



# ACTIVITÉS

## Association La Boussole

74 rte de Bazas à Captieux  
laboussolecaptieux.fr  
09 75 39 78 04 / 06 14 30 46 15  
laboussolecaptieux@gmail.com

### 1 LUNDI

15h00 - 17h00

**Couture** - 2e du mois, prix libre

16h45 - 18h15

**Accompagnement à la Scolarité**  
Bibliothèque Communale

### 2 MARDI

17h30 - 19h00

**Atelier Expression / Chant** - 3e du mois  
Contact Philippe : 06 51 61 15 40

18h00 - 19h30

**Méditation** - Salle des écoles  
Contact Christelle : 06 30 86 56 31

### 3 MERCREDI

11h00 - 12h00

**Atelier dessin**  
7-11 ans

14h30 - 15h30

**Atelier dessin**  
7-11 ans

14h00 - 17h00

**Permanence numérique**  
Gratuit

17h45 - 18h30

**Gym douce**

18h45 - 19h30

**Cardio**

Contact Anne : 06 21 87 47 08

19h10 - 19h40

**Cours Guitare**  
Contact La Bazadaise

### 4 JEUDI

14h00 - 17h00

**Permanence E.R.I.P.** - 2x par mois  
Orientation pro, accès aux droits  
Info et rdv : 05 57 98 02 98

16h45 - 18h15

**Accompagnement à la Scolarité**  
À La Boussole

18h - 19h15

**Yoga** - Prix libre

### 5 VENDREDI

10h00 - 12h00

**Atelier Cuisine** - Gratuit

12h00 - 14h00

**Cantine Solidaire** - Prix libre

14h00 - 17h00

**Permanence numérique**

### 6<sup>1er</sup> SAMEDI du mois

14h00 | Friperie Solidaire  
Jeux de société



**Couture** Contact Gladys  
06 76 07 62 35

17h00 | Repar'café

Ne pas jeter sur voie publique