

# LES ATELIERS DU MAZIER

## PROGRAMME DE DÉCEMBRE 2025

SUIVEZ-NOUS...



**LE MAZIER SERA FERMÉ  
DU 21 DÉCEMBRE 2025 AU 5 JANVIER 2026**

**HORAIRES D'HIVER  
DU MARDI AU SAMEDI  
DE 9H À 18H**

MARDI 02 - 09H00 / 12H30

### **Les Mazes : Le réseau des femmes entrepreneures**

Venez dialoguer et cultiver votre réseau en compagnie de femmes inspirantes et inspirées.

Ouvert à toutes, que vous ayez un projet existant ou à venir.

 *Pas d'inscription*

 *Gratuit*



MERCREDI 03 - 14H30 / 16H30

### **Le club des p'tits bricol'tout !**

Tous les mercredis de 14h30 à 16h30 d'octobre à décembre (hors vacances scolaires)

Découvre le monde des pirates en bricolant, en bidouillant et en t'amusant aux côtés de Laïla !

 *Inscription recommandée (Places limitées)*

 *60€ les 10 séances (Adhésion et goûters  compris !)*

MERCREDI 03 - 18H00 / 19H00

### **Cours de mandarin pour adultes débutants**

Un cours d'1 heure par semaine pour t'initier au mandarin avec une professeure de langue.

 *Inscription obligatoire (Auprès du mazier ou par mail : [atiredaile.fle@gmail.com](mailto:atiredaile.fle@gmail.com))*

 *88€ par trimestre (Tous les vendredis hors vacances scolaires)*



JEUDI 04 - 10H00 / 12H00

### **Atelier "Permaculture, une philosophie du prendre soin"**

Ces ateliers ne concernent pas la permaculture au jardin mais sa vision globale, sa philosophie universelle. Béatrice nous propose un autre regard sur le monde, un autre mode de vie. Seront abordés les thèmes de l'éthique et les principes de la permaculture.

 *Inscription souhaitée*

 *Gratuit*

# LES ATELIERS DU MAZIER

## PROGRAMME DE DÉCEMBRE 2025

SUIVEZ-NOUS...



JEUDI 04 - 10H30 / 11H30



### Yoga sur Chaise pour Séniors

Sofia transmet le yoga sur chaise et les exercices de respiration avec humour et légèreté. La pratique mobilise les articulations rouillées, tonifie les muscles et augmente la circulation sanguine tout en boostant le moral. Exercices adaptés aux capacités de chacun. Tous niveaux.

 Inscription souhaitée

 Participation 14€ par séance

JEUDI 04 - 17H00 / 18H30



### Atelier "Détente Vagale et Vocale"

Atelier de pratiques guidées composé de respirations (cohérence cardiaque, physiologique...), mouvements spécifiques de régulation du système nerveux, exercices vocaux, relaxation guidée, connexion à ses sensations corporelles... Pour s'apaiser face aux défis quotidiens ou juste se détendre grâce à diverses pratiques, faciles à réutiliser chez soi. Animé par Karine Alléon - Explore Ta Voie-x

 Inscription souhaitée

 Tarif : 15€



VENDREDI 05 - 16H / 18H



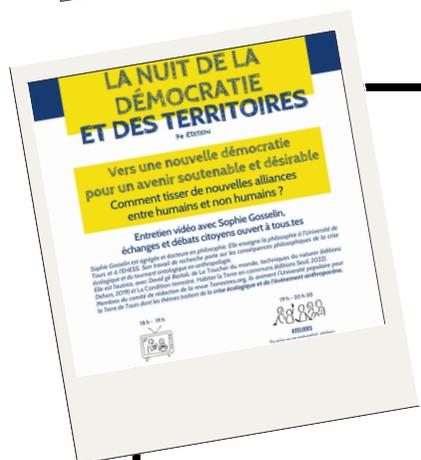
### Aide aux devoirs pour collégiens

Viens faire tes devoirs pour la semaine prochaine pour bien profiter de ton week-end ! Une question ? Un besoin d'explication sur certaines matières ? Nous t'accompagnerons pour réussir au mieux tes exercices.

 Inscription souhaitée

 Participation libre et conscient

VENDREDI 05 - 18H00 / 20H30



### Nuit de la démocratie et des territoires

Vers une nouvelle démocratie pour un avenir soutenable et désirable. Comment tisser de nouvelles alliances entre humains et non humains ? Entretien vidéo, échanges et débats citoyens ouvert à tous·tes

 Pas d'inscription

 Gratuit



# LES ATELIERS DU MAZIER

## PROGRAMME DE DÉCEMBRE 2025

SUIVEZ-NOUS...



SAMEDI 06 - 14H / 16H

### ♣ Échec et "Jules"

Viens jouer aux échecs pour réviser ou pour te perfectionner, en tous cas, viens passer un bon moment au Mazier !

 Inscription souhaitée

 4€ adhérents / 7€ non adhérents

SAMEDI 06 - 16H / 17H30

### ♣ Atelier "Sapin de Noël"

Viens fabriquer des décorations et décorer le sapin de Noël du Mazier, tu pourras aussi repartir avec une décoration pour ton sapin de Noël !

 Inscription souhaitée

 4€ adhérents / 7€ non adhérents

MERCREDI 10 - 10H00 / 12H00

### ♣ Atelier "entraîne toi à ton entretien d'embauche!"

Tu cherches un emploi mais tu n'es pas à l'aise avec l'entretien d'embauche, viens t'entraîner avec Annabelle pour être au top à ton prochain entretien.

 Inscription souhaitée

 Tarif libre et conscient

MERCREDI 10 - 14H30 / 16H30

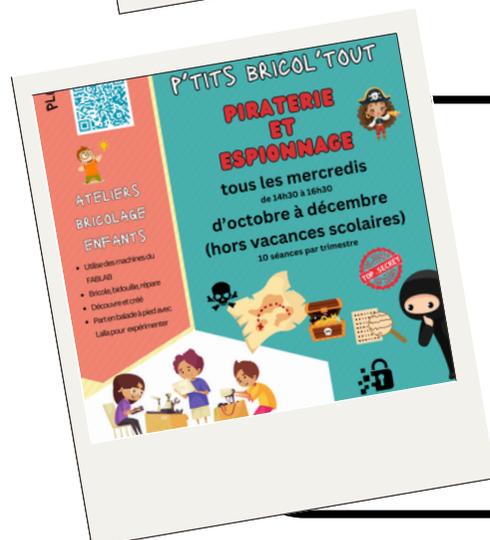
### ♣ Le club des p'tits bricol'tout !

Tous les mercredis de 14h30 à 16h30 d'octobre à décembre (hors vacances scolaires)

Découvre le monde des pirates en bricolant, en bidouillant et en t'amusant aux côtés de Laïla !!!

 Inscription recommandée (places limitées)

 60€ les 10 séances (Adhésion et goûters  compris !)



# LES ATELIERS DU MAZIER

## PROGRAMME DE DÉCEMBRE 2025

SUIVEZ-NOUS...



MERCREDI 10 - 18H00 / 19H00

### Cours de mandarin pour adultes débutants

Un cours d'1 heure par semaine pour t'initier au mandarin avec une professeure de langue.

 Inscription obligatoire (Auprès du mazier ou par mail : [atiredaile.fle@gmail.com](mailto:atiredaile.fle@gmail.com))

 88€ par trimestre (Tous les vendredis hors vacances scolaires)

开  
五  
大  
吉



JEUDI 11 - 10H00 / 12H00

### Atelier #4 "Permaculture, une philosophie du prendre soin"

Ces ateliers ne concernent pas la permaculture au jardin mais sa vision globale, sa philosophie universelle. Béatrice nous propose un autre regard sur le monde, un autre mode de vie. Seront abordés les thèmes de l'éthique et les principes de la permaculture.

 Inscription souhaitée

 Gratuit



JEUDI 11 - 10H30 / 11H30

### Yoga sur Chaise pour Séniors

Sofia transmet le yoga sur chaise et les exercices de respiration avec humour et légèreté. La pratique mobilise les articulations rouillées, tonifie les muscles et augmente la circulation sanguine tout en boostant le moral. Exercices adaptés aux capacités de chacun. Tous niveaux.

 Inscription souhaitée (Min. 5 participants)

 Participation 14€ par séance

JEUDI 11 - 14H00 / 16H00

### Atelier de la coopération "Se parler autrement"

Transformer sa façon de communiquer, pour des relations plus fluides et plus saines dans les collectifs. Écoute, clarté, lien : des outils concrets à expérimenter ensemble.

 Inscription souhaitée

 Gratuit

plus d'infos



<https://www.bocagenumerique.com/tiers-lieu-ecole/>



TIERS-LIEU  
Ecole  
UN LIEU VIVANT POUR APPRENDRE  
ICI ET MAINTENANT

# LES ATELIERS DU MAZIER

## PROGRAMME DE DÉCEMBRE 2025

SUIVEZ-NOUS...



VENDREDI 12 - 16H00 / 18H00

### **Aide aux devoirs pour collégiens**

Viens faire tes devoirs pour la semaine prochaine pour bien profiter de ton week-end ! Une question ? Un besoin d'explication sur certaines matières ? Nous t'accompagnerons pour réussir au mieux tes exercices.

 *Inscription souhaitée*

 *Participation libre et consciente*



SAMEDI 15 - 11H00 / 12H00

### **Brunchstorming**

Viens avec tes idées d'ateliers pour novembre ! Que tu sois un·e bénévole qui souhaite partager une passion, un·e entrepreneur·e qui souhaite proposer des ateliers dans le cadre ton activité, ou encore un usage·ère qui recherche un loisir ou une connaissance : partage tes idées et tes envies avec l'équipe du Mazier autour d'un brunch convivial !

Idées folles acceptées ;-)

 *Pas d'inscription*

 *Gratuit*



SAMEDI 13 - 14H30 / 16H00

### **Le cercle de Coaching**

Mia Boutemy vous propose de découvrir un outil d'entraide pour le pratiquer ensuite au Mazier. Il se réalise en groupe de 4 à 6 personnes sur plusieurs séances. Tour à tour l'un des participants expose sa problématique, le groupe devenant ce jour là « son coach ». Chacun apprend ainsi à pratiquer l'écoute profonde et bénéficie à son tour du cadeau de la résonance du groupe.

 *Inscription souhaitée*

 *Participation libre et conscient*



SAMEDI 13 - 16H00 / 17H30

### **Création de photophore de Noël à la découpe laser**

Viens créer de jolis photophores en bois grâce aux machines de notre FABLAB, tu pourras décorer ta table de Noël avec mille lumières !

 *Inscription souhaitée*

 *4€ adhérents / 7€ non adhérents*



# LES ATELIERS DU MAZIER

## PROGRAMME DE DÉCEMBRE 2025

SUIVEZ-NOUS...



MARDI 16 - 18H00 / 19H00

### Atelier Pro : Comment créer une newsletter sur un logiciel spécifique (Mailchimp, Brevo, etc.)

Garder le lien avec ses abonnés est essentiel, la newsletter est un bon moyen pour ça et pour agrandir ta communauté. Venez apprendre à développer et programmer une infolettre adaptée à vous et votre entreprise avec Annabelle.

 Inscription souhaitée

 10€ adhérents / 15€ non adhérents



MERCREDI 17 - 14H30 / 16H30

### Le club des p'tits bricol'tout !

Dernier mercredi pour découvrir le monde de l'espionnage en bricolant, en bidouillant et en t'amusant aux côtés de Laïla !

 Inscription recommandée (Places limitées)

 60€ les 10 séances (Adhésion et goûters  compris !)



JEUDI 18 - 10H00 / 12H00

### Atelier "Permaculture, une philosophie du prendre soin"

Ces ateliers ne concernent pas la permaculture au jardin mais sa vision globale, sa philosophie universelle. Béatrice nous propose un autre regard sur le monde, un autre mode de vie. Seront abordés les thèmes de l'éthique et les principes de la permaculture.

 Inscription souhaitée

 Gratuit

JEUDI 18 - 10H30 / 11H30

### Yoga sur Chaise pour Séniors

Sofia transmet le yoga sur chaise et les exercices de respiration avec humour et légèreté. La pratique mobilise les articulations rouillées, tonifie les muscles et augmente la circulation sanguine tout en boostant le moral. Exercices adaptés aux capacités de chacun. Tous niveaux.

 Inscription souhaitée (Min. 5 participants)

 Participation 14€ par séance

# LES ATELIERS DU MAZIER

## PROGRAMME DE DÉCEMBRE 2025

SUIVEZ-NOUS...



VENDREDI 19 - 16H00 / 17H30

### Flocage sur tissu avec une découpe vinyle

Oups il me manque un cadeau de Noël !!! viens avec un t-shirt, un sweat, un tote bag ou n'importe quel morceau de tissu et floque un message personnel ou une illustration (unicolore) pour toi ou pour offrir !

 Inscription souhaitée

 4€ adhérents / 7€ non adhérents



SAMEDI 20 - 11H00 / 12H00

### Permanence "Soudicy" et "Vitavrac"

Vous êtes un particulier et vous recherchez une consommation plus saine et plus durable, venez en savoir plus sur le fonctionnement de l'épicerie vrac et itinérante du bocage ! Vous êtes un particulier, une association ou un commerçant du bocage bourbonnais, vous voulez en savoir plus sur la monnaie locale, le Soudicy, venez échanger avec nous !

 Pas d'inscription  Gratuit

SAMEDI 20 - 13H00 / 14H00

### Atelier tricot pour petits et grands !

Viens apprendre les bases du tricot, monter et descendre des mailles, point endroit, envers, mousse, jersey... A tes aiguilles !!! (matériel fourni). Ouvert à tous !

 Inscription souhaitée

 Participation libre et consciente



SAMEDI 20 - 15H / 18H

### Fin d'après-midi jeux de société

Pour découvrir de nouveaux jeux ou partager tes jeux de société favoris, seul ou en famille, viens passer quelques heures d'amusement au Mazier !

 Pas d'inscription

 Gratuit



# LES ATELIERS DU MAZIER

## PROGRAMME DE DÉCEMBRE 2025

SUIVEZ-NOUS...



SAMEDI 20 - 18H / 20H

### Soirée rétrogaming

Au Mazier on répare les anciennes consoles et les vieux, mais on y joue aussi : Viens avec ou sans tes jeux pour jouer à des jeux vidéo qu'ils soient de l'âge de pierre ou de l'ère moderne et rencontrer les geeks de Bourbon !

 Pas d'inscription

 Gratuit



**LE MAZIER SERA FERMÉ  
DU 21 DÉCEMBRE 2025 AU 5 JANVIER 2026**

**HORAIRES D'HIVER  
DU MARDI AU SAMEDI  
DE 9H À 18H**

**Soupe du jour**



A tout moment de la journée, venez au Mazier pour déguster une soupe du jour ou une boisson chaude pour vous réchauffer



Une soupe chaude fait maison avec des légumes frais, bio / des boissons bio

 CONTACT.LEMAZIER@GMAIL.COM

 07.60.08.23.30

 LE MAZIER



- 🔊 **Mardi 02/12 9h-12h : Les Mazes, réseau de femmes entrepreneures** 
- 🔊 **Mercredi 03/12 14h30-16h30 : Le club des p'tits bricolout !** 
- 🔊 **Mercredi 03/12 18h-19h : Cours de mandarin pour adultes débutants**
- 🔊 **Jeudi 04/12 10h-12h : "Permaculture, une philosophie du prendre soin"**
- 🔊 **Jeudi 04/12 10h30 11h30 : Yoga sur Chaise pour Séniors**
- 🔊 **Jeudi 04/12 17h-18h30 : Atelier "Détente Vagale et Vocale"**
- 🔊 **Vendredi 05/12 16h-18h : Aide aux devoirs pour collégiens**
- 🔊 **Vendredi 05/12 17h45-20h30 : La nuit de la démocratie et des territoires**
- 🔊 **Samedi 06/12 14h-16h : Échec et "Jules"**
- 🔊 **Samedi 06/12 16h-17h30 : Atelier "Sapin de Noël"**
- 🔊 **Mercredi 10/12 10h-12h : Atelier "entraîne toi à ton entretien d'embauche!"**
- 🔊 **Mercredi 10/12 14h30-16h30 : Le club des p'tits bricolout !** 
- 🔊 **Mercredi 10/12 18h-19h : Cours de mandarin pour adultes débutants**
- 🔊 **Jeudi 11/12 10h-12h : "Permaculture, une philosophie du prendre soin"**
- 🔊 **Jeudi 11/12 10h30 11h30 : Yoga sur Chaise pour Séniors**
- 🔊 **Jeudi 11/12 14h-16h : Atelier de la coopération "Se parler autrement"**
- 🔊 **Vendredi 12/12 16h-18h : Aide aux devoirs pour collégiens**
- 🔊 **Samedi 13/11 11h-12h : Brunch'storming**
- 🔊 **Samedi 13/12 14h30-16h00 : Le Cercle de Coaching**
- 🔊 **Samedi 13/12 16h-17h30 : Création de photophore de Noël à la découpe laser**
- 🔊 **Mardi 16/12 14h-16h : Atelier Pro : Comment créer une newsletter sur un logiciel spécifique** 
- 🔊 **Mercredi 17/12 14h30-16h30 : Le club des p'tits bricolouts "services secrets"!** 
- 🔊 **Jeudi 18/12 10h-12h : "Permaculture, une philosophie du prendre soin"**
- 🔊 **Jeudi 18/12 10h30 11h30 : Yoga sur Chaise pour Séniors**
- 🔊 **Vendredi 19/12 16h-17h30 : Flocage sur tissu avec une découpe vinyle**
- 🔊 **Samedi 20/12 11h-12h : Permanence Soudicy et Vitavrac**
- 🔊 **Samedi 20/12 13h-15h : Atelier tricot pour petits et grands !**
- 🔊 **Samedi 20/12 15h-18h : Fin d'après-midi jeux de société**
- 🔊 **Samedi 20/12 18h-20h : Soirée retro gaming**



# Qu'est-ce qu'on trouve au Mazier ?



LE MAZIER C'EST **UN TIERS-LIEU**, CAFÉ ASSOCIATIF OÙ TU PEUX PASSER BOIRE UN CAFÉ, UN THÉ, UNE TISANE, UN JUS DE FRUIT FRAIS BIO OU ENCORE DÉGUSTER UNE PART DE GÂTEAU FAIT-MAISON, DISCUTER, ÉCHANGER...



AU MAZIER, IL Y A DES **CONSEILLÈRES NUMÉRIQUES** À VOTRE ÉCOUTE : PRISE EN MAIN DE VOS APPAREILS, TÉLÉPHONE, ORDI, TABLETTE... ET AIDE AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES EN LIGNE.



ON Y TROUVE DES **OUTILS NUMÉRIQUES** ET BUREAUTIQUES

*Ordinateur, imprimante, photocopieuse, plastifieuse, relieuse, vidéoprojecteur, visioconférence...*

IL Y A DES ESPACES DE TRAVAIL, **DE COWORKING**, POUR TRAVAILLER SUR UN PC AVEC UNE SUPER CONNEXION POUR UNE HEURE, UN JOUR, UN MOIS... DANS LE CAFÉ ASSOCIATIF OU AU CALME À L'ÉTAGE TU PEUX AUSSI LOUER DES LOCAUX, DES SALLES DE RÉUNION...

MAIS AUSSI UN **FABLAB** (LABORATOIRE DE FABRICATION) OÙ TU PEUX VENIR BRICOLER, FABRIQUER, INVENTER, MONTER UN PROJET...

*imprimante 3D, défonceuse numérique, découpe laser, vinyle, fraiseuse, thermoformeuse... réparation informatique et atelier faire-maker*



LE MAZIER C'EST UN LIEU OÙ TU PEUX **FAIRE RÉPARER TON TÉLÉPHONE OU TON ORDINATEUR**, OU ENCORE LE FAIRE ÉVOLUER POUR QU'IL SOIT PLUS PERFORMANT, OU MIEUX : APPRENDRE À LE RÉPARER TOI MÊME !

AU MAZIER VOUS POUVEZ RENCONTRER DES **ENTREPRENEUR·ES**, FAIRE DU RÉSEAU, OU ÊTRE ACCOMPAGNÉ, SUIVRE DES FORMATIONS POUR VOTRE ENTREPRISE OU VOTRE ASSOCIATION

*carte de visite, flyer, supports de communication, logiciel de facturation, tableur Excel, etc.*



## Venez nous rencontrer !