

# 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
- ✓ Vous inscrire aux covoiturages
- ✓ Profiter des services d'échanges locaux (SEL)
- ✓ Optimiser votre vélo (sur RV) avec Jacques
- ✓ Remplir un dossier administratif (sur RV) avec Marie Thérèse

**Adhérez et bénévoliez,**

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

Mail : [contact.typoul@gmail.com](mailto:contact.typoul@gmail.com) -

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

Facebook : Ty poul



Passer un moment convivial

# Le Ty Poul

Partager ses savoirs et ses idées.

**Café Associatif 1 ruelle de l'église. Sarzeau**



Lutter contre l'isolement

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

## Programme d'octobre 2017

➔ **Horaires automne-hiver : Tous les jours de 15h-18h**  
**Jeudi et samedi matins : 10h- 12h30**

### Rendez-vous à noter ☕☕☕

☕ **Mercredi 4 15h00-17h00 Atelier aquarelle**

☕ **Vendredi 6 16h30 « Cercle de lecture de la Médiathèque**

☕ **Mercredi 18 15h-17h Atelier acrylique « one streck »**

☕ **Vendredi 20 18h30 Café Philo-grignotage.**

☕ **Lundi 23 10h30-12h30 « Biodanza »**

☕ **Mardi 24 10h30-12h30 Pratiques de bien être**

**Vacances !!**

**Chasse aux trésors pour les petits**  
**(Jusqu'à 10 ans)...Goûter, cadeaux Mercredi 25**  
**15h30-17h**

## Ateliers des « petites mains »

Vendredi - 15h00-17h00 Café tricot (toutes les semaines) Lundi  
23 - 15h00-17h00 Café couture (1fois par mois) Jeudi 12  
- 15h00 - 17h00 Café bijoux et bricoles

## Initiation à la peinture :

@ Mercredi 4 à 15h Aquarelle

@ Mercredi 18 à 15h Acrylique : « one streck » (d'un seul trait !)

Nouveau

**Calligraphie latine** pratiquer l'art de la plume antique.  
Mercredi 11 - 15h-17h

**La table de joueurs** Scrabble et jeux avec Alain et Régine  
Tous les jeudis à 15h

## Atelier théâtre

Tous les mercredis Expression et jeu avec Jean-Pierre  
10h30 - 12h00

## Le café- chansons

Tous les mardis Reprise le mardi 3 octobre  
15h00-17h00 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 13 et 27, 15h00 Conversation en Anglais  
Vendredi 6 et 20, 15h Grammaire anglaise pour les nuls

## Café philo-grignotage

Vendredi 20 18h30-20h  
Cogiter, échanger, débattre sur les questions de société en grignotant. Thème du mois : qu'est ce que le progrès ?

Nouveau

## Les ateliers du bien être avec Antoine, naturopathe.

@ Lundi 23- 10h30-12h30 « Biodanza », La vie comme une danse (lâcher prise et recentrage émotionnel)

@ Mardi 24 - 10h30-12h30 automassage et réflexologie

**Le cercle de lecture de la Médiathèque** : « les écrivains de la presqu'île et du golfe » **Vendredi 6 de 16h30 à 18h30**

Nouveau

**Vacances scolaires :**

**La chasse aux trésors**

...à travers Sarzeau pour les petits (jusqu'à 10 ans !)

Goûter (3<sup>E</sup>) et malle aux Trésors au Ty Poul

**Mercredi 25 de 15h30 à 17h**



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 régales...