



Ce mois-ci
au Poulpe

Les rendez-vous
réguliers

Les ateliers tentaculaires
du Poulpe, ressourcerie
associative & café-atelier

novembre

2023

MERCREDI 1ER

C'est férié, c'est fermé

JEUDI 2

Stage "les petits papiers"

14h30 → 16h30 | *Prix libre* | enfants de 7 à 12 ans
Partons à la découverte du papier ! Si banal et pourtant si riche en possibilités, découvre des techniques variées : fabrication de papier, papiers marbrés, quilling, origami, kirigami, scrapbooking, collages, reliure...

Possibilité de s'inscrire pour un, deux ou trois jours.

✉ apolline@lepoulperessourcerie.org

VENDREDI 3

Stage "les petits papiers"

14h30 → 16h30 | *Prix libre* | enfants de 7 à 12 ans
Plus d'infos au jeudi 2 novembre

✉ apolline@lepoulperessourcerie.org

SAMEDI 4

Stage "les petits papiers"

14h30 → 16h30 | *Prix libre* | enfants de 7 à 12 ans
Plus d'infos au jeudi 2 novembre

✉ apolline@lepoulperessourcerie.org

JEUDI 9

Les bienfaits de la consoude

19h → 20h30 | *Prix libre* | Adultes
Tout en prenant connaissance de ses usages et des différentes transformations possibles à partir de la consoude, vous réaliserez une préparation médicinale à partir de sa racine. Apporter de quoi prendre des notes et des bocaux en verre.

✉ communerbe@gmail.com

SAMEDI 11

C'est férié, c'est fermé

MERCREDI 15

Réparer un meuble avec Alice

17h → 19h | *Prix libre*
Apprenez à réparer un meuble de A à Z. Diagnostic, démontage, ponçage, réparation, peinture ou vernis. Venez avec votre petit meuble ou réparez un meuble collecté.

✉ [06 59 02 59 35](tel:0659025935)

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](tel:0674567607)

JEUDI 16

Saponification à froid

18h → 20h | *Prix libre* | Adultes
Apprends à fabriquer tes savons.

✉ apolline@lepoulperessourcerie.org

VENDREDI 17

Paroles, Paroles

15h → 17h | *Prix conseillé 7€* | Ados/adultes
Un atelier dédié à l'écriture de paroles compatibles avec différents styles musicaux dans les musiques actuelles des propositions et des formats d'ateliers adaptés à chaque public français et anglais.

✉ mucciante.angelo@gmail.com

VENDREDI 17 & SAMEDI 18

Vente cocooning

14H - 19H

SAMEDI 18

Soins quotidiens au naturel avec Ursula

14h → 16h | *Prix libre*
EN FINIR AVEC LES BRONCHES ET LES SINUS ENCOMBRÉS Découvrez les gestes et astuces de soin pour des «bo-bos» : rhumes, écorchures, foulures etc. Pendant deux heures, en petit groupe, découvrez les solutions du naturopathe au plus près des préoccupations de la personne.

✉ [06 12 06 53 47](tel:0612065347)

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.

Réparation avec l'Accorderie

15h → 19h | Tout public
Vêtements abîmés ? Appareils électriques en panne ? Objets cassés ? Vélos à réparer ? Et si l'on tentait de leur donner une 2^{ème} vie ?

✉ [07 49 62 42 71](tel:0749624271)

MERCREDI 22

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 23

Flash tatouage

11h → 19h | *Prix sur demande* | Adultes
Tout droit venues de Rennes, Étienne Dessin et Tata Consuelo font un séjour en terre parisienne pour faire un petit coucou, et vous tatouer aussi.

✉ Réserve ton flash ou projet par DM ou mail etiennedessin@proton.me

tataconsuelo@protonmail.com

Vernissage "Voyage inside" de Corinne Veau

19h | du 23 novembre | Tout public
En avril 2023, Corinne a voyagé au Sri Lanka. Des images riches et foisonnantes ont rempli chaque jour ses yeux d'émerveillement. Comme une empreinte, elles se sont imbriquées les unes dans les autres. Dans chaque photo, deux images viennent reconstituer de simples et authentiques moments de contemplation. Elle présente une série de 12 photos. Les tirages sont vendus à l'unité. Ce sont des impressions de haute qualité sur papier Fine Art. Jet d'encre pigmentaire sur EPSON P20 000.

VENDREDI 24

GREEN FRIDAY

l'anti black friday 14h-19h | Tout public
Plus d'infos dans la case verte à droite

Visites de la ressourcerie

14h → 19h

Repair Café

15h → 18h | Tout public
Rapportez vos appareils et objets cassés et tentons ensemble de les réparer !

✉ [06 73 18 49 69](tel:0673184969)

Couture zéro déchet

17h → 19h | *Prix libre* | Adultes
Viens coudre tout le nécessaire pour une vie sans emballage ni déchet.

✉ apolline@lepoulperessourcerie.org

(Ré)création de bijoux

15h → 17h | *Prix libre* | Adultes
A partir des trésors de la ressourcerie, viens recréer ou réparer des bijoux.

✉ ana@lepoulperessourcerie.org

Flash tatouage

11h → 19h | *Prix sur demande* | Adultes
Plus d'infos au jeudi 23 novembre.

✉ Réserve ton flash ou projet par DM ou mail etiennedessin@proton.me

tataconsuelo@protonmail.com

SAMEDI 25

Flash tatouage

13h → 19h | *Prix sur demande* | Adultes
Plus d'infos au jeudi 23 novembre.

✉ Réserve ton flash ou projet par DM ou mail etiennedessin@proton.me

tataconsuelo@protonmail.com

Atelier d'écriture d'imagination

14h30 → 17h | 20€ | Adultes
Participez à un atelier d'écriture d'imagination autour de textes, chansons et films. Des exercices ludiques sur des thématiques variées pour muscler son imagination et construire des récits qui vous ressemblent. Inscriptions avant le jeudi 23 novembre Minimum 5 participants max 10.

✉ miseptembre.contact@gmail.com

JEUDI 30

Saponification à froid

18h → 20h | *Prix libre* | Adultes
Apprends à fabriquer tes savons.

✉ apolline@lepoulperessourcerie.org

VENDREDI 17 & SAMEDI 18

14H - 19H

Vente cocooning

Bouillotte, soupière, plaid, pantoufles,... douceur et chaleur seront au rendez vous.

VENDREDI 24

GREEN FRIDAY

l'anti black friday
Ensemble, reprenons le pouvoir de l'achat ! A l'occasion du Green friday, le Poulpe vous ouvre ses coulisses à la découverte des dessous de la ressourcerie et vous invite à participer à des ateliers réparation.

✉ d'infos dans l'agenda à la date du vendredi 24

JEUDI 2 - VENDREDI 3

SAMEDI 4

Stage "les petits papiers"

14h30 → 16h30 | *Prix libre* | enfants de 7 à 12 ans
Partons à la découverte du papier ! Si banal et pourtant si riche en possibilités, découvre des techniques variées : fabrication de papier, papiers marbrés, quilling, origami, kirigami, scrapbooking, collages, reliure...

Possibilité de s'inscrire pour un, deux ou trois jours.

✉ apolline@lepoulperessourcerie.org

YOGA

TOUS LES MERCREDIS

Yoga adulte avec Marina

12h30 → 13h30 | 12€

✉ [0660405607](tel: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](tel:0644332388) / maïtri-yoga.fr

TOUS LES DIMANCHES

Yoga adulte avec Marina

19h → 21h | 12€

✉ [0660405607](tel:0660405607) / aniramdam@gmail.com

BIEN-ÊTRE

TOUS LES MERCREDIS

Massage ayurvédique

Abhyanga avec Gaëlle

16h → 18h | *Prix libre* | Adultes

Massage indien à l'huile chaude. Le massage agit sur des tensions musculaires, le stress, la fatigue... Puissant et subtil, il rééquilibre corps et esprit.

✉ [06 60 04 89 15](tel:0660048915)

TOUS LES MERCREDIS

Henné avec Rubina

17h30 → 19h | *Prix libre*

Préparez vos bras, Rubina vient les sublimer de son plus beau henné.

✉ [07 69 58 35 79](tel:0769583579)

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](tel:0624525345)

LES MARDIS 10 & 24

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

TOUS LES SOIRS

pain thon ou n dambé 3€

COUTURE

TOUS LES JEUDIS

Permanence couture en autonomie

17h → 19h | *Prix libre* | Tout public
Vous savez coudre et utiliser la machine mais n'avez ni l'espace ni le matériel ? Le Poulpe vous ouvre les portes de son atelier couture. Cette permanence n'est pas animée, elle est donc réservée aux personnes sachant déjà coudre.

✉ apolline@lepoulperessourcerie.org

TOUS LES VENDREDIS

Couture débutant

17h → 19h | *Prix libre* | Tout public
Vous souhaitez vous initier à la couture ? Venez vous familiariser avec la machine à coudre, les points, les tissus

✉ apolline@lepoulperessourcerie.org

→ 4 novembre : sac en bandoulière

→ 10 novembre : trousse berlingot

→ 17 novembre : bouillotte sèche

→ 24 novembre : couture zéro déchet

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 publique, vous aide sur rendez-vous.

✉ [06 74 56 76 07](tel:0674567607)

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 3

Tiphenn Fauchois

Auteur - compositeur, chanteuse, pratique les claquettes et joue du Kamelen Goni.

VENDREDI 10

Carminya Cantabile

Répertoire éclectique qui suit l'inspiration, nos états intimes, actuels ou d'adolescents. Standard de jazz, bossa, chanson française, pop internationale, rock, rap.

VENDREDI 17

Madame Pompadour

Trio latino déjanté

VENDREDI 24

Velsha

Univers éclectique aux influences trap, dancehall, afro et zouk. La fluidité de genres, de styles, de goûts en étendard.

RECHERCHE BÉNÉVOLES

TOUS LES JEUDIS 18H → 19H

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°



Pour proposer un atelier ou vous inscrire :

✉ programmation@lepoulperessourcerie.org