

Evénements du deuxième trimestre 2018

- **Samedi 7 au mardi 10 avril - Exposition « tant'à raconter »** : exposition par 5 jeunes gens élèves en lère « arts appliqués » (peintures, croquis, photographies). Vernissage public **samedi 7 avril à 18h00**, avec défilé de mode qui présentera également leurs créations textiles.
- **Découverte du Shiatsu** par Regis deya - séance individuelle 20' sur inscription - 06.45.69.99.01- tarif libre au profit de l'association Tant'a. Dates : 5 avril - 17 mai - 14 juin - de 18h30 à 21h
- **Atelier et « café mortel »** 27 avril : un concept inventé par le sociologue Bernard Crettaz. L'idée : remettre la mort au coeur de la vie ! Atelier de 17h à 19h sur inscription, où la création permettra de s'exprimer autrement qu'avec la parole. Le café Mortel à 20h30, pour discuter librement du deuil à partir de quelques courts métrages. Animés par la spécialiste Domi Volkaert-Margot. Inscriptions : 06.31.83.98.56
- **Samedi 28 et dimanche 29 avril** : Chantier de printemps à la tAntative ! Déco, peinture, jardinières... venez !
- **Samedi 16 juin** : marché de créateurs « empreintes d'été » artisans, producteurs, créateurs ils vous attendent dans une ambiance festive !
- **Vendredi 29 juin 18h30** : premier café « signes » : en interaction entre sourds et entendants avec des échanges sous forme de jeu

Programmation
avril à juin

2018

La tAntative

espace partagé

LIEN création partage

Pôle

Associatif,
Culturel,
social

Pôle

numérique

salles de réunions
télé-travail
co-working

Association Tant'a

Espace partagé

La tAntative

5 rue Marpaud 25300 Pontarlier

www.tant-a.org - tanta@aliceadsl.fr

Pôle

création
artisanat

Pôle

santé
bien-être

salles de formations
événementiel
ateliers - expos

Activités régulières :

Café associatif vendredi soir 18h30. Une occasion pour se rencontrer, mutualiser, parler de projets. Thèmes réguliers : café des langues, café mandala, ateliers créatifs  Quand c'est vert c'est gratuit !

- **Yoga Vinyasa** tous les lundi et jeudis soirs 18h30 et 20h - Anaïs Billès 06.70.83.56.01
 - **Qi Gong** tous les jeudi 9h45-11h et 12h30-13h30 - Catherine Avisseau 06.75.48.00.45
 - **Yoga** thérapie, périnatal, nidra, enfant - 9h à 12h le mercredi Sidonie cuenot 06.89.82.21.07
 - **Cours d'allemand** Une fois par semaine Ivonne Krell 07 81 19 10 51
 - **Livraisons Agrobio Conso** : tous les 15 jours le vendredi soir à partir de 17h. En même temps que les cafés associatifs
 - **Chorale** : le mercredi de 18h 15 à 20h30 - ouvert à tous, chanson française et contemporaine en polyphonie Martine Colin 06.80.96.23.21
- "tAnt'aChoeur" participera au grand concert choral "Tous en chœur pour la Paix" le Vendredi 22 Juin à la salle Pourny.

agro
bio

Programme à la tAntative de avril à juin 2018

Suivez aussi le calendrier sur notre page Facebook

AVRIL

Jeudi 5 18h30-21h Découverte Shiatsu sur inscription /tarif libre Regis Deya 06.45.69.99.01	Vendredi 6 13h30 et 16h séances collectives sophrologie Nathalie Couffleau 06.45.10.02.28	Café asso Vendredi 6 18h30-20h Café Mandalas Sophie 06.74.39.10.26	Samedi 7 10h-12h Samedi zen avec le yoga Anaïs Billès 06.70.83.56.01	Mercredi 11 20h30-22h « Chant des mantras » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	Samedi 7 au 10 Expo « tant'à raconter » élèves en arts appliqués
Samedi 14 10h-12h découverte yoga périnatal - Sidonie Cuenot 0689822107	Mercredi 18 MonMomentMagique ateliers bien-être et éveil 3/5 ans 14h - 6/12 ans 16h Sandra Peters 06.70.78.99.05	Café asso Vendredi 20 à 18h 30 Café des langues Ivonne 07.81.19.10.51	Dimanche 22 14h30 faire ses produits ménagers Isabelle 06.87.37.36.17	Mardi 24 9h-11h « Le RDV des mamans » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	Mercredi 25 14h à 16h Farandole du printemps Sidonie C (yoga) Nathalie C (Sophro.) 06 45 10 02 28 enfants de 5 à 11 ans
Vendredi 27 13h30 et 16h séances collectives sophrologie Nathalie Couffleau 06.45.10.02.28	Vendredi 27 17h-19h « Atelier deuil et création » Domi Volkert - François Lacroix 06.31.83.98.56	Vendredi 27 20h30 « Café mortel » animé par Domi Volkert - François Lacroix 06.31.83.98.56	Vendredi 27 19h-22h « Je développe mon intuition » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	Samedi 28 10h-13h «Le fil de soi» corps mouvement création Nathalie Cappellari 06.98.38.54.68 François Lacroix 06.31.83.98.56	WE 28-29 Chantier de printemps à la tAntative ! Jardinières, peinture, déco...

MAI

Vendredis de mai 13h30 et 16h séances collectives sophrologie Nathalie Couffleau 06.45.10.02.28	Mercredi 2 20h30-22h « Chant des mantras » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	Café asso Vendredi 4 18h 30 Café mandala Sophie 06.74.39.10.26	Dimanche 6 10h - 18h atelier meubles en carton Isabelle 06.87.37.36.17	Samedi 12 9h-12h Connaitre son anatomie énergétique Anaïs Billès 06.70.83.56.01	Mardi 15 9h-11h « Le RDV des mamans » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46
Jeudi 17 18h30-21h Découverte du Shiatsu sur inscription /tarif libre Regis Deya 06.45.69.99.01	Café asso Vendredi 18 18h30-20h Café des langues Ivonne 07.81.19.10.51	Vendredi 18 20h30 «matières» expérience sensorielle et artistique - Niki Jirounek et François Lacroix 06.31.83.98.56	Vendredi 18 20h Bavardages autour de la médiumnité Anaïs Billès 06.70.83.56.01	Samedi 19 9h-12h Atelier yoga et soi Anaïs Billès 06.70.83.56.01	Mercredi 23 20h30-22h « Chant des mantras » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46
Jeudi 24 18h30-20h PneumaCorps ré-équilibration corporelle Sylvie Caire 06.67.80.52.10	Vendredi 25 19h à 22h « Je développe mon intuition » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	Samedi 26 10h-12h yoga parents/enfants « voyager ensemble » Sidonie Cuenot 0689822107	Mercredi 23 14h à 16h « La part du colibri » Sidonie C (yoga) Nathalie C (Sophro.) 06 45 10 02 28 Pour les enfants de 5 à 11 ans	Mercredi 30 20h30 Conférence partage "Loi de l'attraction et abondance" Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	

JUIN

Vendredis de juin 13h30 et 16h séances collectives sophrologie Nathalie Couffleau 06.45.10.02.28	Café asso Vendredi 1 18h30-20h Café des langues Ivonne 07.81.19.10.51	Samedi 2 9h-12h atelier Vie positive Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	WE 2&3 10h-18h stage d'allemand Ivonne Krell 07.81.19.10.51	Mardi 5 9h-11h « Le RDV des mamans » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	Jeudi 7 18h30-20h PneumaCorps - ré-équilibration corporelle Sylvie Caire 06.67.80.52.10
Samedi 9 10h-12h Gestion du stress yoga thérapie - Sidonie Cuenot 0689822107	Samedi 9 14h-17h Formation aromathérapie « faire sa trousse d'urgence » Isabelle Merlan 07.82.29.88.85	Dimanche 10 9h-17h Yoga et mantras Anaïs Billès 06.70.83.56.01 Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	Mercredi 13 20h30-22h « Chant des mantras » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	Mercredi 13 14h à 16h « Un trésor en moi » Sidonie C (yoga) Nathalie C (Sophro.) 06 45 10 02 28 Pour les enfants de 5 à 11 ans	Jeudi 14 18h30-21h Découverte Shiatsu sur inscription /tarif libre Regis Deya 06.45.69.99.01
Samedi 16 10h-22h marché créateurs « empreintes d'été » François 06.31.83.98.56	Dimanche 17 9h-12h Yoga et communication Anaïs Billès 06.70.83.56.01	Mardi 26 9h-11h « Le RDV des mamans » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	Café asso Vendredi 29 18h30 Café « signes » Sylvie 06.62.66.96.20	Samedi 30 9h à 17h atelier « ressentis en nature » Delphine Galmiche 06.78.66.33.46	