

# 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](mailto: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

# Le Ty Poul

Passer un  
moment  
convivial.

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.

# V'la 23...Aïe

## Pourvu que ça aille !

## On y va ? Comme avant...

On chante, on bouge, on respire, on  
cogite, on tricote, on pique, on joue,  
on écrit, on peint, on patouille, on  
cogite, on bidouille...  
On Typoule... on vit...

**Détails et dates à l'intérieur !**

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

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

■ **Couture** : lundi 23, 15h (boudins de porte anti froid, voir matériel sur news letter)

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

■ **Chants** : le mardi à 15h  
Chants de Terre : 3,17, 31  
Chants de Mer : 10, 24

■ **Aquarelle \*** : mardis 10 et 24, 9h15

■ **Informatique \*** **ce mois-ci, c'est le lundi ! :**  
Lundi 9, 10h : applications multimédias  
Lundi 23, 10h : applications bureautiques

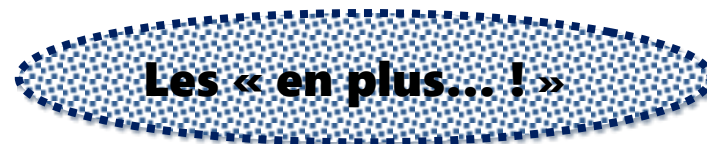
■ **Pratique des langues \*** :  
Espagnol : le vendredi à 10h  
Anglais : le vendredi à 14h15  
Les 13 et 27 : DD // Les 6 et 20: MFQ

■ **Bien-être \*** :  
Automassage : mercredi 11 à 10h30 (Bouillard)  
Sophro : mercredi 18, 10h30 (Bouillard)  
vendredi 20, 10h30 (Selou)  
Biodanza : mercredi 25 à 10h (Bouillard)

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

■ **Ecriture \*** : lundi 16 à 15h

■ **KF philo \*** : Vendredi 27, 18h (Culture du risque)



♥ **Samedi 7, 16h : « Samedis à voix hautes »**

**Attention : on passe du dimanche au samedi !**  
Thème : « Fratries » (non « genré » ☺!)

♥ **Vendredi 20, 18h30 : Soirée Loto Solidaire**

**A 20h « Coquillettes-jambon »(4€) Sur inscription**  
Apporter son assiette et ses couverts



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 !