

## Ateliers Socio-esthétique les 3 et 10 décembre

En s'appuyant sur les compétences d'une socio-esthéticienne locale, Magali Bompoil, une série d'ateliers a été proposée aux familles de Soli'Market pour leur offrir des instants de détente mais aussi des conseils pour prendre soin de soi à moindre coût. Une socio-esthéticienne a une formation d'esthétique, complétée par une formation sur l'aide à la personne. Avec son passé d'aide soignante, Magali vient apporter de la douceur aux corps fragilisés : elle travaille aujourd'hui régulièrement dans les structures pour personnes âgées, mais aussi dans le milieu du handicap (Maison Rochas) ou avec le Service de Soins Infirmiers à Domicile de la Chapelle St Florent.



Atelier maquillage, massage des mains ou du dos, pose d'un masque à l'argile blanche pour le visage, ou encore soin des mains avec un masque à base de cacao et de miel (avec léchage de doigts après le temps de pose pour les plus gourmands !) Les participants sont repartis avec des « recettes » à faire soi-même et des échantillons de produits Nocibé.

## Atelier cuisine « repas de fêtes » le 17 décembre

L'équipe du CCAS s'est agrandie cet automne avec l'arrivée de Régine Bogard en charge des ateliers cuisine entre autres. Après avoir interrogé les familles sur leurs attentes quant aux ateliers cuisine, 6 bénévoles se sont joints à elle pour préparer un atelier qui avait pour thème : « un repas de fêtes avec le maximum de produits de Soli'Market. » et dresser la liste de courses complémentaires à prévoir : 1 plaquette de beurre seulement !

L'atelier s'est déroulé le vendredi 17 décembre de 10h à 13h. Si à l'origine l'atelier devait se terminer par un repas partagé sur une table joliment décorée, le contexte sanitaire a obligé les participants à déguster le repas chez eux. Mais ce n'est que partie remise, puisque l'ambiance conviviale a ravi les 5 cuisiniers du jour (dont la bénévole Isabelle et Régine).

Au menu : *Quiche au saumon fumé et poireaux / sablé aux noix et aux abricots au sirop*

Attention Cyril Lignac, la concurrence arrive !!



## Les 3 piliers du projet

### Vente de produits alimentaires, d'hygiène et d'entretien

- à prix très réduit
- sous conditions de ressources
- 1 ouverture par semaine

### Un espace convivial et pédagogique, créateur de lien et de mixité sociale

- ateliers et échanges de savoirs
- activités servant l'épicerie

### Un lieu d'information ouvert à tout public

- permanences
- réunions d'information et d'accompagnement

## Infos aux bénévoles:

\* La formation à l'écoute initialement programmée les 10 et 11 janvier sera reportée au printemps. Il est encore temps de s'inscrire!

\* Un temps convivial devait se dérouler fin janvier : il est pour le moment reporté également au regard du contexte sanitaire.

\* La charte du bénévolat à Soli'Market a été votée par le Conseil d'Administration du CCAS. Nous vous la ferons signer lors de vos prochaines permanences. Pour les bénévoles extérieurs à St Florent qui le souhaitent, une attestation 2021 pourra vous être fournie pour déduire vos déplacements de votre feuille d'impôt.

**Bonne année!**

Financé par



L'essentiel & plus encore

