

**PLANNING 2023 "JARDINS, NATURE ET SANTE" de l'ASSOCIATION MOSAIQUE**

	semaine/jour	lieu	objet	observations
1	lundi 13 février 2023 à 11h	à la maison pour tous <b>Albert Camus</b> (quartier lemasson)	<b>REUNION D'INFORMATIONS SOUTIEN NUMERIQUE et ATELIERS JARDINS</b>	Présentation du programme " <b>les mains dans la terre et un pied dans le numérique</b> " et inscription aux activités JARDINS et NUMERIQUES de Mosaïque 2023
2	du 6 mars au 10 mars	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis et rempotage, preparation terre pour plantation
3	du 13 mars au 17 mars	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis et rempotage, preparation terre pour plantation
4	du 20 mars au 24 mars	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis et rempotage, preparation terre pour plantation
5	du 27 au 31 mars	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis et rempotage, preparation terre pour plantation
6	mardi 4 avril de 11h30 à 16h	<b>Domaine de Fondespierre à Castrie</b>	<b>BALADE BOTANIC AU DOMAINE DEPARTEMENTAL DE FONDESPIERRE</b>	Balade botanique de découvertes de la flore sauvage comestible animée par <b>Solène Passemard</b> . Co-voiturage depuis Mosaïque et <b>repas tiré du sac sur place si la météo le permet. Report au 11 avril en cas de pluie. Pas d'ateliers jardins cette semaine là.</b>
7	jeudi 13 avril de 10h30 à 12h	<b>Carnon</b>	<b>SEANCE QI GONG/GYM A LA PLAGES</b>	séance de Qi Gong sur le sable en bord de mer à carnon dispensée par <b>Catherine de Shunyata</b> . Co-voiturage à 10h à Mosaïque. <b>Report au 12 mai en cas de pluie Pas d'ateliers jardins cette semaine là.</b>
8	du 17 au 21 avril	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis et rempotage, plantation et entretien des jardins
<b>VACANCES du 24 avril au 4 mai - pas d'ateliers jardins cette semaine là .</b>				
9	du 9 au 12 mai	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis et rempotage, plantation et entretien des jardins
10	mardi 16 mai de 10h à 12h	à <b>Mosaïque</b> (12 allée du parc tastavin - lemasson)	<b>DECOUVERTE DES PLANTES AROMATIQUES ET MEDICINALES</b>	Ateliers découverte des nombreuses vertus des Plantes Aromatiques (confection de baume médicinal et tisanes) avec la spécialiste <b>Solène Passemard</b> de LA MAUVE. <b>Pas d'ateliers jardins cette semaine là.</b>
11	du 22 mai au 26 mai	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis, plantations, entretiens, arrosage, purins,...
12	Jeudi 1 juin de 10h à 11h30	à <b>Mosaïque</b> (12 allée du parc tastavin - lemasson)	<b>ATELIER DE DECOUVERTE SUR L'HYPNOSE</b>	Atelier pratique sur les outils du bien être via l'hypnose "prendre soin de son jardin intérieur" animé par <b>Nicolas Marcenac</b> , spécialisé dans l'hypnose et thérapies brèves. <b>Pas d'ateliers jardins cette semaine.</b>
13	vendredi 9 juin de 10h à 14h	à <b>Mosaïque</b> (12 allée du parc tastavin - lemasson)	<b>CONFERENCE NATUROPATHIE + ASSEMBLEE GENERALE DE MOSAIQUE</b>	Conférence de <b>Gérard Gallindo, naturopathe</b> "comment préserver au mieux notre capital énergétique" avec mise en pratique et AG Mosaïque avec <b>repas partagé. Pas d'ateliers jardins cette semaine là.</b>

**Ateliers "Jardins, Nature et Santé" GRATUITS hebdomadaires de mars à novembre réservés aux personnes de 60 ans et plus - cout d'adhésion 20€ par an.**

N'hésitez pas à aller sur notre site internet pour en savoir plus [www.mosaiquejardin.org](http://www.mosaiquejardin.org)

**Nouveauté ! 10 ateliers de soutien à l'utilisation des outils numériques offerts aux adhérents Mosaïque (comment mieux utiliser son ordinateur, son téléphone portable, Internet ...)**

★ Voir les horaires et adresses des ateliers jardins et numériques dans le tableau au verso.

**Contact : Sonia Trinquier - 06 10 30 85 47 - soniatrinquier@mosaiquejardin.org**

**PLANNING 2023 "JARDINS, NATURE ET SANTE" de l'ASSOCIATION MOSAIQUE**

	semaine/jour	lieu	objet	observations
14	du 4 au 8 septembre	dans vos jardins de quartier	<b>RENTREE AUTOMNALE - ATELIER JARDINAGE</b>	accueil des nouveaux, présentation du jardin et planning, remise du bulletin
15	du 11 au 15 septembre	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis, plantations, entretiens, arrosage, purins,...
16	lundi 11 septembre à 11h	à la maison pour tous <b>Albert Camus</b> (quartier lemasson)	<b>REUNION PROGRAMME SOUTIEN NUMERIQUE saison 2</b>	Présentation et inscription au programme "les mains dans la terre et un pied dans le numérique" avec <b>ADISA de l'association INFONET SERVICES.</b>
17	du 18 au 22 septembre	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis, plantations, entretiens, arrosage, purins,...
18	mardi 26 septembre de 10h à 12h	<b>Domaine de Restinclière à Prades le lez</b>	<b>SORTIE NATURALISTE SUR LES ARBRES</b>	Balade sur les arbres indigènes méditerranéens dans un parc/domaine aux alentours de Montpellier animé par <b>Romain Dugué</b> pépiniériste forestier. Co-voiturage à 9h30 à Mosaïque. <i>Report au mardi 3 octobre en cas de pluie. <b>Pas d'ateliers jardins cette semaine là.</b></i>
19	du 2 au 6 octobre	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis, rempotage, plantations, entretiens...
20	du 9 au 13 octobre	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis, rempotage, plantations, entretiens,
21	jeudi 19 octobre de 15h à 16h30	à <b>Mosaïque</b> (12 allée du parc tastavin - lemasson)	<b>ATELIER NUTRITION ET CONFECTION DE SOUPES</b>	Echanges sur le bien-etre lié à une alimentation saine et les bienfaits des légumes + atelier confection de soupes. <b>Pas d'ateliers jardins cette semaine là.</b>
<b>VACANCES du 23 octobre au 3 novembre : <i>Pas d'ateliers jardins cette semaine là .</i></b>				
22	du 6 au 10 novembre	dans vos jardins de quartier	<b>ATELIER JARDINAGE</b>	semis, rempotage, plantations, entretiens,
23	mardi 14 novembre de 14h à 17h	Montpellier	<b>SORTIE A THEME AU JARDIN DES PLANTES - REPAS DE FIN D'ANNEE</b>	Visite guidée du Jardin des plantes sur la thématique " <b>Jardin comestible permaculturel</b> " puis goûter dans un café gourmand du centre-ville (participation au frais de restauration). <b>Pas d'ateliers jardins cette semaine là</b>

**ADRESSES DE NOS ATELIERS NUMERIQUES et "JARDINS ET SANTE"**

Jour	Horaire	Atelier et Quartier	Adresse
Lundi	9h30 – 10h30	<b>ATELIER NUMERIQUE - Lemasson</b>	Maison Pour Tous Alert Camus - 118 All. Maurice Bonafos, 34070 Montpellier - tram2 arret Mas drevon
Lundi	10h45 – 11h45	<b>ATELIER NUMERIQUE - Lemasson</b>	Maison Pour Tous Alert Camus - 118 All. Maurice Bonafos, 34070 Montpellier - tram2 arret Mas drevon
Mardi	10h – 11h30	<b>ATELIER JARDIN - Lemasson</b>	Jardin de l'association - 12 allée du parc tastavin (maison au bout de l'impasse) - Tram 2 arrêt st cleophas
Mercredi	10h – 11h30	<b>ATELIER JARDIN - Pompignane</b>	Jardin thérapeutique de la Clinique du Mas de rochet (UGEAM) - <b>réservé aux patients de l'accueil de jour .</b>
Jeudi	10h – 11h30	<b>ATELIER JARDIN - Grisettes</b>	Jardin partagé des Grisettes - 411, Agriparc du Mas Nouguier, 34000 Montpellier - Tram L2 arrêt sables
Vendredi	10h – 11h30	<b>ATELIER JARDIN - Lemasson</b>	Jardin de l'association - 12 allée du parc tastavin (maison au bout de l'impasse) - Tram 2 arrêt st cleophas
Vendredi	9h30 – 10h30	<b>ATELIER NUMERIQUE - Pas de loup /Cevennes</b>	Maison Pour Tous Marcel Pagnol - 64 Rte de Lavérune - Bus n° 6 arrêt Pas du Loup - Bus n°11 arrêt Cité Valette
Vendredi	10h45 – 11h45	<b>ATELIER NUMERIQUE - Pas de loup /Cevennes</b>	Maison Pour Tous Marcel Pagnol - 64 Rte de Lavérune - Bus n° 6 arrêt Pas du Loup - Bus n°11 arrêt Cité Valette

**Contact : Sonia Trinquier - 06 10 30 85 47 - soniatrinquier@mosaiquejardin.org**