







ACTIVITÉS COLLECTIVES SAMSAH- AOUT 2018



Jeudi 2 août	8h30-18h00	Dinard	Alice Florie	 Emeraude Voile Solidaire	Navigation au bord d'un catamaran dans la baie du Cap Fréhel à Cancale en fonction des marées et de la météo. Vers 12h30: le bateau se met sur ancre dans une anse afin de faire une pause déjeuner. Ce moment est un moment de détente pour tous. Vers 14h: levée de l'ancre, direction de Dinard. Retour à la cale de la Vallée - Débarquement vers 16h30-17h00,	5€*
Mardi 7 août	14h au SAMSAH	Fougères	Marie B Nelly	 Activité physique	Dans un esprit convivial, venez participer à l'activité Randonnée. Tour du magnifique site naturel de la carrière du Rocher Coupé. Très belles vues de la ville et la forteresse.	gratuit
Mardi 14 août	14h30-16h00	Locaux SAMSAH de St Malo	Marie A Alice	 Activité Manuelle	Bricol'Art: Fabrication, valorisation et ré-emploi d'objets et matériaux.	gratuit
Mercredi 22 août	14h-16h30	Résidence Ty Armor 1 rue René Dumont, Rennes	Lou	 Activité cuisine	Cuisiner ensemble Plaisir de cuisiner et manger des plats que l'on vient de réaliser, en utilisant des aliments simples.	maxi 4 personnes 2€*
Mardi 28 août	14h-16h00	Locaux SAMSAH de Rennes	Florie Mickaël	 Café Rencontre à Rennes	Lieu d'échange, de rencontre, de détente, autour d'une boisson, selon vos envies, et en toute simplicité.	gratuit
Mardi 4 septembre	14h au SAMSAH		David Marie B	 Activité physique	Dans un esprit convivial, venez participer à l'activité Randonnée.	gratuit

* Confirmation de l'inscription après règlement