



(U) 🜈 Programmation de NOVEMBRE à Quai n°3!

À partir de CEHAPI - QUAI N°3 <app@email-assoconnect.com>

Mar 28/10/2025 09h25 Date

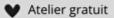
À utlbroceliande@orange.fr <utlbroceliande@orange.fr>

CEHAPI - QUAI N°3

Propulsé par AssoConnect







- Atelier à prix libre et conscient
- ** Atelier à prix fixé

R Réservation obligatoire, places limitées

Merci de vous inscrire dans tous les cas, si vous le pouvez!



ALNO PROGRAMMATION NOVEMBRE

Mar 4 ATELIER Méditation *

Prenons du temps pour nous : se poser et s'accueillir sans

20h15 jugement avec Edwige

Ven 7 RENCONTRE Cercle de lecture ♥

Retrouvons-nous pour échanger sur nos découvertes 19h30 -

21h30 artistiques!

LE DIMANCHE, ON JOUE!

INITIATION Jeu de rôles ♥ (R) 14/15 ans Dim 9

14h - 17h Immergeons dans l'univers fascinant d'Aria. Armez vous d'un papier, d'un crayon, et surtout de votre imagination!

Dim 9 RENCONTRE Jeux de société V

16h - 20h Jouons à tout va un dimanche par mois! Amenez vos jeux

ou découvrez-en de nouveaux

Ven 14 SOIRÉE Quai en scène ♥ (R)

18h30 -Ouvrons la scène et présentons nos 20h30 talents, envies, passions artistiques...

C'EST NOUVEAU!



LE SAMEDI, ON CUISINE!

ATELIER Cuisine "Légumes d'hiver" ** **Sam 15**

10h - 13h Apprenons à utiliser des légumes de saison en faisant des recettes qui sortent des sentiers battus avec Marie-Pascale

> Déjeunons ensemble ce que nous aurons préparé!

ATELIER Cuisine "Pâtisserie en famille" ** (R) **Sam 15**

14h - 16h Créons et partageons des douceurs bio, locales et

gourmandes avec Judith de Raconte-moi une douceur à partir de 10 ans



CINÉ-DÉBAT Festival Alimenterre: "Leurs Mar 18

20h30 - 23h champs du coeur" **

Suivi d'un

Au Cinéma La Cane, suivi d'un échange avec pot convivial Stéphanie, Ferme laitière à Plélan-le-Grand et Sylvie, maraîchère à Chavagne.



Mer 19 RENCONTRE Bibliothèque Vivante ♥

16h - 18h Rencontrons des livres vivants pour échanger autour d'expériences de vie avec le SAVS APH Le Pommeret

Ven 21 SOIRÉE Slam'tartines ¥

18h30 -Venons balancer nos textes ou jeter 22h une oreille! Animée par Malice et Mellow Man.



Sam 22 ATELIER Répar'café ♥ VELO ORDI VÊTEMENT





10h - 12h Apprenons à réparer nos vêtements et nos vélos avec Bruno, Nadège et l'association RESO. ÉLECTROMÉNAGER

Mer 26 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE Cêhapi

Auberge espagnole à partir de 20h30

18h30 - Retrouvons-nous entre adhérents et prenons le

21h30 temps de nous connaître. Au programme également : focus projets et renouvellement du CA.

Jeu 27 APÉRO-RENCONTRE Producteurs ♥

Dégustons des produits locaux, en compagnie des producteurs du Clic des Champs et d'Yves-Marie Le Texier, comédien du spectacle « Mon père avait 3 vaches ».

Ven 28 APÉRO Tricot ♥

18h - 20h Passons un moment convivial autour d'un verre entre tricoteur.ses, avec Nadège des Mains Créatives.



Mardi 4, 18 et 25 14h-16h

ATELIER Mes 1ers pas en numérique ♥

Apprenons à nous débrouiller avec nos ordinateurs (pour personnes débutantes) avec *L'Agence départementale du pays de Brocéliande*

Mercredi 12 et 26 13h30-15h

PERMANENCE Comptoir Numérique V

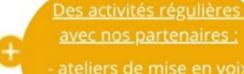
Trouvons ensemble des solutions simples à vos questions et problèmes sur le numérique avec *Charlotte*

CLIQUEZ ICI POUR + D'INFOS ET RÉSERVATIONS

Les horaires d'ouverture du café-cantine



Et toujours!



ateliers de mise en voix
circle songs...



Vous avez une idée d'activité mais pas de lieu pour la proposer ? Louez un espace à Quai n°3!



Cantine ouverte tous les midis de la semaine, de 12h15 à 13h30



Location de bureaux individuels ou partagés et de salles de réunion





Location de vélos électriques et remorque



Livraison de paniers bios et locaux, *Clic des Champs*



Livraison de poisson frais issu d'une pêche durable, *Poiscaille*

+ infos sur place et sur www.cehapi.org





Dans la gare de Montfort-sur-Meu 07.74.96.62.62 quai-n3@cehapi.org





Vous recevez cet email en raison de votre inscription à la liste de diffusion de CEHAPI, PRODUCTEURS D'IDEES EN ACTION.

Je ne souhaite plus recevoir ces emails

Voir le mail dans votre navigateur Copyright © 2025 CEHAPI - QUAI N°3 Gare de Montfort, 35160 MONTFORT-SUR-MEU, France