



PROGRAMME DU BEAU TIERS LIEU : Septembre 2024 (1/2)

Repas et ateliers cuisine au Bô Café

Les mardis midi

Repas partagé

Chacun ramène son casse-croûte pour manger tous ensemble !

Samedi 7 septembre

Repas béninois > 12h-15h

10 € / repas

Judis 12 et 26 septembre

Repas solidaires du BTL

Atelier de cuisine > 9h-12h

(préparation du repas !)

★ **Gratuit et repas offert aux participants**
Inscriptions : 06 18 65 37 94 ou au Bô Café

Repas solidaire > 12h-14h30

4 € / repas

Lundi 16 septembre

Repas du Solimarché > 12h-14h30

5€ / repas

Sur réservation : 07 68 98 21 02

Vendredi 20 septembre

Repas Potager de l'été

Atelier de cuisine > 9h-12h

(préparation du repas !)

Gratuit

Inscriptions : 06 18 65 37 94 ou au Bô Café

Repas Potager de l'été > 12h-14h30

Gratuit

Convivialité et alimentation

Les jeudis > 16h30 - 18h



Solimarché

Vente solidaire de paniers de légumes bio
Infos et réservation : 07 68 98 21 02

Vendredi 6 septembre > 9h - 11h

Petit déjeuner

du Beau Tiers Lieu



C'est la rentrée, on vous présente nos actualités autour d'un bon café ! *Gratuit*

Samedi 7 septembre > 9h30 - 17h

Forum des associations

Une occasion de nous rencontrer et de découvrir les associations du quartier !
Place du Commandant Cousteau, Nantes

Vendredis 6 et 20 septembre > 17h-21h

Le Grand Partage



Soirée cabaret (poésie, chant, slam...) pour amateurs et professionnels ! *Gratuit*

Vendredi 13 septembre > 9h15 - 11h

Petit déjeuner des Semeurs de Convivialité



Partage d'un excellent petit déjeuner en très bonne compagnie avant le week-end !
1€50 par personne

Mardi 17 septembre > 14h - 16h

Atelier pâtisserie



Préparation des gâteaux pour le ciné-goûter (18 septembre)
Gratuit sur inscription : 06 18 65 37 94

Emploi et entrepreneuriat

Les mercredis > 16h - 18h



Accompagnement numérique

Besoin d'aide pour vos démarches numériques (choix d'un abonnement, configuration d'un téléphone...) ? Projets Solidaires dans la Cité est là pour vous aider ! *Gratuit*

Les jeudis matin > 9h - 12h



Permanence : accès à l'emploi

La Belle Cordée Nantaise (TZCLD) répond à toutes vos questions autour de la recherche d'emploi ! *Gratuit*

Les jeudis matin > 9h - 12h



Permanence : soutien à la création d'activité entrepreneuriale

Envie de monter votre propre projet ? Fall de CitésLab est là pour répondre à toutes vos questions ! *Gratuit*

Un mardi sur deux (dates à venir) > 17h30-19h30



Fresques du climat

Création collective d'une fresque du Climat adaptée aux Quartiers Politique de la Ville avec Greenact France ! *Gratuit. Infos : 07 56 30 75 39*

Du lundi au vendredi > 17h30- 19h

Ateliers de français

Niveaux : Alpha, A1 et A2
Venez apprendre le français dans une ambiance chaleureuse et bienveillante !
Gratuit. Contact de Lino : 07 81 01 94 36



Réemploi

Samedi 21 septembre > 9h30 - 12h30



Repaire café

Apprenez à réparer votre petit matériel électroménager avec l'association Le Repaire Bottière ! *Gratuit*

Culture

Mercredi 18 septembre > 15h45 - 17h



Ciné-goûter "Petits contes sous l'océan" (dès 2 ans), animation et goûter

Départ groupé depuis la Bottière pour aller au Concorde
2 € / personne. *Inscription : 06 18 65 37 94*

La Flashcoop au Beau Tiers Lieu



Vous aimez cuisiner et vous habitez un quartier Politique de la ville ?

Bonne nouvelle, vous pouvez encore vous inscrire gratuitement à la Flashcoop pour participer à la **création d'une entreprise coopérative autour d'un projet culinaire**

Dates : du 10 au 26 septembre

Plus d'infos : nicolas.noblet@ouvre-boites.coop
Une formule organisée par Osez Entreprendre en partenariat avec le Beau Tiers Lieu

Les lieux :



Le Bô Café
71 rue de la Bottière
44300 Nantes



Le LaBô
10 bis rue de la Basinerie
44300 Nantes




Le cinéma le Concorde
79 bld de l'Égalité 44100 Nantes



Beau
Tiers
Lieu





Le Bien-être au Bô Café



Jeudi 12 septembre > 14h - 15h

Présentation de l'association Trust par des bénévoles du projet !

Trust est une association qui accompagne les périodes de transition de vie dans le cadre d'ateliers variés (choix d'orientation, puberté, maternité, ménopause, etc.)

Socio esthétique



Soins individuels

**Mardis matin
> 9h30 - 12h**

En lien avec des structures prescriptrices

Contact : contact@asso-menthepoivree.fr

Massages



Séances individuelles

**Mercredi 18 septembre
> 10h45 - 13h**




Plusieurs types de massages (voir avec Sophie)
Durée : 30 min
Tarif : 10 € / personne

Contact : *Sophie Noiret*
(*Le souffle des mains*)
06 17 32 17 46
lesouffledesmains@gmail.com



Nous contacter :

 lebottierelieu@gmail.com

Suivre nos actualités :

-  www.beautierslieu.fr
-  Facebook
-  LinkedIn

Nous trouver :

-  71 rue de la Bottière
44300 Nantes
-  10 rue de la Basinerie
44300 Nantes

PROGRAMME BIEN-ÊTRE DU BEAU TIERS LIEU : septembre 2024 (2/2)

Soins esthétiques



Soins individuels

Modelages, soins visages, épilations
**Mardis 3, 10, 17n 24 septembre
> 14h - 17h**

Tarifs : entre 2 et 10 € selon la prestation (voir avec Noëllie)

Atelier collectif "Mise en beauté"

Date à définir avec Noëllie > 14h - 17h

Tarif : 2 € / personne

Contact : *Noëllie Amazou*
06 67 60 64 24
contact.noelabio@gmail.com

Sophrologie



Atelier collectif

**Jeudis après midi
> 14h30 - 16h**

Tarif : 5 € / personne

Contact : *Jessica Beauchamp*
(*Mademoiselle Jessica*)
06 27 82 89 02
mademoisellejessicabeauchamp@gmail.com

Relaxation pour femmes



Atelier collectif

**Mercredi 18 septembre
> 9h15 - 10h15**

Tarif : 5 € / personne

Contact : *Sophie Noiret*
(*Le souffle des mains*)
06 17 32 17 46
lesouffledesmains@gmail.com

Art Thérapie évolutive



Atelier collectif

**Mardi 3 septembre > 14h - 17h
Mardi 17 septembre > 14h - 17h**

Tarif : 35 € / personne

Séance individuelle

**Mardi 3 septembre > 17h30 - 18h30
Mardi 17 septembre > 17h30 - 18h30**

Tarif : 35 € / personne

Contact : *Pascale Bonnin*
06 79 72 84 78
contactbonnin@gmail.com

Création d'activité et bien-être



Ateliers CoDev

**Mercredi 4 septembre
> 9h30 - 12h**

Contact : *Delphine Guillot*
(*Josephine Transition*)
06 50 75 58 31

Reiki



Soins individuels

**Lundis
> 12h - 15h**

Durée : entre 20 et 45 min
Tarif : entre 10 et 25 €

Contact : *Aurélien Gravouil*
(*Or & Lien*)
06 70 04 88 24
aurelien.gravouil@orange.fr

Le Beau Tiers lieu c'est :

Un équipement à construire qui va réunir trois salles de cinéma, un restaurant et une cuisine partagée, des ressourceries, un espace de bien-être solidaire, une halle événementielle...

Un projet d'activités solidaires et conviviales développé par le collectif associatif du Beau Tiers Lieu avec et pour les habitants et les structures de Bottière Pin Sec et au delà !

Une dynamique de soutien à l'accès l'emploi et à l'entrepreneuriat en Quartier Politique de la Ville

Deux lieux temporaires pour préfigurer collectivement le programme du futur équipement (le Bô Café et le LaBô) et des lieux dans le quartier et au delà (le 60B, le Concorde, la Maison de Quartier Bottière...).



Activités au LaBô



Activités au Bô Café

**L'espace Bien-être
du Beau Tiers Lieu
vous propose
plusieurs offres de soins
pour vous sentir bien !**

Pour vous renseigner et réserver une séance, contactez directement la personne praticienne !

