

Le Ty Poul

Est géré et animé chaque jour par des bénévoles, sous la responsabilité de Nathalie

Avec le soutien de la municipalité de Sarzeau

En partenariat avec les artisans et les commerçants de proximité

Le café associatif offre à tous :

- Un accueil bienveillant.
- Des activités variées, des boissons ; petits goûters, soupers, apéros participatifs à base de produits essentiellement bio/solidaire
- Il permet à chacun d'offrir ou de partager ses savoirs, ses savoir faire, ses talents, ses projets mais aussi tout simplement de passer un moment convivial.
- Lieu de mixité, intergénérationnel et ouvert à tous, il favorise le lien social et lutte contre l'isolement et la discrimination.

Au Ty Poul vous pouvez aussi.....

- ✓ Déposer des petites annonces
- ✓ Proposer du covoiturage
- ✓ Optimiser votre vélo (sur RV) avec Jacques
- ✓ Remplir un dossier administratif (sur RV) avec Marie Thérèse

Adhérez et bénéficiez,

Proposez vos idées...venez librement papoter, échanger, jouer...

Et n'oubliez pas que le Ty Poul n'a d'autres ressources que vos adhésions (12 euros par an), consommations et dons...Merci !

Mail : contact.typoul@gmail.com –

Site : <http://ty-poul.fr>

Facebook : Ty poul

Horaires automne-hiver : Tous les jours de 15h-18h

Judi et samedi matins : 10h30 - 12h30

Le Ty Poul

Café Associatif 1 ruelle de l'église. Sarzeau

Passer un moment convivial

Lutter contre l'isolement

Le Ty Poul des propose des activités ludiques, culturelles et

Partager ses savoirs et ses idées.

Programme mai 2018

Rendez-vous à noter ☕☕☕

Détails à l'intérieur du programme



♥ **Le 2, découverte : le REIKI ses bienfaits..**

♥ **Le 4, Ondes naturelles? Mystère...**

♥ **Le 11, Cornemuses irlandaises ! apéro-concert joyeux !**

♥ **Le 15, Vernissage surprise !**



Ateliers des « petites mains »

- *Tous les mercredis-15h-17h, **création bijoux et perles peyottes**
- *Tous les vendredis - 15h-17h, **Café tricot**
- *Lundi 14, 15h-17, **couture** (petites jupes d'été, apportez vos tissus)

La table de joueurs

Tous les jeudis à 15h :Majong, Scrabble, Dixit, time's up... et autres

Le café- chansons

Tous les mardis- 15h-17h, Chanter ensemble, tout simplement !
De 17h à 18h : chants de marins avec Jacky

Le coin des langues vivantes

- ❖ Tous les vendredis, 10h Conversation en **espagnol**
- ❖ Conversation en **anglais (dates à voir avec Germaine)**
- ❖ Vendredi 4 et 18 15h : **anglais pour les nuls**

Les ateliers du bien être

nouveau

- ☐ Mercredi 2 mai 18h : **REIKI. Méthode de soin énergétique japonaise. Découverte, théorie et pratique** (E. Fruneau, maitre Reiki)
- ☐ Lundi 21, 10h30-12h30 «**Biodanza**» La vie comme une danse (lâcher prise et recentrage émotionnel)
- ☐ Mercredi 16, 10h-11h30 **Sophrologie**, (s'inscrire, max 25)
Respirer, se détendre, évacuer le stress, ressourcer son énergie.
Tenue confortable, tapis, plaid. Salle Louis Lefrène.

- ☐ **Café philo-grignotage** (s'inscrire, max : 20) Vendredi 25, 18h-19h30 Cogiter, échange, débattre sur les questions de société en grignotant. **Thème: Etre stoïque? Oui ! mais.. c'est quoi le stoïcisme ?**

Les ateliers « comprendre, réfléchir, apprendre »

- ☐ Mercredi 2 et mardi 15, 10h-12h **Généalogie** « Nous descendons tous d'un roi et d'un pendu » La Bruyère.
- ☐ Mardi 29, 10h-12h **Astrologie**. Approche et découverte
- ☐ Mercredi 23, 10h30-12h30 : **Interprétation des rêves**. Traduire et comprendre vos rêves. Symboles et situations.

Expo

Quand j'aurai 100 ans !!

par les CP/CE1 de l'école Marie Lefranc
Vernissage mardi 15 à 18h

Ty Afters

- ☐ **Vendredi 4, 18h conférence sur les ondes naturelles bienfaisantes ou malfaisantes !**
P.Bailly, Géobiologue.
- ☐ **Vendredi 11, 18h30 Apéro Concert, Trio Hilenn, Cornemuse irlandaise**
(huilleann pipes) musiques celtes (Bretagne, Irlande)

Nos ateliers sont gratuits et ouverts à tous.

Nos produits sont bio, nouveau : le Ty HOP « vin chaud maison zéro alcool » (hibiscus, orange, pruneau, etc). Et, Selon récup : pâtisseries, compotes potages et autres régälades...