



25 BOULEVARD SCHUMAN
62000 ARRAS
MAIL@CITENATURE.COM
03 21 21 59 59

AFTERWORK
à partir de 19h !
**Concert spécial
"octobre rose"»**
Vendredi
17 octobre



**Avec
des stands
de prévention**

Collecte de
Coussins-Cœur

Lancement
de l'opération
**le Dimanche
5 octobre
lors de
la Fête de
Cité Nature !**



Inscrivez votre entreprise ou votre association au « Défi Coussin-Cœur »
Vous disposez de tout le mois d'octobre pour nous déposer un maximum
de coussins au nom de votre entreprise / association.
L'entreprise et l'association qui en déposeront le plus seront mises à l'honneur !



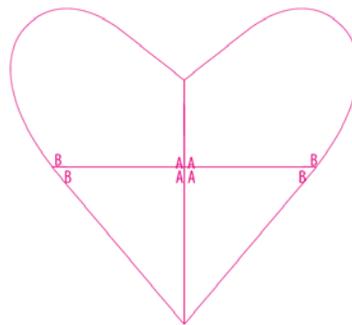


Faire un coussin qui peut changer la vie - Création solidaire -

A l'occasion d'Octobre Rose, unissons nos énergies et nos talents pour les mettre au service des femmes touchées par le cancer du sein.



Le coussin-cœur, placé sous le bras, est destiné à soulager les douleurs post cancer du sein en diminuant les tensions dues à la chirurgie. Ce prototype, mis en place par un médecin américain, revêt également une valeur symbolique, un message fort de soutien et d'amour qui nous parle.



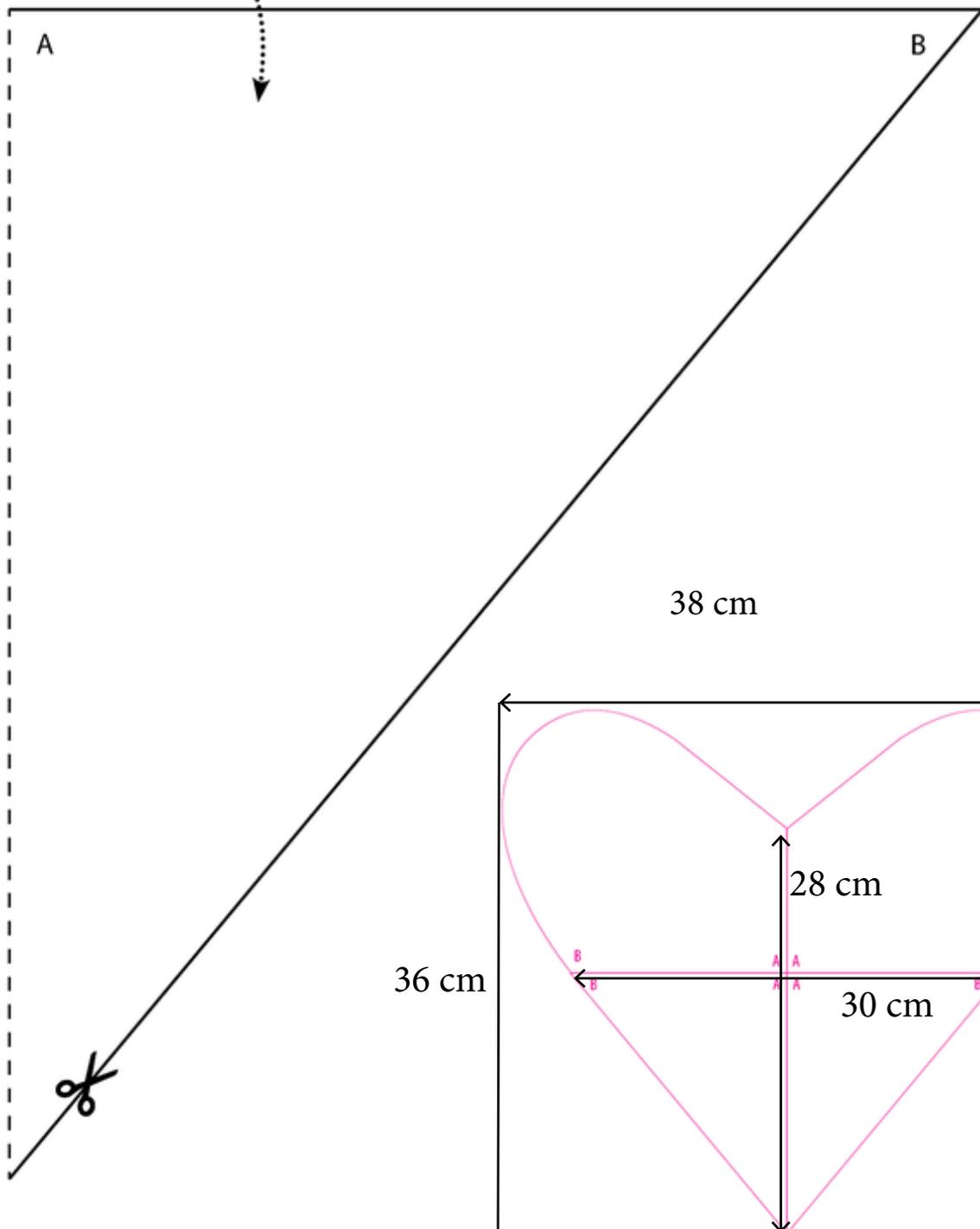
Réalisation :

1. Raccorder les deux parties du cœur le long de la ligne AB.
2. Scotcher.
3. Plier votre tissu en deux selon le droit fil.
4. Poser le patron sur le tissu. La pliure du tissu doit coïncider avec les pointillés du patron.
5. Tracer les coutures du patron sur le tissu. Quand vous coupez le tissu, ajoutez les marges de coutures (1cm environ). Refaites cette opération une autre fois, pour obtenir le devant et le dos du cœur.
6. Coudre les deux cœurs ensemble en laissant, sur un côté quelques centimètres pour retourner le tout et rembourrer le cœur.

Aucun embellissement n'est possible, la seule fantaisie viendra du tissu (impérativement en coton). Il faut respecter scrupuleusement le patron car la courbure du cœur est parfaitement adaptée à la morphologie du dessous de bras. Le rembourrage que l'on fait avec de la ouate doit être pesé avant de le mettre à l'intérieur du cœur : 170g. Le Patron ci-joint est à taille réelle : A vos ciseaux, à vos aiguilles !

**Les coussins-cœur seront comptabilisés à la fin du mois
avec un bilan à mi-parcours,
le 17 octobre lors de l'afterwork spécial Octobre Rose.**
Dès 19h : stands de prévention, vente de bracelets ruban rose, restauration, bar
Dès 19h45 : concert afterwork
**Les coussins-cœur seront remis aux associations du territoire,
aux services médicaux et aux personnes en faisant la demande.**

BAS DU CŒUR



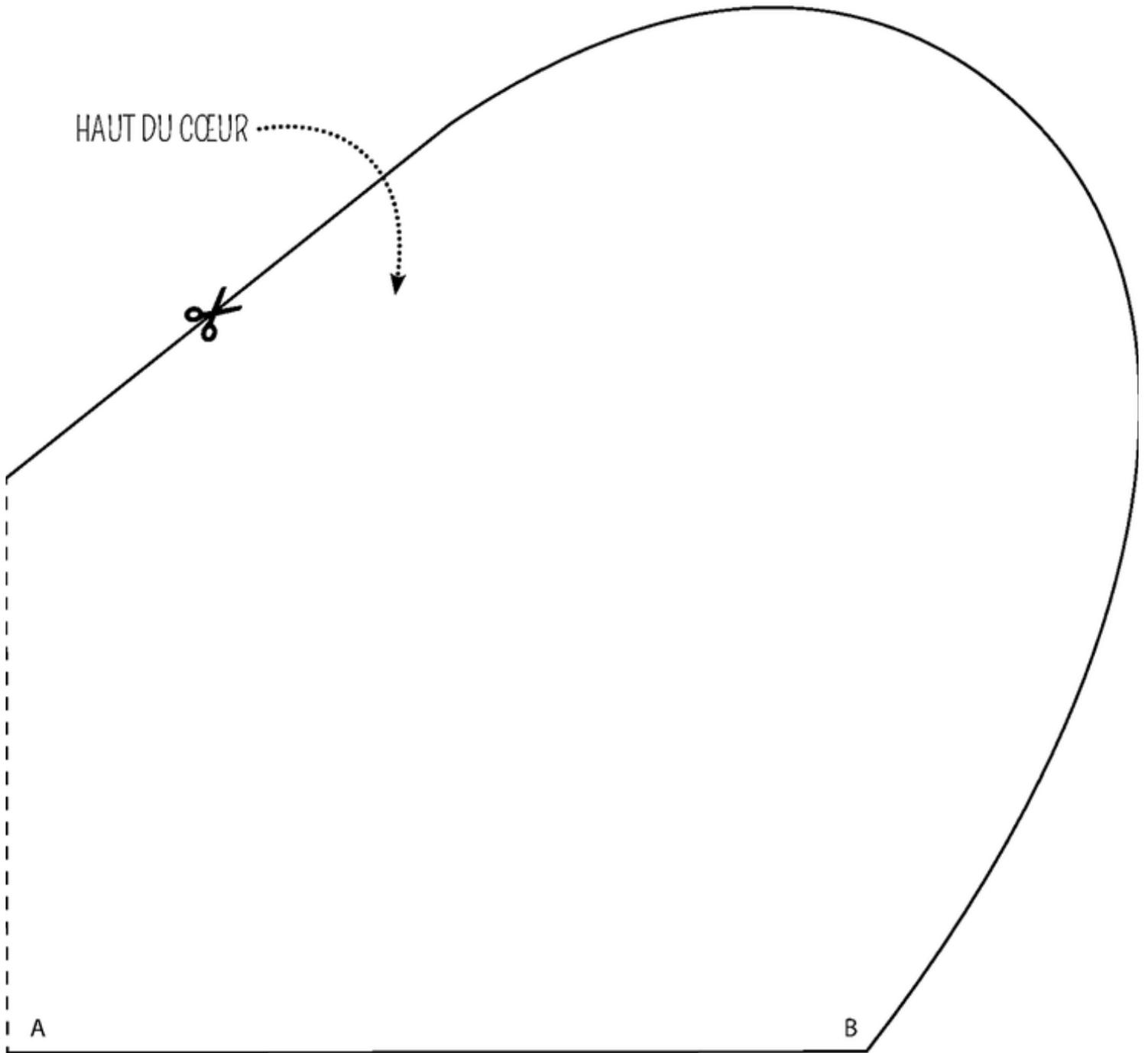
Téléchargez ce patron
sur www.citenature.com rubrique Agenda

<https://www.youtube.com/watch?v=sIRPUVWiNH0>



Coussin-Cœur

Solidarité Octobre Rose



Téléchargez ce patron
sur www.citenature.com rubrique Agenda

<https://www.youtube.com/watch?v=sIRPUVWiNH0>



Patron à l'échelle
(à imprimer en taille réelle)