

# 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](mailto:contact.typoul@gmail.com) –

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

Facebook : Ty poul

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

**Jeudi et samedi matins : 10h30 - 12h30**

# Le Ty Poul

Passer un  
moment  
convivial

Le Ty Poul des  
propose des activités  
ludiques, culturelles et  
pédagogiques

Café Associatif 1 ruelle de l'église. Sarzeau

Lutter contre  
l'isolement

Partager ses savoirs et ses  
idées.

## Programme de juin 2018

Rendez-vous à noter ☕☕☕

*Détails à l'intérieur du programme*

♥ **Le 2, Cartothérapie ludique.**

♥ **Le 21 et le 28 : QiGong sur la place !**

♥ **Le 23, signature « Jean Caillou »**

♥ **Le 30, Apéro concert « Chauve-souris »**



## Ateliers des « petites mains »

\*Tous les mercredis-15h-17h, **création bijoux et perles peyottes**

\*Tous les vendredis - 15h-17h, *Café tricot*

## 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**

❖ Vendredi 8, 15h : Conversation en **anglais**

❖ Vendredi 15 et 29, 15h : **anglais pour les nuls**

## Les ateliers du bien être

☑ Mercredi 13, 10h-11h30 **Sophrologie**, (s'inscrire, max 25)  
Respirer, se détendre, évacuer le stress, ressourcer son énergie. *Tenue confortable, tapis, plaid.* Salle Bouillard

☑ Lundi 18, 10h30-12h30 «**Biodanza**» La vie comme une danse  
(lâcher prise et recentrage émotionnel) Salle Bouillard

☑ **Initiation au QiGong**, Art énergétique traditionnel chinois.  
Jeudi 21 et 28, 10h30 au Ty Poul

*nouveau*

## Les ateliers « comprendre, réfléchir, apprendre »

☺ **Cartothérapie**: révéler, par les cartes, votre potentiel secret.(ludique). **Samedi 2, 18h**

*nouveau*

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 régals...

☺ Mardi 5, 12 et 26, 10h-12h **Généalogie** « Nous descendons tous d'un roi et d'un pendu » La Bruyère.

☺ Mercredi 20, 10h30-12h30 : **Interprétation des rêves**.  
Traduire et comprendre vos rêves. Symboles et situations.

**Café philo-grignotage Dernière séance avant été!** Vendredi 29, 18h-19h30 Cogiter, échange, débattre sur les questions de société en grignotant. *Apero participatif : bilan/perspective*

## Signature, dédicace de roman.....

Samedi 23, 10h30

♥ *Jean Caillou, l'incroyable roman d'une « vraie » vie ! En présence des auteurs.*

## Ty Afters

☺ **Samedi 30, 18h30**

**Concert « Chauve**

*Duo CheikTidiane Dia (Kora)/Philippe Launay (flûte et guitare) A la croisée des chemins : Ovest Bretagne/Ovest Afrique. Hybridation musicale.*