

Le Ty Poul

Est géré et animé chaque jour par des bénévoles,

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
- ✓ Déposer et acheter vêtements, objets, livres..
- ✓ Proposer du covoiturage
- ✓ Optimiser votre vélo

Adhérez et bénévoliez,

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

Jeudi et samedi matins : 10h30 - 12h30

Passer un
moment
convivial

Le Ty Poul

Le Ty Poul 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 Janvier 2019

BONNE ANNEE !

Les temps forts



Vendredi 4 janvier, 16h

« Contes givrés de l'an neuf »

Pour petits et grands. **Goûter 3€**



Vendredi 11 janvier, 18h30

Apéro-Concert

« Chant et musique des Asturies » (Espagne)

Une nouveauté à partager,

« né(e)s quelque part... » né(e)s...ailleurs, près ou loin d'ici,
nous sommes tous habité(e)s par les images, les sons, les
émotions de nos origines, de nos lieux de vie, de nos
souvenirs.

Partageons les ! Etonnons nous !

Retrouvons nous de temps en temps, le samedi, avec
Maryse.

Première rencontre samedi 19 janvier , 16h.

✂ Les ateliers des « petites mains »

- ✓ Le mercredi, 15h: **bijoux et bricoles**. Régine et Brigitte
- ✓ Le jeudi, 10h30-11h30: **comprendre son vélo**. Jacques
- ✓ Le vendredi, 15h, **Café tricot**. Bénédicte
- ✓ Lundi 21, 15h: **Café couture**. Véronique et Madeleine

😊 La table de joueurs

Tous les jeudis, 15h: Jeux classiques ou inattendus ! Anne, Michel

🎵 **Le café-chansons, en musique !** Gérard, Louich et Jacky.

Tous les mardis 15h: **on chante ensemble, ça fait du bien !**

- ✓ 15h - 16h15 : nos chansons préférées.
- ✓ 16h30- 17h30 : chants de marins.

🌐 Le coin des langues vivantes: anglais, espagnol, allemand

- ✓ Tous les vendredis, 10h : **Conversation espagnole**. Claudine
- ✓ Tous les jeudis, 10h30 à 11h30, "**Welcome to the pub**". Danièle
- ✓ Vendredi 11, 14h30 et 25, 15h, **Conversation anglaise**. Germaine
- ✓ Lundi 14, 21 et 28 à 10h15 : **Conversation allemande**. Maryse
Attention...Anglais pour les nuls (Marie France) reprend en février



Les ateliers du bien être
Oublier les tracas, se relâcher, se recentrer

Mercredi 16 ou vendredi 25, 10h-11h30: **Sophrologie**. Arlette

Lundi 28, 10h30-12h30 : **réflexologie**. Antoine

Mercredi 130, 10h30-12h30 «**Biodanza**». Antoine

📖 L' Atelier d'écriture : Lundi 14 et 28, 15h-17h

A partir d'exercices simples et ludiques, développer, améliorer et partager son écriture. Christine et Sandrine

● Les ateliers « comprendre, réfléchir, apprendre »

- ✓ Mardi 15, 10h-12h **Généalogie**! Jean Pierre
- ✓ Astrologie (Elisabeth), pas d atelier en janvier

☪ **Le café philo-grignotage**: Vendredi 25, 18h :
Cogiter et débattre sur...« **Dire NON !** ». Christine et Gérard

« Contes givrés de l'an neuf »

Pour petits et grands

Vendredi 4 janvier à 16h30

Par les « Les conteurs du Golfe »

Goûter 3 euros

Apéro Concert

Vendredi 11 janvier, 18h30

Chants des Asturies

En partenariat avec l'Hermine

Nos ateliers sont gratuits et ouverts à tous.

Nos produits sont majoritairement bio. Spécialité, le Ty HOP chaud ou froid (hibiscus, gingembre, orange, pruneau) et chaque jour : pâtisseries, compotes, potages et autres régionales...