Gazette des Astroliens n°2

PLUS LA NUIT EST SOMBRE, PLUS LES ÉTOILES SONT BRILLANTES - PAUL BROKS

Chers membres des Astroliens

Voilà plus de 2 semaines que nous sommes confinés, et que tout le monde se ré-organise.
Dans l'équipe Astroliens : Margaux joue au tarot, Anne-Isabelle s'est mise à la méditation, Paul fait du montage vidéo, Assala a un rhume, Marilyne cuisine et Lina en profite pour relire des classiques.

Et vous ?

Nous restons à votre disposition pour échanger par e-mail : **astroliens.volontaires@gmail.com**
ou téléphone : **06 41 26 45 17**
du mardi au vendredi inclus de 10h30 à 17h30.

Sur la gauche, on vous remet nos trombines pour que vous ne nous oubliiez pas trop vite

Infos clefs

Nous avons commencé à mettre en place des ateliers numériques à distance tous les mercredis, jeudis et vendredis à l'horaire de votre choix.
Ces ateliers connaissent un franc succès !
Appelez nous pour vous inscrire.

Suite à ces premiers ateliers, nous avons identifié que beaucoup d'entre vous ont des questions sur les sujets suivants :

- Contacter ses proches avec Internet
- Consulter un médecin en téléconsultation
- Faire ses courses en ligne
- Maintien de mes droits

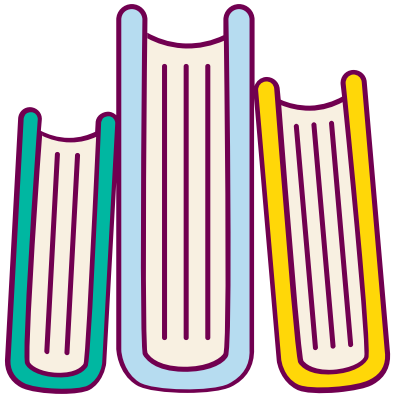
N'hésitez pas à interroger nos bénévoles si cela vous préoccupe aussi !

Les bons plans des Astroliens

EVADEZ-VOUS AU FIL DES PAGES

La librairie indépendante Le Furet du Nord met 5000 e-books (livres numérisés) en ligne gratuitement sur son site internet !

https://www.furet.com/ebooks-gratuits



MUSIQUES DU MONDE

Ambiancez vous au son de musiques traditionnelles Congolaises, Péruviennes, ou encore Croates.
Une belle façon de voyager en restant sur son canapé !

https://www.radiooooo.com

ZEN, RESTONS ZEN

Des méditations guidées et gratuites

https://www.headspace.com/fr/covid-19

CROIX-ROUGE CHEZ VOUS

livre aussi vos médicaments sur ordonnance.

Ce service n'est cependant valable que pour les personnes dans l'impossibilité de sortir et qui n'ont pas d'autre solution pour se les procurer.

On vous redonne le numéro : **09.70.28.30.00**