

Le BIJ confiné & à vos côtés



CITATION

"Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas qu'elles sont difficiles."
Sénèque.

À VOUS DE JOUER !

RESTE EN FORME !

Vous trouverez un nouveau circuit d'exercices physiques que vous pourrez faire librement lors de votre pause au sein de votre espace de (télé)travail ou chez vous, pendant 30 minutes environ et sans modération.



Pour plus de vidéos ou un programme adapté à votre recherche, CLIQUER-ICI !
Ou sur <https://www.flavien-allart.fr/>

ATELIER CUISINE



La recette de la quiche aux courgettes et au chèvre

CULTIVE-TOI

La bibliothèque de la Ville d'Achères réouvre le mardi 22 décembre à 14h.

En attendant, le service de prêt sur mesure (« Click and collect ») se poursuit :
les bibliothécaires préparent à l'avance votre choix de livres, puis vous contactent pour vous proposer un rendez-vous.

Plus de renseignements sur www.bibliotheque-acheres78.fr



DEFI

Noël n'est malheureusement pas accessible à tout le monde, mais grâce à vous et à votre générosité, ces personnes auront la chance de connaître ce qu'est la magie de Noël !

Pour participer, rien de plus simple :

- prenez une boîte à chaussures vide
- remplissez-la à l'aide de l'image ci-dessous
- emballez le tout avec du joli papier cadeau
- déposez-la dans un des points de collecte

DATE LIMITE DU DEPOT : DIMANCHE 20 DECEMBRE

Pour plus d'informations, rejoignez la page Facebook de l'évènement :



CLIQUER ICI POUR RETROUVER LES POINTS DE COLLECTE PRES DE CHEZ VOUS

ATELIER D'EXPRESSION

Retrouvez des étirements faciles à faire dans votre lit

CLIQUER ICI



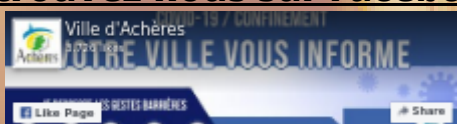
Retrouvez-nous au BIJ :

Du lundi au vendredi de 14h à 18h en prenant RDV :

Par mail à bij@mairie-acheres78.fr

Par téléphone au 01 30 06 77 14 / 06 83 85 25 69

Retrouvez-nous sur Facebook



Retrouvez-nous sur Instagram

