

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



Octobre 22

On **ré**chauffe les plumes, les pinceaux,
les voix, les muscles, les neurones !

Les ateliers **re**démarrent, se
réinventent,
C'est le RE-TOUR

RE-VENEZ DONC !

Attention, horaires habituels d'hiver !

Détails et dates à l'intérieur !

Nos ateliers sont gratuits et ouverts à tous les adhérents. Inscriptions nécessaires pour certains ateliers et évènements.

Attention les ateliers marqués * = inscription obligatoire en début de mois.

■ **Couture ***: lundi 17, 15h (cale portes)

■ **Tricot crochet...** le vendredi à 15h

■ **Chants** : le mardi à 15h,
Chants de Terre : 4 et 18
Chants de Mer : 11 et 25

■ **Aquarelle ***: mardis 11 et 25, 9h15

■ **Informatique *** :
Découvrir Windows : mardi 4, 10h
Gérer et optimiser son ordi : mardi 18, 10h

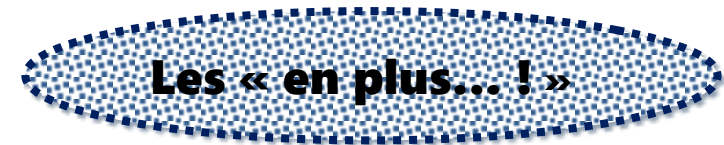
■ **Pratique des langues *** :
Espagnol : le vendredi à 10h
Anglais : le vendredi à 14h15
Le 7: MF Quenouille// les 14, 21, 28 : D Daubrosse

■ **Bien-être ***:
Automassage : mercredi 12 à 10h30 (Bouillard)
Biodanza : mercredi 26 à 10h (Bouillard)
Sophro : mercredi 19 (Bouillard) et vendredi 28 (Selou) 10h (séances identiques)

■ **Majong et autres jeux**: le mercredi à 15h

■ **Ecriture ***: lundi 10 à 15h.

■ **Apéro-philos *** : vendredi 28 à 18h



♥ *« **Découverte de la Psychogym** »
Avec Albertina 1 séance le 7 à 10h (Selou)

♥ **Apéro-cabaret « Miss Lulu et
Petit Pierre »** le 21, 18h30

♥ * « **Dimanche à voix hautes** »
Le 16 à 15h : « nos écoles »

Expo « par la fenêtre »
Vernissage le 10 à 18h

Nos produits sont majoritairement BIO. H.O.P (Hibiscus, Orange, Pruneau, épices) et PEP'S (jus de pommes aux épices) Bio/maison
Et, selon moments : soupes maison, pâtisseries, pancakes, compotes et autres petits trucs délicieux !