



Ce mois-ci au Poulpe

Les rendez-vous réguliers

MERCREDI 3

Café signe avec Jessica

18h30 → 20h | Prix libre
Plus d'infos à la date du 17 mai.
☎ 06 74 56 76 07

JEUDI 4

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.
☎ 06 59 02 59 35

Saponification à froid

18h → 19h30 | Prix libre | Adultes
Apprends à fabriquer tes savons.
☎ apolline@lepoulperessourcerie.org

VENDREDI 5

Carte postale

17h → 19h | Prix libre | Adultes
Sors ta plus belle plume et écris une carte postale chinée et pimpée avec les pépites du Poulpe.
☎ ana@lepoulperessourcerie.org

Couture anti-gaspi

17h → 19h | Prix libre | Adultes
Viens coudre tout le nécessaire pour une vie sans emballage ni déchet.
☎ apolline@lepoulperessourcerie.org

SAMEDI 6

Vente de plantes

15h → 18h | Prix libre | Adultes
L'association RACINES et sa ressourcerie végétale mobile propose une vente de plantes récupérées à prix libre.

JEUDI 11

Atelier d'écriture "Ecrire en fragments et fragmenter son récit"

18h → 21h | 25€ | 10 part. max
«Ecrire une histoire, qu'elle soit fiction ou auto-fiction et faire évoluer son récit au fil des ateliers...»
☎ miseptembre.contact@gmail.com

SAMEDI 13

Vernissage "Linogravures (faites tard dans la nuit)" de Louise Bénard

17h | du 13 au 30 mai | Tout public
Louise Bénard est une artiste polyvalente qui a toujours préféré faire de l'art pendant la nuit. Après la couture, c'est avec la linogravure que Louise trouve son format. L'exposition rassemble des gravures réalisées entre 2017 et 2022, dans lesquelles on retrouve des lignes épurées, des soleils et quelques vaches.

Carnaval "ô les masques" des quartiers Nord est parisiens

16h goûter buvette | 19h restauration |
Esplanade Nathalie Sarraute | Tout public
Après une 1ère édition du Carnaval du Nord Est parisien Ô les masques ! autour des ponts du quartier de la Chapelle, retrouvez le Carnaval « Ô en couleurs », inter-générationnel, mêlant toutes les composantes sociales, à l'image de ce quartier populaire de Paris. Avec, aussi, des participants venant autant de la porte de Montmartre, du Canal de l'Ourcq que de la Porte de Bagnolet !

Atelier d'écriture "Ecrire le 18^{ème}..."

15h → 17h | Prix libre | 10 part. max
S'aventurer, inventer et partager. Ecrire à partir d'une photo, d'un graffiti, d'un extrait de roman ou de film... Raconter votre histoire du 18^{ème} arrondissement de Paris.
☎ miseptembre.contact@gmail.com

MERCREDI 17

Café signe avec Jessica

18h30 → 20h | Prix libre
Rejoignez-nous pour un moment d'échange en Langue des Signes Française ! Sourd.es, entendant.es, pro de la LSF ou novice, tout le monde est bienvenue à l'Apéro-Signe du Poulpe.
☎ 06 74 56 76 07

SAMEDI 20

Repair Café

14h → 18h | Tout public
Rapportez vos appareils et objets cassés et tentons ensemble de les réparer !
☎ 06 73 18 49 69

Couture : Sac en jute

15h → 18h | Prix libre | Adultes
Transforme un sac de café en toile de jute en cabas à tout faire.
☎ apolline@lepoulperessourcerie.org

MERCREDI 24

(Ré)création de bijoux

17h30 → 19h | Prix libre | Adultes
A partir des trésors de la ressourcerie, viens réparer et créer des bijoux uniques en leur genre.
☎ ana@lepoulperessourcerie.org

Estampe de Récup'

17h → 19h | Prix libre
Venez apprendre à réutiliser vos cartons de lait pour faire de jolies gravures. Un dessin, un peu de peinture, une machine à pâtes et le tour est joué.
☎ apolline@lepoulperessourcerie.org

Cyanotype

18h → 21h | Prix libre
Essayez vous à la technique du Cyanotype. Découvrez l'origine de cette technique photographique et appréhendez ensuite sa réalisation, des différentes étapes de production du photogramme à l'expérimentation.
☎ charlie.jouan@gmail.com

JEUDI 25

Les bienfaits du sureau

19h → 20h30 | Prix libre | Adultes
Tout en prenant connaissance de ses usages comestibles et médicinaux, vous réaliserez une recette avec les fleurs de sureau. Apporter de quoi prendre des notes et des bocaux en verre.
☎ communerbe@gmail.com

Atelier d'écriture "Ecrire en fragments et fragmenter son récit"

18h → 21h | 25€ | 10 part. max
«Ecrire une histoire, qu'elle soit fiction ou auto-fiction et faire évoluer son récit au fil des ateliers...»
☎ miseptembre.contact@gmail.com

VENDREDI 26

Maroquinerie

17h → 20h | Prix libre | Adultes
Apprenez les bases du travail du cuir parmi des modèles proposés.
☎ programmation@lepoulperessourcerie.org

Shiatsu

17h → 20h | Prix libre
Recevez un massage Shiatsu de 45 minutes, qui permet de soulager et d'harmoniser les dysfonctionnements de l'organisme sur le plan corporel (tensions musculaires, maux de dos, digestion, ...) et le plan émotionnel (stress, anxiété, fatigue, sommeil, ...)
☎ massage.shiatsu.ki@gmail.com

MERCREDI 31

Saponification à froid

18h → 19h30 | Prix libre | Adultes
Apprends à fabriquer tes savons.
☎ apolline@lepoulperessourcerie.org

DESSIN

TOUS LES JEUDIS

Dessin adulte avec Cathleen

18h → 19h | 10€
Tiger Paper Studio vous invite à apprendre de nouvelles techniques et découvrir votre personnalité à travers de la pratique de l'expression visuelle.
☎ cathleen.hamon@gmail.com

TOUS LES MERCREDIS

Dessin enfant avec Cathleen

15h30 → 16h30 | 10€
Les Ateliers de Petit Tigre vous souhaitent la bienvenue pour l'apprentissage de techniques et développement de la créativité autour des pratiques du dessin.
☎ cathleen.hamon@gmail.com

VOGA

TOUS LES MERCREDIS

Yoga adulte avec Marina

12h30 → 13h30 | 10€
☎ 0660405607 / aniramdam@gmail.com

TOUS LES SAMEDIS

Yoga adulte avec Julie

10h → 11h30 et 11h45 → 13h15 | 12€
Pas souple ? Manque de tonus ? Stressé.e ? Le yoga est fait pour vous ! Tous niveaux bienvenus, débutant ou confirmé.
☎ 0644332388 / maitri-yoga.fr

BIEN-ÊTRE

LES VENDREDIS

Kinésiologie avec Fanny

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.
☎ 07 82 76 70 84

LES SAMEDIS 6 & 20

Soins quotidiens au naturel avec Ursula

14h → 16h | Prix libre
Découvrez les gestes et astuces de soin pour des « bobos » : rhumes, écorchures, foulures etc. Pendant deux heures, en petit groupe, découvrez les solutions de 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.
☎ 06 12 06 53 47

TOUS LES MARDIS

Consultation individuelle de naturopathie

17h → 20h | Prix libre | Adultes
La naturopathie est un art de vie ayant pour but d'optimiser sa santé par des moyens naturels. Après un court bilan de vitalité, nous pourrions dessiner ensemble une hygiène de vie adaptée à vous et à vos besoins.
☎ 06 18 98 67 40

PRATIQUE CULTURELLE

TOUS LES MARDIS

Danse africaine avec Stephane Mensah

18h → 19h | Prix libre | Tout public
African free dance, de la danse Africaines à la danse contemporaine
☎ 06 24 52 53 45

LES MARDIS 9 & 23

Musique africaine 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.
☎ programmation@lepoulperessourcerie.org

MANGER AU POULPE

LES VENDREDIS SOIRS

Thiep, yassa, mafé... 7€ - 9€

COUTURE

VENDREDI

Couture générale

17h → 19h | Prix libre | 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.
☎ programmation@lepoulperessourcerie.org

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.
☎ la.mif.asso@gmail.com

TOUS LES MARDIS

Ecrivain public avec Jessica

14h → 16h15 | Prix libre | Sur RDV
Vous avez besoin d'aide pour remplir un dossier, rédiger un CV ou une lettre de motivation, écrire une lettre d'amour ? Jessica, écrivain public, vous aide sur rendez-vous.
☎ 06 74 56 76 07

Aide juridique avec la MIF

18h → 20h | Gratuit
Aide dans les démarches juridiques et administratives des personnes migrantes.
☎ la.mif.asso@gmail.com

CONCERTS

Les vendredis 19h30 → 21h

VENDREDI 5

Mamady Diabaté

Une Vibration Mandingue Afro-Jazz !

VENDREDI 12

Bra Végué Diabaté

Voyage du Donso n'goni à travers le Burkina Faso...

VENDREDI 19

Luz

À vingt ans à peine, Luz navigue entre insouciance et sagesse. Avec une mère chanteuse et un père musicien, elle baigne depuis son plus jeune âge dans une culture artistique aussi éclectique que classique...

VENDREDI 26

Francesco Riotta

Avec la formule guitare et voix, il mélange la tradition musicale sicilienne avec la musique bambarà, soukous, reggae, ragga, ska et il chante en italien, sicilien, français, espagnol, anglais et dyula.

RECHERCHE BÉNÉVOLES

TOUS LES JEUDIS 17H → 18H

Permanence bénévoles

☎ ana@lepoulperessourcerie.org

Pour plus d'informations

Scannez ce QR code pour retrouver toutes les informations et vous inscrire aux ateliers de la Ressourcerie du 18^e



Pour proposer un atelier ou vous inscrire :

☎ programmation@lepoulperessourcerie.org