LE POULPE

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

avril 2024

Ce mois-ci au Poulpe

NOUVEAUX HORAIRES

La Boutique
Mercredi & Samedi : 11h → 19h
Jeudi & Vendredi : 14h → 19h
(sauf le dernier jeudi du mois)

La Collecte
Mercredi & Samedi : 11h → 19h

Le Café
Mercredi & Jeudi : 17h → 21h
Vendredi : 17h → 22h
Samedi : 15h→ 19h

MERCREDI 3

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

VENDREDI 5

Vente de plantes
15h → 17h | *Prix libre* | Adultes
L'association RACINES et sa ressourcerie végétale mobile propose une vente de plantes récupérées.

SAMEDI 6

Réparation avec l'Accorderie
14h → 18h30 | Tout public
Vêtements à retoucher ou à repriser ? Appareils électriques en panne ? Objets cassés ? Vélos à réparer ? Et si l'on tentait de leur donner une 2ème vie ?
07 49 62 42 71

Ecriture d'imagination
14h30 → 17h | *20€* | Adultes
Venez participer à un atelier d'écriture d'imagination autour de textes, chansons et films.
Inscriptions avant le 5 avril.
Minimum 5 participants max 10.
lesmotsouverts@gmail.com

JEUDI 11

Peintures sur Polaroïds avec Milena
18h → 20h | Prix libre à partir de 10€ | Tout public
Entre photographie et peinture, entre figuratif et abstrait venez exprimer votre créativité dans un atelier de récup' de polaroïds en mélangeant différentes techniques de peintures. Vous pouvez apporter vos propres polaroïds ratés, vides etc.
06 70 14 94 20

VENDREDI 12

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

VENDREDI 12 & SAMEDI 13
14H - 19H
Vente Vintage
Ce printemps, dégotez la tendance qui remettra votre garde robe au goût du jour façon rétro rococo vintage et redonnez à votre intérieur le charme de l'ancien dans toute sa fraicheur surannée.

SAMEDI 13

Repair Café
14h → 18h | Tout public
Rapportez vos appareils et objets cassés et tentons ensemble de les réparer !

MERCREDI 17

Café signe avec Jessica
18h30 → 20h | *Prix libre*
Plus d'infos voir le mercredi 3 avril.
06 74 56 76 07

JEUDI 18

(Ré)création de bijoux
17h → 19h | *Prix libre* | Adultes
A partir des trésors de la ressourcerie, viens recréer ou réparer des bijoux.
ana@lepoulperessourcerie.org

L'Ortie et ses bienfaits
19h → 20h30 | *Prix libre* | Adultes
Tout en prenant connaissance de ses usages et propriétés médicinales,vous réaliserez une recette avec l'ortie et d'autres sauvages comestibles. Apporter des petits bocaux en verre et de quoi prendre des notes.
communerbe@gmail.com

Vernissage exposition: "Metro Déchirama" de FpeeC
19h | *18 avril au 16 mai* | Photos & Peinture
Exposition de photos et de toiles peintes réalisées à partir de « Smart 'photographies » de strates d'affiches déchirées du métro parisien de 2015 à 2020.
Avec également ce soir-là une présentation des créations de **So**, «Tout un monde en bouteilles», créations up'cycling réalisées à partir de bouteilles de plastique, de verre et d'objets recyclés.
« cieldepoche.com »

MERCREDI 24

Modèle vivant "entre nous" avec Laura
15h30 → 17h | Prix libre à partir de 5€ | Adultes
Venez dessiner et poser pour une séance de modèle vivant dans la bonne humeur ! Chacun.e posera tour à tour, habillé.e, sur des poses courtes. Tous niveaux bienvenus, venez avec votre matériel de dessin !
laurataliasarts@gmail.com

Poulpies Goodies
17h → 19h | *Prix libre* | Adultes
Choisis ta punch-line et choisis ton t-shirt, ta banane, ton bonnet et viens sérigraphier avec les Poulpies des phrases décalées et engagées.
apolline@lepoulperessourcerie.org

Cyanotype
18h → 21h | *Prix libre* | Adultes
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

Gravures Tetrapak
19h → 21h | Prix libre à partir de 10€ | Adultes
Venez graver des packs de lait à l'atelier Tetrapak et repartez avec votre mini-gravure !
Pour imprimer, nous utiliserons une machine à pâtes !
louisealoupic@gmail.com

SAMEDI 27

Naturopathie au Féminin avec Ursula
14h → 16h | *Prix libre*
Dépasser une phase difficile de sa vie autant sur le plan physique que sur le plan affectif.
Pendant deux heures, en petit groupe, découvrez les solutions de la naturopathie.
inscription par SMS 06 12 06 53 47 / blog : jababa999.wordpress.com

Découverte de la Sophrologie avec Laurène
14h30 → 16h | Prix 12€ | Adultes
Relaxations dynamiques, visualisations et exercices de l'attention sont les piliers de cette pratique qui vise à vivre mieux avec soi et les autres.
06 13 66 42 16 ou laurene.loth@hotmail.fr

LE FESTIVAL DE LA RÉCUP

Le Festival de la Récup' est un événement porter par le REFER qui rassemble les ressourceries d'Île de France afin de faire découvrir le réemploi à toustes.

Rendez-vous les 31 mai, 1er et 2 juin 2024 dans 3 lieux du quartier : le Centquatre, le Jardin d'Eole et le Shakirail.

Au menu une Grande Vente, des ateliers de réparations, des concerts, un carnaval ! Retrouvez le Poulpe et les autres ressourceries !

Les rendez-vous réguliers

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

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

YOGA

TOUS LES MERCREDIS

Yoga adulte avec Marina
12h30 → 13h30 | *12€* | Tous niveaux
0660405607 / aniramdam@gmail.com

Yoga adulte avec Gaëlle
19h30 → 20h45 | *12€* | Tous niveaux
Hatha Yoga pour toutes et tous, débutant.es bienvenu.e.
0660048915 / nagaelle@yahoo.com

TOUS LES SAMEDIS

Yoga adulte avec Julie
10h → 11h30 et 11h45 → 13h15 | *15€*
Pas souple ? Manque de tonus ? Stressé.e ?
Le yoga est fait pour vous ! Tous niveaux bienvenus, débutant ou confirmé.
0644332388 / maitri-yoga.fr

TOUS LES DIMANCHES

Yoga avec Marina
19h → 21h | *12€* | Tous niveaux
0660405607 / aniramdam@gmail.com

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 conptemporaine.
06 24 52 53 45

LES JEUDIS 4 ET 25

Chant Choral
18h45 → 21h | Prix libre | Adultes - Ados
Un atelier bimensuel pour explorer sa voix, découvrir des bases de techniques vocales via des exercices en groupe, et travailler un répertoire actuel de chants à plusieurs voix.
chantchoral18@gmail.com

MANGER AU POULPE

TOUS LES SOIRS
pain thon ou n dambé 3€

TOUS LES VENDREDIS SOIRS
galettes 5€ | **crêpes** 2,50€

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

ARTISANAT TEXTILE

TOUS LES VENDREDIS

Couture débutant
17h → 19h | *Prix libre* | Tout public
Vous souhaitez vous initer à la couture ? Venez vous familiariser avec la machine à coudre, les points, les tissus
apolline@lepoulperessourcerie.org

→ 5 avril : Libre
→ 12 avril : Pique nique zéro déchet
→ 19 avril : Libre
→ 26 avril : Bob

LES MERCREDIS 10 ET 17

Initiation tricot avec Amélie
18h → 20h | *Prix libre* | Tout public
Pour apprendre les bases du tricot, monter les mailles, et découvrir le point mousse ou le point jersey. Et pourquoi pas se lancer dans la confection d'une écharpe ou d'un bonnet. Apporter la laine qui vous plaît !
06 07 22 14 63

LES SAMEDIS 13 ET 27

Réparation et broderie méditative avec Amélie
16h → 18h | *Prix libre* | Tout public
Réparer un vêtement que l'on aime c'est aussi se faire du bien et prendre du temps pour soi. Après un temps de méditation, vous serez guidé(e)s pour trouver comme réparer votre pull préféré.
Les mots clés : Détente - Ancrage - Créativité
06 07 22 14 63

CONCERTS

Les vendredis 19H30 → 21H

VENDREDI 5

Ignass Fofana Bass
Sollicité pour son jeu de basse rauque, percutant et métissé, il a accompagné les plus grands - Touré Kunda, Corneille, Disiz, Tiken Jah Fakoly, Soriba Kouyaté, Maciré Sylla. Après plus de 30 ans d'expérience et grâce aux conseils de son complice et ami Patrice Garnero), il se penche sur une carrière solo en passant devant, au chant et à la basse.

VENDREDI 12

Gnawa de Panam (Spécial L'Aïd)
Venez fêtez l'Aïd avec du Global Gnawa, polyrythmies binaire et ternaire traditionelle marocaine, Les rythmes peuvent être plus ou moins lents se prêtant davantage à la transe.

VENDREDI 19

ALGA
Aly Gaye avec sa voix blues et rock , douce et mélodieuse t'emporte dans le Blues !

VENDREDI 26

Gogain
Le style de Gogain est un mélange de rock et de folk plus simplement inventé du nom de » Folk'n Roll ». L'univers de GoGain est basé sur des rencontres, des instants de vie dans lesquels se mélangent l'ombre et la lumière sur un air de combativité et d'espoir.

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 18e

Pour proposer un atelier ou vous inscrire :
ana@lepoulperessourcerie.org