

Pôle Solidarité

Ateliers de janvier à juin 2019

Le Pôle Solidarité vous propose de participer à ses ateliers de partage, d'échanges de savoirs et de sensibilisation.

Ateliers décoration / couture



14 places disponibles
Résidence Autonomie
des 104



Apprendre et partager des techniques simples, participer à la décoration d'animations municipales.

Deux jeudis par mois de 14h à 16h

03, 17 et 31 Janvier
28 Février
07 et 28 Mars

11 et 25 avril
09 et 23 mai
06 et 27 juin

Ateliers du Numérique

en partenariat avec Fodeno

Tous les lundis de janvier 2019 de 14h à 16h

Mise à disposition d'un camion numérique avec 10 ordinateurs portables dont l'objectif est de permettre l'accès à Internet et la prise en main des applications numériques.

Connaissances de base en informatique, démarches dématérialisées : impôts, Sécurité Sociale, CAF, Pôle Emploi, inscriptions en ligne aux activités de la Ville, information sur Internet, communication avec ses proches via les réseaux sociaux...



10 places disponibles
Point Accueil Jeunes



La participation aux ateliers est gratuite.
Ouverts à tout public harfleurais
sur inscription préalable

Renseignements - Inscriptions

Pôle Solidarité : 02 35 13 30 89

ccaslogement@harfleur.fr

www.harfleur.fr
Le site officiel de la Ville d'Harfleur

Ateliers santé



en partenariat avec Béatrice Requier, naturopathe spécialisée pour la gestion du stress

Vendredi 18 janvier 2019 : Renforcer ses défenses immunitaires naturellement

Connaître les bases de l'hygiène de vie en hiver

Introduire des petits gestes de santé naturelle au quotidien

Vendredi 15 mars 2019 :

Renforcer sa vision positive dans la vie

Identifier ses capacités naturelles

Renforcer son estime de soi au quotidien

Vendredi 17 mai 2019 : Prendre soin de soi grâce aux produits naturels

Apprendre des gestes de bien-être simples et naturels

Concevoir deux produits cosmétiques naturels



14 places disponibles
Point Accueil Jeunes
14h - 16h



Ateliers bien-être



en partenariat avec Fodeno et Karina Chikh, conseillère en insertion professionnelle et conseillère en image

Il faut se plaire pour réussir, le soin de soi nécessite un investissement personnel.

Le conseil en image sert à se mettre en valeur sans se déguiser.

En proposant des services personnalisés de conseil en image et mise en pratique, les ateliers vous permettront de vous révéler.

Ces ateliers allient théorie et mise en pratique, conseils et échanges.

Ils permettent au public, dans le respect de sa personnalité, de gagner en bien-être et en confiance en soi.

Vendredi 8 février 2019 : Conseils et cours de maquillage

Vendredi 5 avril 2019 : Conseils coiffure et mise en beauté rapide

Vendredi 7 juin 2019 : Conseils morpho-silhouette et style

Date en Juillet à déterminer



10 places disponibles
Pôle d'insertion de Beaulieu
rue R. Coty
14h - 16h30



Ateliers cuisine



Pour celles et ceux qui savent déjà cuisiner ou qui veulent apprendre...

Deux mardis par mois de 14h à 16h

8 et 22 janvier

2 et 23 avril

5 et 19 février

14 et 28 mai

5 et 19 mars

11 et 25 juin



14 places disponibles
Point Accueil Jeunes



NB : préparation d'un petit déjeuner solidaire le jeudi 7 février.

Certains ateliers « cuisine » compléteront la programmation municipale.