

Une nouvelle équipe pour SLT!

Comme cela vous avait été annoncé, il y a eu des changements dans le bureau. Tout d'abord nous avons un nouveau président, Patrick LE-CONTE, que vous aurez l'occasion de croiser lors des activités. Christine HISLEN et Joëlle FONDREVELLE conservent leurs fonctions de trésorière et secrétaire.



Trois administrateurs, Vincent LEFEBVRE, Alexandre RICHOUX et Amélie LE BEC font aussi partie de l'équipe.

Et c'est en collaboration avec les 4 coachs, Marie, Lysèle, Emma et Annick que nous vous proposons le nouveau planning. N'hésitez pas à venir essayer les nouvelles activités.



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI
		9h00 TONIC		9h00 TONIC
		10H00 ENFANTS		
12H45 PILATES				
	15H00 ZILGREI			15H00 ZILGREI
	16H00 GYM DOUCE			16H00 GYM DOUCE
	17H00 STEP / RENF MUSC			17H00 PILATES
	18H00 CROSS TRAINING			18H00 STRETCHING
	18H45 POUND			19H00 RENF. MUSCU- LAIRE

Au plaisir de vous y rencontrer prochainement.

Renseignements : 06.67.05.75.55 (Joelle) ou 06.12.90.90.41 (Christine). Mail slt.taradeau@gmail.com

Conseil Zéro déchet

Chaque année chaque Français produit plus de 500 kg d'ordures ménagères et les emballages comptent pour 5 millions de tonnes de déchets. Donc, pour réduire le volume de votre poubelle, pensez à changer vos habitudes! Prenez vos fruits et légumes en vrac sur le marché ou dans votre magasin, privilégiez le pain et les pâtisseries du boulanger, la viande du boucher et le poisson du poissonnier.

Cela permet d'éviter barquettes en polystyrène, filets en nylon et sachets en plastique! Beaucoup de commerçants acceptent que vous emmeniez vos propres récipients pour emporter vos produits! Cela coûte plus cher ? Oui et non, de meilleure qualité votre nourriture aura moins voyagé et l'on pourra économiser sur les autres marchandises que l'on trouve en grande surface et dont on a pas forcément besoin!



ZÉRO DÉCHET
CENTRE VAR

Pour plus de conseils, consultez notre page facebook: [Facebook.com/ ZeroDechetCentreVar](https://www.facebook.com/ZeroDechetCentreVar)