

UN CAFÉ, DES RENCONTRES & VOUS



Mardi 2 juin de 15h à 18h
Le temps des jeux

Viens tester ta stratégie au jeu ou passer un après-midi en rencontrant des gens, dans la bonne humeur !



Mercredi 3 juin de 12h à 14h
Table ouverte

Apporte ton repas et viens le partager lors d'un repas convivial.
Une bonne occasion de se retrouver pour discuter !

Nicolle



Mercredi 3 juin de 13h30 à 15h
Viens jouer avec les mots

On invente des histoires au café en jouant avec les mots (atelier écriture) pour enfants de 7 à 11 ans, niveau CE1 au CM2

Evelyne



Mercredi 3 juin de 16h30 à 18h
Thé-Café-Rencontres

Ne reste plus seul(e), viens créer du lien autour d'un thé ou café lors de discussions libres et de rencontres chaleureuses, échanges, infos, sorties...
Maximum 8 personnes

Fanny



Judi 4 juin de 14h30 à 16h30
Massages assis

Massages assis (dos, nuque, épaules) sur chaise de massage avec Fanny.
4 créneaux de 30 minutes à réserver.
Viens en tenue souple.

Geoffrey



Judi 4 juin de 15h à 16h
Mobilité articulaire

Geoffrey, ostéopathe, anime un atelier de mobilité articulaire autour d'exercices et de mouvements debout et assis sur chaise.

Agnès



Jeudi 4 juin de 18h30 à 20h
Café signes

Le café signes s'installe au café 1000 Vies !
Vous parlez la langue des signes ou vous souhaitez la découvrir, rejoignez Agnès et son groupe!

Rosario
Nicolle
Annick



Vendredi 5 juin de 14h15 à 16h30
Atelier d'écriture

Un moment pour laisser courir ton imagination et jouer avec les mots, en toute simplicité.

Les ateliers des 5 juin et 26 juin sont identiques, merci de vous inscrire pour une seule date afin que tout le monde puisse en profiter!



Vendredi 5 juin de 18h30 à 21h30
Scène ouverte

Tu veux chanter ? Jouer ? Déclamer ?
Inscris-toi à la scène ouverte pour nous faire profiter de ton talent.

à partir de 18h30: accueil et petite restauration
19h30: début de la scène ouverte



Mardi 9 juin de 15h à 18h
Le temps des jeux

Viens tester ta stratégie au jeu ou passer un après-midi en rencontrant des gens, dans la bonne humeur !

Yves



Mardi 9 juin de 19h à 20h30
Café ciné : "La Femme de"

Venez discuter autour du film de David Roux, avec Mélanie Thierry et Éric Caravaca.

10 personnes maximum.

Atelier réservé aux personnes ayant vu le film

Mercredi 10 juin de 12h à 14h
Table ouverte

Apporte ton repas et viens le partager lors d'un repas convivial.

Une bonne occasion de se retrouver pour discuter !



Jacques
Yannick



Mercredi 10 juin de 14h30 à 16h
Initiation aux échecs

Pour faire connaissance avec les échecs et rencontrer de nouveaux partenaires de jeux, participe à cette initiation qui te garantira une après-midi de réflexion & de plaisir ludique.

Denis
Philippe,
Alain & Rudy



Mercredi 10 juin de 17h à 19h
Repair café

Denis, Philippe, Alain et Rudy t'aident à réparer tes objets préférés. Apporte ton grille-pain, ton vélo ou ton ordinateur et repars avec des conseils pratiques !

Béatrice



Jeudi 11 juin de 14h30 à 16h
Atelier numérique

Tu galères avec ton téléphone ou ton ordinateur ?

Béatrice est là pour te donner des astuces simples et efficaces. Apprends à apprivoiser la technologie.

Rosario
Esperanza

¿Hablas
español?

Jeudi 11 juin de 15h à 16h30
Conversation en espagnol

Envie de dérouiller ton accent castillan ?

Rosario et Esperanza t'invitent à une discussion 100 % en espagnol. C'est chaleureux, convivial...

Pas de débutants.

Los Chicos



NOUVEAU

Jeudi 11 juin de 18h à 22h
Tournoi de belote - coinche

Participe au tournoi de l'année!

Viens profiter d'une soirée festive animée par les étudiants de l'EM, **Los Chicos**, avec des lots à gagner et des animations surprises !

Marie-Luce



Vendredi 12 juin de 14h30 à 16h30
Papote et Tricot/Crochet

Marie-Luce t'apprend à réaliser ton amigurimi!

Apporter laine et coton, aiguilles et crochets prêtés aux débutants.

Isabelle



Vendredi 12 juin de 14h30 à 16h
Café mortel

Parce que la mort fait partie de la vie, parlons-en.

Tu peux participer ou seulement écouter.



Vendredi 12 juin
les Craash Test et The Blank Papers
Une soirée, deux concerts !
Les Craash Test et The Blank Papers nous entraînent dans leur univers rock.
A partir de 18h30: accueil et restauration / 20h: début du spectacle

Philippe



Mercredi 17 juin de 10h30 à 11h30
Yoga sur chaise

Viens tester ta stratégie au jeu ou passer un après-midi en rencontrant des gens, dans la bonne humeur !

45 min de détente, assis(e) ou debout, découvrez des mouvements simples et doux, et adaptez-les à votre corps, avec ses possibilités et ses limites.
Maximum 6 personnes.



Mercredi 17 juin de 12h à 14h

Table ouverte spéciale desserts d'été

Apporte ton repas et viens le partager lors d'un repas convivial.

Une bonne occasion de se retrouver pour discuter et **dire au revoir à nos services civiques, Perrine et Noémie!**

Evelyne



Mercredi 17 juin de 16h30 à 18h

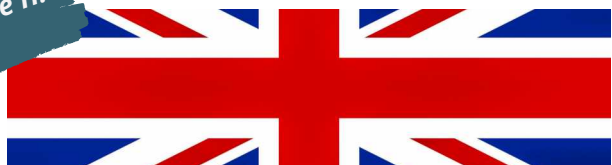
Initiation au tarot marseillais

Evelyne vient te faire découvrir le tarot marseillais, pour démystifier cette pratique !

Niveau débutant

Limité à 6 personnes, inscris toi vite !

Marie H.



Judi 18 juin de 16h à 17h

Conversation en anglais

Viens discuter en anglais avec des anglophones en herbe. Un temps d'échange autour de la convivialité et du partage d'expérience.

Pas de débutants.

**Martine
Véronique**



Judi 18 juin de 18h30 à 21h

Café littéraire

Ce temps d'échange se fera sur le livre de Adèle Yon,

"Mon vrai nom est Elisabeth".

Viens aussi partager tes coups de cœur.

Olivia

NOUVEAU



Mercredi 17 juin de 14h30 à 16h

Découverte olfactive

Viens tester tes facultés olfactives à travers un atelier initiatique à la portée de tous et de toutes, pour découvrir un peu plus les pouvoirs fascinants de l'odorat !

Sophie G.



Judi 18 juin de 14h30 à 16h

Exploration sensorielle par le modelage en argile

Sophie, art thérapeute, vient t'aider à te mettre à l'écoute de tes sens grâce au modelage en argile.

Limité à 6 personnes, inscris toi vite!

Magalie



Judi 18 juin de 16h à 17h30

L'immobilier en clair

Viens faire avancer ton projet et trouver des réponses avec Magalie, expert immobilier.

Manon

NOUVEAU



Vendredi 19 juin de 14h30 à 16h

Le temps des grands parents

Être grands parents aujourd'hui, les joies et les défis avec les petits enfants, venez échanger avec Manon, éducatrice spécialisée de jeunes enfants.



Styles variés

Vendredi 19 juin
La Vendetta-Pass

La-vendetta-Pass, c'est cinq amis qui nous embarquent au gré de leur influences influences plurielles.

A partir de 18h30: accueil et restauration
20h: début du spectacle

Part de Quiche ou Pizza 5€ (sur réservation)

Nicole
Irène



Mercredi 24 juin journée
Conversation en italien

Atelier italien hors les murs, réservé aux participants des ateliers 2026
Inscription obligatoire avant le 15 juin auprès des animatrices Nicole et Irène.
Maximum 10 personnes



Mercredi 24 juin de 12h à 14h
Table ouverte

Apporte ton repas et viens le partager lors d'un repas convivial.
Une bonne occasion de se retrouver pour discuter !

Frédéric

L I N U X

Mercredi 24 juin de 16h30 à 18h
Instal Party Linux



Frédéric t'aide à installer Linux sur ton ordinateur!
Attention, n'oublie pas de sauvegarder toutes tes données avant!



Mardi 23 juin de 15h à 18h
Le temps des jeux

Viens tester ta stratégie au jeu ou passer un après-midi en rencontrant des gens, dans la bonne humeur !

Marie-Claire



Mercredi 24 juin - 10h30 à 12h00
Balade Sophro: "la saison de l'été"

Après le repli vers l'intérieur pendant l'hiver, la mise en mouvement au Printemps; en été, toute l'énergie est tournée vers l'extérieur et nous incite à nous remettre en mouvement.
RDV au café, pense à prendre un chapeau et de l'eau.

Nicolle



Mercredi 24 juin de 13h30 à 15h
Viens jouer avec les mots

On invente des histoires au café en jouant avec les mots (atelier écriture) pour enfants de 7 à 11 ans, niveau CE1 au CM2

Yannick P.



Judi 25 juin de 14h30 à 16h
Conversation en allemand

Viens te détendre en pratiquant la langue de Goethe dans un groupe de conversation ! Jeux, lectures, thèmes d'actualité, chansons etc....
Pas de débutants

Rosario
Esperanza

¿Hablas español?

Jeudi 25 juin de 16h30 à 18h

Conversation en espagnol

Envie de dérouiller ton accent castillan ?
Rosario et Esperanza t'invitent à une discussion 100 % en espagnol. C'est chaleureux, convivial...
Pas de débutants.

Rosario
Nicolle
Annick



Vendredi 26 juin de 14h15 à 16h30

Atelier d'écriture

Un moment pour laisser courir ton imagination et jouer avec les mots, en toute simplicité.

Les ateliers des 5 juin et 26 juin sont identiques, merci de vous inscrire pour une seule date.



Mardi 30 juin de 15h à 18h

Le temps des jeux

Viens tester ta stratégie au jeu ou passer un après-midi en rencontrant des gens, dans la bonne humeur !

Boris
Jacques



Mardi 30 juin de 19h à 21h

Le sens du vivant

À travers des témoignages, Boris et Jacques nous invitent à définir comment le Tao de Lao Tseu propose d'affronter les complexités et les choix de l'existence.

Maximum 15 personnes

Thierry



Jeudi 25 juin de 19h à 21h

Atelier Oenologie

Thierry te fait découvrir les bases de la dégustation à travers un atelier autour des vins de Bourgogne.
Maximum 14 personnes
alors inscris-toi vite !

Corinne



Vendredi 26 juin de 14h30 à 16h30

Massage mains

Offre-toi un moment de relaxation et de soin des mains avec Corinne.
4 créneaux de 30 mn à réserver.



bistrotiers

compères

passeurs

Vendredi 26 juin de 19h à 22h

SOIRÉE SPÉCIALE BÉNÉVOLES

*Pour le repas
voir lien dans le mail d'invitation*