

LE PETIT GRAIN

20, RUE ALBERT 1^{ER}, 83630 AUPS

PROGRAMME NOVEMBRE

HORAIRES

MERCREDI : 9H - 13H / 18H - 23H

JEUDI & VENDREDI : 18H - 23H

SAMEDI : 9H - 13H / 18H - 01H

La plupart de nos propositions
sont en participation libre et consciente.

Inscriptions indispensables (par mail ou téléphone)
pour certains ateliers.

Petite restauration sur place les soirs de concerts.



INFOS/CONTACTS
leplancherdeschevres.fr
cafe.petitgrain@gmail.com
09.51.69.04.19 / 07.81.52.05.74



●● ATELIERS ●●

Pour les enfants

~Tous les mardis de 16h30 à 18h~

ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

Pour les élèves du primaire à la 6ème – sur inscription -

Nos intervenants, professeurs ou éducateurs accompagnent vos enfants sur le temps de devoirs le mardi (café fermé). Ces temps permettent de valider les acquis et de renforcer ceux-ci par des exercices variés d'application.



~Vendredi 4 de 18h30 à 20h~

ATELIER-CONFÉRENCE: «DES OUTILS POUR APPRENDRE»

Par Vincent Semon, intervenant – sur inscription -

Venez découvrir et expérimenter des outils pratiques qui peuvent aider aux apprentissages : lecture, écriture, compréhension, mais aussi concentration et motivation, pour tous, parents et enfants, à partir de 7 ans.

~Vendredi 11 de 10h à 12h30 ou de 15h à 17h30~

ATELIERS PRATIQUES: «DES OUTILS POUR APPRENDRE»

Par Vincent Semon, intervenant – sur inscription -

Venez découvrir et expérimenter des outils pratiques qui peuvent aider aux apprentissages : lecture, écriture, compréhension, mais aussi concentration et motivation, pour tous, parents et enfants, à partir de 7 ans.

●● Pour tous ●●



~Deux lundis par mois de 19h à 21h~ (les 7 et 21)

ATELIER D'ÉCRITURE, LE CHAMP DES STYLOS

Animé par Dorothee Volut, Atelier payant, séance d'essai gratuite.

Suivre le fil des consignes élaborées à chaque atelier à partir d'un texte, poème ou extrait de roman. Et avancer au gré des phrases. Pas besoin de savoir écrire, aimer jouer suffit.

~Tous les jeudis à partir de 16h30~

APEROTRICO

Venez avec votre projet tricot, crochet ou couture, entraïdons-nous. Mireille nous coachera dans la mesure de ses possibilités, tous les jeudis à partir de 16h30 Gracieusement. A vos aiguilles prêts, venez !



~Les vendredis 4 et 25 à 11h~

BALADES AMICALES

Promenons nous dans nos bois. Dans un rayon de 30 km autour du Petit Grain, amis promeneurs venez nous faire découvrir les plus belles balades de votre commune (balades entre 2 et 3h maximum, allure tranquille). Amenez son pique-nique. Covoiturage.

Le 4: Départ 11h du petit grain pour se rendre à Vérignon.

Le 25: Départ 11h du petit grain pour se rendre à Bauduen.

~Deux samedis par mois de 10h à 12h~ (le 5 et le 19)

ATELIER: «SE METTRE A SON CONTE»

Animée par Martine Jaegly. Adultes, sur inscription

Les adultes, sont aptes à être des passeurs d'histoires. Les contes sont un prétexte à se rassembler, à écouter ensemble, à arrêter le temps pendant une contée et à échanger à propos de ce qui vient d'être partagé. Venez vous initier à l'art de raconter, à écouter et partager avec l'autre.



~ Lundi 14 & 28 de 18h30 à 21h30~

ATELIER CHANT «OSER SA VOIE»

Animée par Julie & Boris. Adultes, sur inscription, prix libre

L'idée centrale de cet atelier est de se faire plaisir et de favoriser la spontanéité vocale pour passer un moment musical riche et créatif.

L'atelier chant que nous proposons est un temps d'exploration et de jeu avec sa voix, de rencontre de sa voix avec celle de l'autre, de rencontre du corps dans l'espace et celui des autres. Notre approche du chant se veut ludique, bienveillante, fondée sur l'implication corporelle et l'écoute, de soi et du groupe.



~ Samedi 19 de 14h à 16h~

ATELIER SLAM

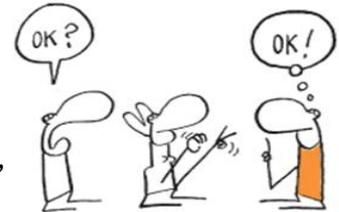
Animée par Iraka. Adolescents, adultes, sur inscription, 10€/séance
L'atelier est basé sur l'approche orale de l'écriture, aller/retour permanent entre le « j'écris » et le « je dis ». J'écris comme je parle, Je parle comme j'écris....J'écris puis je porte en voix, j'écris, je dis, j'incarne...Groupe mixte, tous âges, tous niveaux d'écriture, tous styles, le minimum étant de savoir écrire et se relire.

~ Samedi 26, de 10h à 13h ~

INITIATION LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE

Animé par Aurélia Allamèle

Savoir communiquer en Langue des signes c'est s'inventer dans un monde sans parole, c'est entendre avec les yeux, écouter avec les mains, se regarder droit dans les corps, et les utiliser pareils à des bouches sans voix... Signer: c'est crier en silence.



●○ PROJECTIONS ○●

~ Samedi 5 à 20h ~

SOIRÉE COURTS MÉTRAGES AVEC ★MÉCINA★, CINÉ CLUB ITINÉRANT

Deux courts-métrages sur le thème de la famille et de l'exil :

- "Fatima", de Nina Khada. A partir d'images d'archives, Nina raconte l'histoire de sa grand-mère, femme algérienne exilée en France. En présence de la réalisatrice.
- "Pour des figues de barbarie", de Hind Dadssi. Hind retrace le parcours de son père, venu du Maroc pour étudier, et qui après l'obtention de son diplôme n'a jamais réussi à trouver de travail. Hind observe comment cette discrimination a affecté son père, et retenti sur toute sa famille.



○● EXPOSITION ●○

~ Mercredi 16 à 19h, Vernissage ~

VINYLES MÉDITATIFS PAR CAROLINE CAROUGE

D'un coté l'histoire de mots et de couleurs qui voyagent sur le fil tendu d'une sensibilité partagée entre deux amies. Correspondance intime et indiscreète avec Périne De Araujo. De l'autre, des palettes qui s'animent en paréidolie . Vinyles méditatifs, chacun en a sa propre perception et toutes les vérités sont bonnes à observer.



◉● SPECTACLES, CONCERTS, SOIRÉES ●◉

~Vendredi 11 à 20h~

TOMBOL'ART

Tombola au profit de l'association Migrants 13.
Présentation du collectif Migrants 13 de Marseille et ses actions, exposition des œuvres (lots de la tombola). Venez participer...et peut être gagner une œuvre!



~Samedi 12 à 20h~

MARGUERITE

PAR LA COMPAGNIE FLUID CORPORATION

Un entre-sort pour deux comédiennes

Deux comédiennes se rencontrent et se racontent ce qui les traversent : l'une le dit avec son corps l'autre avec ses mots. Chacune sur le fil de l'écoute de l'autre, offrant au public un moment intime et délicat, tendre et même drôle sur ce que nous devenons quand le corps peu à peu s'absente et que la tête ne sait plus où sont passés Aujourd'hui et Hier.

~Vendredi 18 à 20h ~

JENNY DAHAN

"Chansons anarcho-poétiques, des mouettes, du cul, des présidents...
un très vieil accordéoniste, un contrebassiste ultra sexy et une chanteuse qui a la classe de Mary Ingalls en free party"



~Samedi 19 à 20h ~

CARNET DE VOYAGES

MATHIEU GABARD - SPECTACLE POÉTIQUE

Un archipel de poèmes, de récits, de rencontres, d'interviews, de sons et d'images, écrits et récoltés sur la route de Saint-Malo à Lisbonne en passant par le Berry, le Verdon, le Loiret, Paris, Marseille, Munich, Tours, Montreuil, Saint-Denis, Montpellier, Israël et Palestine. De marche en auto-stop, de rencontre en échappée, un fil de dits, poèmes et histoires interprétés, jonglés, dansés, dits et joués.

~Vendredi 25 à partir 19h~
**SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ
RETROGAMING**

Venez partager et (re)découvrir les jeux vidéos de votre enfance et pour les plus jeunes essayer les consoles de vos parents ! le temps d'une soirée. Il y en a pour tous les âges et tous les goûts !



○● **RENCONTRES, ATELIERS, DISCUSSIONS** ●○



~ Mercredi 9, à 19h ~
**ATELIER VIE EN CONSCIENCE -
«LES EMOTIONS»**

Animé par Caroline Escriva

Ouvert à toutes personnes en quête de soi. Cet atelier nous aidera à prendre conscience de nos fonctionnements grâce à des outils et exercices, pour vivre en paix et en harmonie dans notre quotidien. Rassemblons nous pour diffuser plus de lumière.

~ Jeudi 10, de 19h à 21h ~
FORMATION DES BÉNÉVOLES

Un temps collectif pour permettre aux bénévoles (nouveaux et anciens) de comprendre le fonctionnement du lieu et de savoir comment s'organise une permanence « tenir le bar ». Ce moment est aussi l'occasion de présenter les valeurs de l'association et celles du projet.



(le 23) ~Le dernier mercredi du mois de 18h à 20h~
BABEL CAFÉ - CAFÉ DES LANGUES



Vous souhaitez pratiquer une langue étrangère de manière conviviale autour d'un verre ? Rejoignez cette communauté de joyeux blablateurs, qui se retrouvera une fois par mois pour échanger en anglais, espagnol, italien, portugais, français langue étrangère...Ouvert à tous, ici, pas de prof, pas d'encadrement, pas de cours : on se lance sans complexe, on fait connaissance et on discute !

Qui a dit qu'il ne se passait rien à la campagne?

