

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 et ateliers variés, des boissons, pâtisseries, soupes, des apéros-concerts et soirées festives. Ty Creux de l'été !
- 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, échanger des services, des conseils,
- ✓ Déposer et acheter objets, livres, vêtements...
- ✓ Travailler tranquillement, seul ou avec d'autres,
- ✓ Profiter de la WIFI gratuite

Adhérez et bénévoliez,
Proposez vos idées...venez librement papoter, échanger, jouer...

Mail : cafe.typoul@gmail.com –

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

Facebook : Ty poul

09 54 76 25 26

Horaires automne-hiver : Tous les jours de 15h-18h/ samedi 16h-18h
Jeudi et samedi matins : 10h30 - 12h30

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

Partager ses savoirs et
ses idées.

Lutter contre
l'isolement



Programme janvier 2022

Joyusement incertain !

☺ «**Les dimanches à voix hautes** », lectures.

Première le dimanche 16 à 15h

☺ **Deuxième rencontre « Rétina » Vendredi 21 à 15h.**

Les outils pour mieux voir.

☺ **Expo « Rayures, stries, griffures... »**

Vernissage le 31, 18h.

Pass exigé

Inscriptions obligatoires pour tous les ateliers

**Ateliers... les contraintes du moment : Pass obligatoires.
Inscriptions indispensables à partir du 1^{er} de chaque mois**

Les petites mains de 15h,

- **Couture** : lundi 17. Housses boites kleenex.
- **Perles peyottes** : chaque jeudi.

Chants, le mardi à 15h, jauge à 15, inscription obligatoire.

- **Chants de Terre** : le 4 et le 18.
- **Chants de Mer** : le 11 et le 25.

Pratiques artistiques, le mardi matin :

- **Calligraphie**: le 4 et le 18, 9h15.
- **Aquarelle** : le 11 et 25, 9h30.

Pratique des langues

- **J. Espagnol** : le vendredi, 10h.
- **Anglais** : le vendredi, 14h15. Pas d'atelier le 21.
Les 7,14 Danielle. Le 28, MF.
- **Allemand** : le lundi, 10h

Bien-être

- **Automassage**, 10h30, mercredi 5, (Bouillard)
- **Sophro**, 10h, mercr. 12 (Le Frêne)/vendr. 21 (Selou)
- **Stretching**, 10h30, mercr. 19 (Bouillard) Avec bâton 1,20m

Majong, et autres jeux de table, le mercredi à 15h

Atelier d'écriture : lundi 10, 15h.

Apéro-Philo : vendredi 28, 18h-19h30.

Thème : « L'incertitude »

Les « en plus » !

♥ **Expo**

« **Rayures** »

Vernissage le 31, 18h.

♥ « **Les dimanches à voix hautes** »

Lire, écouter, faire lire, partager de courts extraits de vos textes préférés...autour d'un p'tit goûter !!

1^{ère} expérience accompagnée par **Martine**

Dimanche 16 de 15h à 16h30

nouveau

Association RETINA, Rencontre 2

La malvoyance...on en parle, on s'entraide, on bouge !

« **Autour des outils** » **Vendredi 21 à 15h**

(avec le Directeur de Lissac Vannes-Centre)

Nos ateliers sont gratuits et ouverts à tous les adhérents

Nos produits sont majoritairement BIO. Ty H.O.P (Hibiscus, Orange, Pruneau, épices) et P'EPS (jus pommes aux épices) Bio/maison
Et, Selon moments: Soupe fraîche, pâtisseries, pancakes, compotes et autres petits trucs délicieux !