

# 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/locaux
- 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 avec Jacques le jeudi matin de 10h30 à 11h30.
- ✓ Donner et prendre des graines dans la Boite à Graines

✓

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 !

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

Mail : [cafe.typoul@gmail.com](mailto:cafe.typoul@gmail.com) Facebook : Ty poul

09 54 76 25 26

Horaires d'hiver (septembre à juin)

Du lundi au vendredi tous les après midi de 15h à 18h (samedi 16h-18h).

Les jeudis et samedi matins de 10h à 12h30

A noter : certains ateliers se déroulent en dehors de ces horaires.

Consultez le programme.

Passer un moment convivial

# Le Ty Poul

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.

## Mars 2020 Le programme !

**L'Expo peintures, le 3, 18h.  
« accumulation(s) »**

**Le karaoké, saucisses-lentilles »  
le 13, 18h30**

**La veillée contée chantée,  
le 31, 18h30**

Détails à l'intérieur

Nos ateliers sont gratuits et ouverts à tou-te-s les adérent-e-s. Inscription obligatoire pour les ateliers marqués d'une étoile \*.

### Les ateliers des « petites mains », 15h

- Le jeudi : **Perles peyottes**. Régine.
- Le vendredi : **Café tricot partagé**.
- Lundi 9: **Café couture\***« pantalons flous. Jeans suite et fin »Véro.

### Les «crayons et pinceaux » \* Joëlle, Marie José.

- Mardi 3 et 17 à 10h : **Pratique de l'aquarelle**
- Mardi 10 et 24 à 10h : **Ornementation/Enluminure**.

### Le café-chansons avec les musiciens Gérard, Louich, Jacky.

#### Tous les mardis, 15h:

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

### Le café danse folk\* : jeudi 5, 15h30. Jacky et Gérard

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

- Le lundi, 10h : **conversation allemande**. Maryse
- Le jeudi, 10h « **Welcome to the pub** » Danielle et Louich.
- Le vendredi, 10h: **conversation espagnole**.
- Vendredi 6 et 20, 14h30: **anglais pour les nuls** Marie France

A noter : Pas de conversation anglaise (Germaine) **en mars**, reprise en avril.

### Les ateliers du bien-être, Arlette, Antoine

- Mercredi 11 ou vendredi 20, 10h-11h30: **Sophro\***
- Mercredi 4 et 18, 10h30-12h30 : **Automassage**.
- Mercredi 25, 10h30-12h30 : **Biodanza**.

**La table des joueurs, 15h** Tous les mercredis : Jeux de cartes et de société.

### Les ateliers « remue – méninges » \* Christine, Gérard

- **Atelier d'écriture** : lundi 16, 15h. « Portraits »
- **Kf philo** : vendredi 27, 18h. « le Beau »

**EXPO : accumulation(s)**

*Vernissage mardi 3, 18h*

**KARAOKE**

*Saucisses-lentilles*

*Vendredi 13, 18h30*

**Veillée contée**

**chantée...par**

« Bordées de rimes »

**mardi 31, 18h30**

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