



Ce mois-ci au Poulpe

Les rendez-vous réguliers

MERCREDI 2

### Café signé avec Jessica et Premiers Regards

18h30 → 21h | Prix libre

Rejoignez-nous pour un moment d'échange en Langue des Signes Française ! Sourd.es, entendant.es, pro de la LSF ou novices, tout le monde est bienvenu à l'Apéro-Signe du Poulpe. Suivi d'une projection-débat en partenariat avec Premiers Regards. Le film projeté est *To Wander So Many Miles In Vain* de Sacha Rey. Une balade filmique au cœur de la ville de Rio de Janeiro dans laquelle Angelica De Paula nous fait part de son quotidien durant le premier confinement. Le film sera présenté par Shirley Tong On.

+ 06 74 56 76 07

JEUDI 3

### 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 !

+ louisealoupic@gmail.com

### Modèle vivant avec Laura

19h → 21h | 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](http://www.lauratalias.com)

+ laurataliasarts@gmail.com

SAMEDI 5

### Réparation avec l'Accorderie

15h → 18h30 | Tout public

Vêtements à retoucher ou à reprendre ? Appareils électriques en panne ? Objets cassés ? Vélos à réparer ? Et si l'on tentait de leur donner une 2<sup>ème</sup> vie ?

+ 07 49 62 42 71

### Ecriture d'imagination

14h → 17h | 20€ | Adultes

Venez participer 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.

Un atelier organisé par « Les Mots ouverts ».

Inscriptions avant le 3 octobre.

Minimum 5 participants max 10.

+ [lesmotsouverts@gmail.com](mailto:lesmotsouverts@gmail.com)

### Stage de Massage avec Marina

16h → 18h | Prix Libre | Adultes

Stage en 5 séances d'initiation aux différentes techniques de massage. En octobre on refait l'étape 1, on se massera la tête, la nuque et les épaules en binôme.

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

### Autour du crochet

17h → 19h | Prix libre à partir de 2€ | Tout public

Fabriquer du fil en recyclant vos T-shirts usés ou utiliser des vieux bouts de laines: avec un crochet tout se transforme. Dès la première heure de pratique on tient le bon bout et on voit son travail. A la deuxième tout est possible pour recycler et fabriquer ou inventer des usages.

+ [h.hayette@gmail.com](mailto:h.hayette@gmail.com)

JEUDI 10

### JEUDI 10 ET VENDREDI 11 14h - 19h 'Foire aux livres'

C'est dans les vieux livres qu'on fait les meilleures lectures. Venez vous amuser à remployer la littérature.

VENDREDI 11

### Maroquinerie

17h → 20h | Prix libre | Adultes

Apprenez les bases du travail du cuir parmi des modèles proposés.

+ [ana@lepoulperessourcerie.org](http://ana@lepoulperessourcerie.org)

SAMEDI 12

### Journée contre le Facisme

17h30 → 21h | Gratuit | Tout public

L'AG unitaire antifasciste Paris 18e vous invite à des prises de paroles, des tables de presse et infokiosques au Poulpe, se sera l'occasion de se rencontrer et d'échanger de la façon dont nos quotidiens sont affectés par la montée des violences racistes, fascistes et coloniales. Suivie d'une soirée artistique et festive avec dj La Louve.

MERCREDI 16

### Café signé 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 novices, tout le monde est bienvenu à l'Apéro-Signe du Poulpe.

+ 06 74 56 76 07

JEUDI 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

VENDREDI 18

### Initiation à la Poterie avec Sara

16h → 18h | Prix Libre | Tout public à partir de 8 ans.

Argile lisse et douce, rugueuse, desséchée et 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.

+ 06 98 23 36 32

### 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.

+ [ana@lepoulperessourcerie.org](mailto:ana@lepoulperessourcerie.org)

SAMEDI 19

### Repair Café

14h → 18h | Tout public

Rapportez vos appareils et objets cassés et tentons ensemble de les réparer ! Inscription obligatoire.

+ 06 73 18 49 69

### Stage de Massage avec Marina

16h → 18h | Prix Libre | Adultes

Stage en 5 séances d'initiation aux différentes techniques de massage. L'étape 3 consiste à découvrir le dos et tout l'arrière.

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

### Repair Bijoux avec Ecet

17h → 19h | Prix libre | Tout public

Venez réparer vos bijoux et leur donner une deuxième vie. Nous pouvons aussi créer des bijoux à partir des trésors de la ressourcerie.

+ [ana@lepoulperessourcerie.org](mailto:ana@lepoulperessourcerie.org)

VENDREDI 25

### 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 26

### Découverte de la Sophrologie avec Laurène

15h → 16h30 | 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](mailto:laurene.loth@hotmail.fr)

### ENTRAIDE

LES LUNDIS 7 ET 21

### 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](mailto:la.mif.asso@gmail.com)

LES MARDIS 8 ET 22

### Aide juridique avec la MIF

18h → 20h | Gratuit

Aide dans les démarches juridiques et administratives des personnes migrantes.

+ [la.mif.asso@gmail.com](mailto:la.mif.asso@gmail.com)

### VOGA

TOUS LES MERCREDIS

### Yoga adulte avec Marina

12h30 → 13h30 | 12€ | Tous niveaux

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

### Yoga adulte avec Gaëlle

19h30 → 20h45 | 12€ | Tous niveaux

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

+ [0660048915](mailto:0660048915) / [nagaelle@yahoo.com](mailto:nagaelle@yahoo.com)

TOUS LES SAMEDIS

### Yoga adulte avec Julie

9h45 → 11h15, 11h30 → 13h et 13h15 → 14h45

| 15€ | Adultes

Pas souple ? Manque de tonus ? Stressé.e ?

Le yoga est fait pour vous ! Tous niveaux bienvenus, débutant ou confirmé.

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

TOUS LES DIMANCHES

### Yoga avec Marina

19h → 21h | 12€ | Tous niveaux

+ [0660405607](mailto:0660405607) / [aniramdam@gmail.com](mailto: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 africaine à la danse contemporaine.

+ [06 24 52 53 45](mailto:06 24 52 53 45)

LES JEUDIS 10 ET 31

### 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](mailto:chantchoral18@gmail.com)

LES JEUDIS 17 ET 24

### Tango au Poulpe

19h → 21h | Prix libre à partir de 10€ | Tout public

Vous (re)découvrir une danse mythique et son univers, faire bouger votre corps ?

Venez comme vous êtes, en baskets, talons ou paillettes ! Ce cours est ouvert à tou-te-s, sans distinction de genre : vous apprendrez les deux rôles dans un esprit bienveillant de partage et de respect mutuel.

+ [lesmainsdegabrielle@free.fr](mailto:lesmainsdegabrielle@free.fr)

### MANGER AU POULPE

TOUS LES SOIRS

pain thon ou n dambé 3€

Pour proposer un atelier ou vous inscrire :

+ [ana@lepoulperessourcerie.org](mailto:ana@lepoulperessourcerie.org)

### 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

LES MERCREDIS 9 ET 23

### 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 19 ET 26

### Impression végétale avec Clara Sagana

13h30 → 16h | Prix libre à partir de 15€ | Tout public

Venez découvrir la teinture naturelle à travers le contact des plantes et des fibres textiles. Créez selon vos envies, en capturant l'essence des plantes et leurs motifs au fil de l'alchimie.

Le matériel est fourni, mais apportez une pièce textile blanche et naturelle si vous souhaitez lui redonner vie !

+ 06 03 91 76 73

### 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

### CONCERTS

#### Les vendredis 19h30 → 21h

VENDREDI 4

### Ana et Juco

Juco propose un univers Dark Pop à la française avec des mélodies et synthés empruntés à la New Wave des années 80.

Et Ana avec sa guitare et ses dessins, une chanson intime mêlant douceur et mélancolie, une pop vulnérable fredonnée avec pudeur.

VENDREDI 11

### Lawoolkaskas

« Le chemin de mon village », Abou voyage et fait référence au village Kaskas au Sénégal, village d'origine du père du musicien. Il chante ces louanges inspirer par sa voix et sa guitare.

VENDREDI 18

### Aïcha Touré

Une voix, un accordéon, des mélodies, des textes, le rythme des claquettes, et Aïcha Touré nous transporte dans un univers très particulier, hors des sentiers battus et des frontières.

VENDREDI 25

### Ras Kastros

Il chante aussi bien en français et en mandingue. Artiste engagé charismatique et motivé. Il saura faire vibrer le Poulpe.

### RECHERCHE BÉNÉVOLES

JEUDI 3 ET 17 À 18HRS

### Devenir bénévole !

+ [ana@lepoulperessourcerie.org](mailto: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<sup>e</sup>

