

LES ATELIERS TENTACULAIRES DU POULPE JANVIER 2023

RESSOURCERIE ASSOCIATIVE & CAFÉ-ATELIER

Vendredi 13
Fabrique ta bouillote
17h - 19h - Prix libre
Froid ? Marre de l'hiver ? Viens fabriquer ta bouillote ecole en tissus récup' et en graines !
infos/résa : apolline@lepoulperessourcerie.org

Shiatsu
19h-21h - Prix libre
Discipline manuelle japonaise qui permet de soulager et d'harmoniser les dysfonctionnements de l'organisme sur le plan corporel.
infos/résa : massage.shiatsu.ki@gmail.com

Samedi 14
Cyanotype
15h - 18h - Prix libre
Expérimentez la technique photographique du Cyanotype. Après avoir pris connaissances des différentes étapes de production du photogramme, expérimentez et jouez des éléments apportés ou glanés au Poulpe
infos/résa : charlie.jouan@gmail.com

Samedi 14
CANTINE POPULAIRE
13h-15h - prix libre
Venez cuisiner et déguster les bons petits plats
infos / résa : ateliercuisine.bsp18@protonmail.com

PROJECTION
UN MOMENT SANS RETOUR
de Raymond Macherel
19h30 - Tout public
A l'automne 2018, le ciel se charge d'une lumière explosive. Gaëtan, Sandrine, Patrick et les autres du groupe des Lapins Jaunes viennent d'investir un entrepôt à l'abandon qu'ils baptisent « Maison citoyenne - Gilets Jaunes ». Ils sont bien décidés, contre vents et marées, à faire plier ce pouvoir qui les regarde d'en-haut. Partout dans le pays, les éléments se déchainent. Il faut tenir ensemble. On s'est mis en mouvement, on avance.

Mercredi 18
Fabrication et dégustation de galettes des reines
15h-16h30 - prix libre
On fournit tout le matos, ramenez vos petites mains, vos plus belles fèves et dégustez avec nous !
infos/résa : 06 75 75 31 67

Café signe
avec Jessica
18h30-20h - Prix libre
Rejoignez-nous pour un moment d'échange en Langue des Signes Française ! Sourds.es, entendants.es, pro de la LSF ou novice, tout le monde est bienvenue à l'Apéro-Signe du Poulpe.
infos/résa : 06 74 56 76 07

Samedi 21
REPAIR CAFE
14h-18h - Tout public
Rapportez vos appareils et objets cassés et tentons ensemble de les réparer !
infos/résa : 06 73 18 49 69

Samedi 21
Fiction de l'imaginaire
17h - 19h - Gratuit
Des exercices d'écriture, de rédaction et de narration pour construire - ou consolider - son univers pour ceux qui souhaitent faire entrer d'autres dans leurs mondes, apprendre de leurs regards, comme pour ceux qui ont besoin d'un espace safe et vaste où l'imagination peut courir librement, dans les échanges comme dans l'introspection.
infos/résa Leo 06 42 87 65 45

Mardi 24
Atelier d'écriture
«ÉCRIRE LE 18ème...»
17h - 19h - Prix libre - 10 part. max
S'aventurer, inventer et partager. Écrire à partir d'une photo, d'un graffiti, d'un extrait de roman ou de film... Raconter votre histoire du 18ème arrondissement de Paris.
infos/résa : miseptembre.contact@gmail.com

Mercredi 25
Réparer un meuble avec Alice
17h - 19h - Prix libre
Apprenez à réparer un meuble de A à Z. Diagnostique, démontage, ponçage, réparation, peinture ou vernis. Venez avec votre petit meuble ou réparez un meuble collecté.
infos/résa : 06 59 02 59 35
Saponification à froid
18h - 19h30 - prix libre - adultes
Apprends à fabriquer tes propres savons.
infos / résa : apolline@lepoulperessourcerie.org

Jeudi 26
Flash tattoo de Sireno du XIII et Margaux des Fèves
14h - 19h - prix libre à partir de 20€
Flash conçus spécialement pour le quartier, ses habitant.e.s et le Poulpe. Sireno du 13 débarque de Marseille avec sa technique handpoke.
infos / résa : sirenodu13@gmail.com

Vendredi 27
Maroquinerie
17h-20h - Adultes - prix libre
Apprenez les bases du travail du cuir parmi des modèles proposés.
Infos/résa : programmation@lepoulperessourcerie.org

Vendredi 27
Flash tattoo de Sireno du XIII
14h - 19h - prix libre à partir de 20€
infos / résa : sirenodu13@gmail.com

Samedi 28
CANTINE POPULAIRE
13h-15h - prix libre
Venez cuisiner et déguster les bons petits plats
infos / résa : ateliercuisine.bsp18@protonmail.com

Samedi 28
Flash tattoo de Sireno du XIII et Margaux des Fèves
14h - 19h - prix libre à partir de 20€
infos / résa : sirenodu13@gmail.com

Fabrique ta bouillote
15h-17h - Prix libre
Froid ? Marre de l'hiver ? Viens fabriquer ta bouillote ecole en tissus récup' et en graines !
infos/résa : apolline@lepoulperessourcerie.org
Fiction de l'imaginaire
17h - 19h - Gratuit
Plus d'infos à la date du 21 janvier.
infos/résa : Leo 06 42 87 65 45

Samedi 28
VERNISSAGE «En Corps et en fer» de Cécile Conte
19h30 - Tout public
Au cours de nos vies, que choisit-on de son être ? Un peu de notre devenir, mais certainement pas : C'est inné dit on, ça fait partie de toi et parfois le mal aussi. Je n'ai pas attendu longtemps, mon corps ne me laissera pas le choix. Même si toujours accompagnée, je demeure seule face à ma chair. Faire quelque chose de mes mains, c'est grâce à ça que j'y vois clair. Parcours personnel et médical m'ont amenés à créer et parfois pour guérir. C'est le moment de vous le confier au travers d'une série de dessins, peintures et sculptures. Notre coquille.

Mardi 31
Atelier d'écriture
«ÉCRIRE LE 18ème...»
17h-19h - Prix libre - 10 part. max
Plus d'infos à la date du 24 janvier.
infos/résa : miseptembre.contact@gmail.com

ENTRAIDE
Tous les lundis
Permanence LGBTQIA+ avec la MIF
18h-20h - Gratuit
Aide les personnes migrantes LGBTQIA+ (demandeuses d'asile, réfugiées ou sans papiers) pour les accompagner dans leurs démarches juridiques et administratives.
infos/résa : la.mif.asso@gmail.com

Tous les Mardis
Ecrivain public avec Jessica
14h-16h15- Prix libre
Vous avez besoin d'aide pour remplir un dossier, rédiger un CV ou une lettre de motivation, écrire une lettre d'amour ? Jessica, écrivaine publique, vous aide sur rendez-vous
infos/résa : 06 74 56 76 07

Aide juridique avec la MIF
18h-20h - Gratuit
Aide dans les démarches juridiques et administratives des personnes migrantes.
infos/résa : la.mif.asso@gmail.com

Tous les Mercredis
Français Langue Etrangère avec Dobrila
14h-15h30 - prix libre
Parents/enfants jusqu'à 3 ans
Ce cours est destiné aux étrangers, enfants et adultes qui ne parlent pas français et souhaitent en acquérir les bases.
infos / résa : 07 51 36 19 95

YOGA
Tous les Mercredis
Yoga adulte avec Marina
12h30-13h30 - 10€
infos/résa : 0660405607 aniramdam@gmail.com

Tous les Samedis
Yoga adulte avec Julie
10h-11h30 puis 11h45-13h15 - 12€
Pas souple ? Manque de tonus ? Stressé.e ? Le yoga est fait pour vous ! Tous niveaux bienvenus, débutant ou confirmé.
infos/résa : 0644332388 maitri-yoga.fr

BIEN-ÊTRE
Les vendredis 20 et 27
Kinésiologie
16h-19h - prix libre - adultes
La kinésiologie est une pratique globale qui permet de cibler la cause originelle d'un mal-être, puis de dissoudre les blocages associés pour créer un meilleur équilibre dans tous les domaines de la vie, en alliant corps, mental, émotionnel et énergétique.
infos / résa : 07 82 76 70 84

Les Samedis 14 et 28
Soins quotidiens au naturel avec Ursula
13h30-15h30 - Prix libre
Est-il toujours nécessaire de courir à la pharmacie voir aux urgences de l'hôpital pour des «bobos»: rhumes, écorchures, foulures etc. Étant assez déconnecté de la nature nous avons oublié les gestes et les moyens simples qui sauvent. Le but de cet atelier est d'activer cette mémoire. Pendant deux heures, en petit groupe, découvrez les solutions du naturopathe au plus près des préoccupations de la personne. Il ne s'agit pas d'une consultation mais un problème à traiter dont bénéficieront tous les participants.
infos / résa : 06 12 06 53 47

BEAUTE
Tous les mercredis
Henné avec Rubina
17h-19h - Prix libre
Préparez vos bras, Rubina vient les sublimer de son plus beau henné.
infos/résa : 07 51 54 69 54

Tous les Vendredis
Fais tes dread
17h-21h - Prix libre
Démarrage de locks ou entretien, réparation de chutes et casses, Reprise de racines, départ de locks. Doctor locks est là !
infos/résa : 07 51 54 69 54

COUTURE
Tous les Vendredis
Couture générale
17h-18h - 10€
Tout public
Utiliser une Machine à coudre, créer un patron. Ouvert aux projets des participants. Possibilité de créer sa pièce, de réparer ou customiser un vêtement de la ressourcerie.
infos/résa : 07 51 54 69 54

PRATIQUE CULTURELLE
Tous les mardis
Danse africaine avec Stephane Mensah
15h-17h - prix libre
Tout public
African free dance, de la danse Africaines à la danse contemporaine
infos/résa : 06 24 52 53 45

Tous les Jeudis
La découverte avec Ameth Sissokho
17h-18h - prix libre
Tout public
Venez apprendre à jouer et connaître les instruments africains: Tama, djembe.. et surtout le réparer, lui redonner vie.
infos/résa : 07 51 54 69 54

Cours de Piano
15h-17h - prix libre débutants
infos / résa : 06 27 50 79 44
Tous les Samedis
Anglais débutants avec Lina
14h30-16h - prix libre
Parents/enfants jusqu'à 3 ans
Atelier d'anglais grammaire, vocabulaire ludique et pratique.
infos / résa : 07 54 37 26 54

INFOS PRATIQUES :
Le Poulpe
4bis rue d'Oran 75018
www.lepoulpe.ressourcerie.org

LES CONCERTS

Les vendredis
19h30-21h
Vendredi 13 KORETTA
Soul pop !
Vendredi 20 MAMADY DIABATÉ
Une Vibration Mandingue Afro-Jazz !
Vendredi 27 KOOPA
Kooba est un groupe fondé par Gnanigué et Don Kili. Cette collaboration est la suite d'une amitié

MANGER AU POULPE
 VENDREDIS SOIR :
THIEP YASSA MAFE... 5€ ou 9€

Budget Participatif de Quartier !
Mercredis 11 & 18, Vendredi 13 & 20 Samedi 14
La salle Saint-Bruno tient les permanences du budget participatif. Le but est d'informer les habitant.e.s, puis d'échanger avec elles et eux sur leurs envies, leurs besoins et leurs idées pour améliorer le quartier. S'il y a des idées qui émergent ensuite c'est de les accompagner pour concrétiser et déposer le projet au budget participatif.

RECHERCHE BÉNÉVOLES
PERMANENCE BÉNÉVOLES
les jeudis 17h-18h
ana@lepoulperessourcerie.org