

Ce mois-ci au Poulpe

Les rendez-vous réguliers

MERCREDI 3

Gravures Tetrapak

19h → 21h | Prix libre à partir de 15€ | 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

JEUDI 4

Linogravure

19h → 21h | Prix libre à partir de 15€ | Adultes
Venez graver votre dessin sur une plaque de linogravure et l'imprimer en plusieurs exemplaires ! Slogans et messages qui appellent à voter pour le Front Populaire le 7 juillet sont les bienvenus :)
+ louisealoupic@gmail.com

VENREDI 5

Maroquinerie

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

SAMEDI 6

Initiation au Massage Ayurvedique

Étape 1 avec Marina
16h → 18h | 12€ | Adultes
Stage en 5 séances d'initiation aux différentes techniques de massage. Suite à ma formation de professeur de Massage en Inde, je vous propose de partager le massage Abhyanga étape par étape. En juillet on se massera la tête, la nuque et les épaules en binôme.
+ [0660405607](tel:0660405607) / aniramdam@gmail.com

Vernissage : "Intentions Corporelles" de Chris Inostroza

18h | 6 juillet au 25 juillet | Photographie
ACT I - RELATION NORMALISÉE AVEC CE QUE LA SOCIÉTÉ N'ACCÉPTE PAS.
INTENTIONS CORPORELLES raconte les dysphories vécues par des individus chiliens qui luttent au quotidien pour la libération et l'acceptation de leur corps. Un voyage à travers les marques, les cicatrices et les anomalies dysphoriques ayant pour objectif principal la libération corporelle à travers des portraits en noir et blanc.

MERCREDI 10

Initiation à la Poterie avec Sara

17h30 → 19h30 | Prix Libre | Tout public à partir de 8 ans.
Argile lisse et douce, rugueuse, desséchée, fluide... 2h pour jouer avec la matière ; dessiner, pétrir, modeler, repartir avec un petit objet, de la terre à recycler (eh oui !)... ou juste le plaisir de l'expérience.
Réservation souhaitée.
+ [06 98 23 36 32](tel:0698233632)

SAMEDI 13

Initiation au Shibari

14h → 17h | 12€ | Adultes
Le shibari t'intrigue ? Alors viens t'initier sans te laisser avec Gab Regen. Iel saura démêler tes cordes et révéler ta créativité. Amitié, féminisme et consentement seront évidemment au rendez-vous. On vous attend nombreuses !
Atelier en mixité choisie sans homme cisgenre. Arrivée entre 14h et 14h15, pas d'entrée après le début de l'atelier. Possibilité de venir seul.e et de constituer un binôme sur place. Tenue : vêtements souples et confortables.
+ gschnee@yahoo.com

MERCREDI 17

Peintures sur Polaroids 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 polaroids en mélangeant différentes techniques de peintures. Vous pouvez apporter vos propres polaroids ratés, vides etc.
+ [06 70 14 94 20](tel:0670149420)

JEUDI 18

Modèle vivant avec Laura

19h30 → 21h30 | Prix libre à partir de 10€ | Adultes
Modèle vivant de nu, un rendez-vous dessin où on se rencontre ! Un.e modèle proposera des poses de 1 à 20 minutes.
Toutes techniques et niveaux bienvenus, n'oubliez pas votre matériel.
Partage des dessins après la session !
Toutes les dates sur www.lauratalias.com
+ laurataliasarts@gmail.com

MERCREDI 24

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 programme à l'expérimentation.
+ charliejouan@gmail.com

VENREDI 26

Vente de plantes

14h → 17h | Prix libre | Adultes
L'association RACINES et sa ressourcerie végétale mobile proposent une vente de plantes récupérées à prix libre.

SAMEDI 27

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](tel:0613664216) ou laurene.loth@hotmail.fr

JEUDI 1ER AOÛT

JEUDI 1, VENDREDI 2 ET SAMEDI 3 AOÛT 14H - 19H

1, 2, 3 SOLEIL !

à vos palmes et tubas, venez découvrir la grande braderie du Poulpe de l'été.

SAMEDI 3

Fermeture Estivale !

Venez partager un repas convivial pour cette dernière journée poulpesque.

Le Poulpe part plonger et bronser le long des côtes et dans l'océan. Retrouvez-nous pour la réouverture le 4 septembre, pour plus d'aventures tentaculaires.

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)

ENTRAIDE

LES LUNDIS 1, 15 ET 29

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

LES MARDIS 2, 16 ET 30

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

Yoga adulte avec Gaëlle

19h30 → 20h45 | 12€ | Tous niveaux

Hatha Yoga pour toutes et tous, débutant.es bienvenu.e.s.

+ [0660048915](tel: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](tel:0644332388) / maitri-yoga.fr

TOUS LES DIMANCHES

Yoga avec Marina

19h → 21h | 12€ | Tous niveaux

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

PRATIQUE CULTURELLE

TOUS LES MARDIS

Danse africaine avec Stéphane 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)

MANGER AU POULPE

TOUS LES SOIRS

pain thon ou n dambé 3€

Pour proposer un atelier ou vous inscrire :

+ ana@lepoulperessourcerie.org

ARTISANAT TEXTILE

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.

+ apoline@lepoulperessourcerie.org

→ 5 juillet : Libre
→ 26 juillet : Libre
→ 2 août : Libre

LES SAMEDIS 13 ET 27

Broderie Réparatrice avec Amélie

16h → 18h | Prix libre | Tout public
Venez faire une pause et prendre soin de vos vêtements préférés. Après un court temps de méditation, vous serez guidé.e pour réparer avec la broderie vos jeans, tee-shirts, pulls... Atelier ouvert aux débutant(e)s. Matériel de broderie fourni.

+ [06 07 22 14 63](tel:0607221463)

CONCERTS

Les vendredis 19H30 → 21H

VENREDI 5

Sophia de Lucia

Musicienne, performeuse, et écrivaine expérimentale. Basée entre Chicago & Paris, son style, à la fois hypnotique et chaotique, voyage entre Rock & Roll et Singer-Songwriter musique, avec une énergie

VENREDI 12

Leo Braunstein

Originaire de la banlieue Est parisienne, Léo Braunstein est un jeune artiste qui s'inscrit dans l'héritage de la chanson française, qu'il agrémenté d'autres sonorités de musiques actuelles telles que la Pop, le Jazz ou le Rock.

VENREDI 19

Maïke

Maïke vient faire danser Paris ! Dans son style de musique unique, aux harmonies de Jazz, Reggae et Swing : le caribbean swing !

VENREDI 26

Typhenne Fauchois

Auteure - compositrice, chanteuse, pratique les claquettes et joue du Kamelen Goni.

VENREDI 3 AOÛT

Francesco Riotta

Auteur-compositeur et artiste visuel sicilien autoproduit. Son style melting-pot honore la diversité des genres que l'on retrouve dans les quartiers historiques Ballarò et Piazza Santa Chiara de Palerme : reggae, ska, ragga, soukous, bambara et sicilien traditionnel.

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^e

