentiel**

SOPHROLOGIE, samedi 23 avril, 9h30–10h30, **en présentiel**

STUDIO RÉPARATION, samedi 23 avril, 14h00 – 16h30, **en présentiel**

Atelier TRAVAUX D'AIGUILLES, samedi 23 avril, 17h00 - 18h30, **en présentiel**

SOIRÉE ESPAGNOLE, samedi 23 avril à 19h00, **en présentiel**

Semaine 25 au 30 avril 2022

MORNING SOPHRO, lundi 25 avril, à 9h00, en visio

DÉCOUVERTE DE L'ART-THÉRAPIE, lundi 25 avril, 19h30–21h00, en présentiel

CAFÉ PSYCHO, mardi 26 avril, 19h00–21h00, en présentiel*

FELDENKRAIS, mardi 26 avril, 19h45–20h45, en visio

YOGA, mercredi 27 avril, 19h15-20h15 et 20h30-21h30, en présentiel

SOPHROLOGIE, jeudi 28 avril, à 19h15, en visio

FELDENKRAIS, vendredi 29 avril, 11h00–12h00, en visio

YOGA, vendredi 29 avril, 12h00–13h00 et 13h00–14h00, en présentiel

ATELIER D'ÉCRITURE vendredi 29 avril, à 20h00, en visio

BULLET JOURNAL, samedi 30 avril, 14h00-16h30, en présentiel

Les activités en présentiel ont lieu au local de Trait d'union : 34, rue des Camélias à Alfortville

Les activités en présentiel* ont lieu dans d'autres lieux :

- Les Cafés Psycho du mardi soir reviennent à Paris, au restaurant LES ASSOCIÉS, Bastille
- Le Café Psycho jeudi 7 et le Café Interculturel jeudi 14 auront lieu au restaurant LE FORUM à Alfortville

Retrouvez le détail des activités, les modalités d'inscriptions ou de connexion sur le site de Trait d'union :

www.traidunion94.org

Contact : traidunion94@gmail.com



@traidunionalfortville

Téléphone/WhatsApp : 07 69 84 93 11

