



**RÉSEAU D'ÉCHANGES RÉCIPROQUES DE SAVOIRS DU PAYS DE MURAT**

14, Rue du Faubourg Notre-Dame 15300 MURAT

Tel: 06 31 10 53 67

Mail: murat.rers@gmail.com

Facebook : muratais15/RERS du Pays de Murat

Site internet : www.lerezo-murat.fr

## ÉCHANGES COLLECTIFS ET RENCONTRES Mars 2024



**MARS**

| Dates            | Nature de l'échange/<br>Offreurs   | Heures   | Détails  |
|------------------|--|--|--|
| Mercredi 6 Mars  | <b>L'instant parents<br/>« Comprendre et apprivoiser ses émotions »<br/>avec Madame Fresel<br/>Aurèlie Consultante</b> | <b>14h00<br/>A la<br/>Médiathèque de<br/>Murat</b> |  |
| Jeudi 7 Mars     | <b>Atelier informatique avec<br/>Unicités</b>  | <b>10h<br/>A la maison des<br/>services</b>        | <b>Cours d'informatique proposer<br/>par unicités</b>  |
| Jeudi 7 Mars     | Jeux de société<br>(scrabble, belote...)   | 14h30<br>Au Rézo                                   |  |
| Vendredi 8 Mars  | Peinture acrylique<br>Offreuse : Geneviève   | 14h00<br>Au Rézo                                   | À prévoir : crayons à papier,<br>gommes, pinceaux fins |
| Mardi 12 Mars    | <b>Assemblée Générale</b>  | <b>18h30<br/>Au Rézo</b>                           |  |
| Mercredi 13 Mars | L'instant jeunesse<br>Ateliers Origami   | 14h30<br>A la salle Leon<br>Boyer                  | Atelier pour les enfants 1 fois tous les<br>15 jours   |

|                         |   |   |  |
|-------------------------|---|---|--|
| <b>Jeudi 14 Mars</b>    | Jeux de société<br>(scrabble, belote...)  | 14h30<br>Au Rézo                                  |  |
| <b>Samedi 16 Mars</b>   | Discussion autour des lieux oubliés de Murat et ses alentours   | 9h30<br>Au Rézo                                   |  |
| <b>Mardi 19 Mars</b>    | Retour à l'emploi :<br>Conception de Cv, lettre de motivation et préparer un entretien d'embauche<br>Offreuse : Fanny | 9h00<br>Au Rézo                                   | Amenez vos documents   |
| <b>Mardi 19 Mars</b>    | L'instant café  | 14h30<br>Au Rézo                                  |  |
| <b>Mercredi 20 Mars</b> | Brain Gym<br>Offreuse : Aurélie   | 14h00<br>Au rézo                                  | Détails dans infos tout azimuth  |
| <b>Samedi 23 Mars</b>   | Aquarelle<br>Offreur : Didier   | 9h00<br>Au Rézo                                   |  |
| <b>Samedi 23 Mars</b>   | <b>L'instant parents<br/>« L'allaitement » avec<br/>Madame Manevy<br/>Consultante en lactation</b>                    | <b>9h15<br/>A la<br/>Médiathèque de<br/>Murat</b> |  |
| <b>Mercredi 27 Mars</b> | L'instant jeunesse<br>Ateliers Peinture   | 14h30<br>A la salle Leon Boyer                    | Atelier pour les enfants 1 fois tous les 15 jours                                    |
| <b>Jeudi 28 Mars</b>    | <b>Atelier informatique avec<br/>Unicités</b>   | <b>10h<br/>A la maison des<br/>services</b>       | <b>Cours d'informatique proposer<br/>par unicités</b>                                |
| <b>Jeudi 28 Mars</b>    | Jeux de société<br>(scrabble, belote...)  | 14h30<br>Au Rézo                                  |  |
| <b>Vendredi 29 Mars</b> | Tricot Thé<br>Offreuse : Solange et Geneviève   | 14h00<br>Au rézo                                  | À prévoir : une pelote et une paire d'aiguilles à tricoter, taille 3-4 de Préférence |

**Samedi 30  
Mars**

**Atelier couture**

**9h30  
Au Rézo**

**Inscription Obligatoire**

# Infos tout azimut

**Le Rézo sera exceptionnellement fermé le jeudi 21 mars et vendredi 22 mars, en cas d'urgence appelez le 06 31 10 53 67.**

## **Mercredi 20 mars : Brain Gym**

"Envie de (re)prendre contact avec votre corps ou tout simplement de rester en forme en douceur ? Le Brain Gym est fait pour ça !

Je vous propose 1h (1h30) de mouvements simples, tout doux et ludiques pour améliorer nos mouvements et réconcilier notre cerveau droit avec le gauche... Et inversement !

Les mouvements peuvent se faire assis ou debout.  
Aucun savoir préalable n'est nécessaire.

Venez comme vous êtes et se sera parfait. 😊 "

## **La boîte à lire**

Nous avons le plaisir de vous annoncer que la boîte à lire est désormais disponible sur notre réseau. C'est une excellente nouvelle pour tous ceux qui cherchent à élargir leurs horizons littéraires. Vous êtes cordialement invité à venir déposer vos ouvrages dont vous n'avez plus besoin et à prendre ceux qui vous intéressent. C'est une formidable occasion de découvrir de nouvelles lectures et de partager vos livres préférés avec notre communauté.

