

# PROGRAMME Septembre 2023

Tous les mardis de 14h00 à 15h00\*  
Espace accueil sans rdv dans nos locaux,  
pour toute question ou inscription



		Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5
Lundi	9h00 à 16h00			<b>11 septembre 2023</b> Ensemble avec RESPIRE découverte en marchant d'Estavayer-le-lac et de ses environs <b>Contact:</b> 077 520 95 31	<b>18 septembre 2023</b> Balade avec les ânes dans le Gibloux accompagnés de Sonia <b>Contact:</b> 077 520 95 31	<b>Séjour au chalet et désalpe au Lac Noir</b>  <b>Contact:</b> 077 520 95 31
Mardi	18h00 à 21h00			 Soirée cuisinons ensemble à RESPIRE <b>Contact:</b> 077 520 95 31	<b>19 septembre 2023</b> Soirée cuisinons ensemble à RESPIRE <b>Contact:</b> 077 520 95 31	
Mercredi	9h00 à 11h30			<b>13 septembre 2023</b> Activité artistique et créatrice ensemble <b>Contact:</b> 077 520 95 31	<b>20 septembre 2023</b> Balade en nature et activités collectives <b>Contact:</b> 077 520 95 31	<b>27 septembre 2023</b> Matinée avec les jeux collectifs et participatifs <b>Contact:</b> 077 520 95 31
Jeudi	9h00 à 12h30			<b>14 septembre 2023</b> Yoga avec la professeur Audrey <b>Contact:</b> 077 520 95 31	<b>Séjour au chalet RESPIRE</b>  <b>Du 22 au 24 septembre 2023</b>	<b>28 septembre 2023</b> Ensemble au parcours vita, activité pour tous <b>Contact:</b> 077 520 95 31
Dimanche	9h00 à 15h00		<b>10 septembre 2023</b> Journée au chalet RESPIRE jardinage et autres activités de groupe <b>Contact:</b> 077 520 95 31			

Rendez-vous dans nos locaux : Route des Arsenaux 24, 1700 Fribourg.

\*excepté vacances: pas d'accueil les 5 et 26 septembre

Les activités ne sont jamais annulées en cas de météo défavorable mais remplacées par une activité en intérieur.

Toutes les activités proposées sont encadrées et adaptées à l'initiation ainsi qu'à un niveau plus avancé.