



**HORAIRES D'ÉTÉ  
DU MARDI AU SAMEDI  
DE 10H À 19H**



SUIVEZ-NOUS...



## JEUDI 02/07 18H-19H30

### **Labo des fourmis vertes**

La transition c'est pour tous·tes et partout ! Avec le Labo des fourmis vertes, viens chercher et viens dire ce que tu ressens quand on parle d'écologie. Le labo c'est un espace pour parler écologie ensemble et trouver des pistes d'action qui nous motivent.

Nous allons organiser un événement festif au mois de septembre pour sensibiliser le plus grand nombre, si tu es partant·e pour nous aider tu es le·a bienvenu·e !

 *Pas d'inscription*

 *Gratuit*

## SAMEDI 04/07 16H-17H30

### **Initiation à la langue chinoise avec une professeure diplômée de chinois.**

Vous êtes attiré·e par les langues orientales et la culture chinoise en particulier ? Le Mazier organise un atelier d'initiation au mandarin pour les curieux·ses. Inscrivez-vous sans hésiter !

 *Inscription obligatoire*

 *Participation libre et consciente*

## SAMEDI 04/07 14H-16H30

### **Jeux d'échecs avec Noé**

Viens apprendre à jouer aux échecs, ou perfectionner ta technique. Quel que soit ton niveau, si tu aimes les échecs tu es le·a bienvenu·e !

 *Inscription souhaitée*

 *Gratuit*



## MARDI 07/07 9H-12H

### **Les Mazes: Réseau de 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. Ce rendez-vous mensuel sera suivi d'un repas partagé pour marquer le début de l'été !

Tous les premiers mardis de chaque mois (sauf mois d'août)

 *Pas d'inscription*

 *Gratuit*

## MARDI 07/07 18H00-19H30

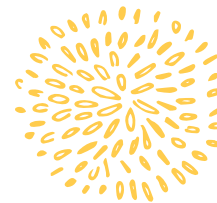
### **Concert de la Chorale BABAYAGA**

La Chorale féministe de Montluçon nous fait le plaisir de sa venue le mardi 7 juillet à 18h au Mazier. On vous attend nombreux·ses !

 *Pas d'inscription*

 *Prix libre et conscient au chapeau*





## MARDI 07/07 14H30-15H30

### Yoga séniors sur chaises

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. Les exercices sont toujours adaptés aux capacités des participant·es. Tous les niveaux sont les bienvenus.

Nombre de participants : minimum 5 personnes

Contactez Sofia : [sourcesofia@gmail.com](mailto:sourcesofia@gmail.com) ou 06 85 27 04 12 pour + d'informations et inscription

 17 *Inscription souhaitée*

 *Participation 14€ par séance*

## MERCREDI 08/07 10H-12H

### Et ta mémoire elle en dit quoi ?

Tu penses avoir une mauvaise mémoire ? Et si ce n'était pas toi... mais ta méthode ?

Et si tu pouvais retenir ta liste de courses sans la regarder ? Te souvenir d'un numéro de téléphone, d'une liste, d'un sigle, ou même des départements sans effort ?

Ici, tu comprends, tu pratiques, tu retiens : un atelier concret pour faire de ta mémoire un véritable levier au quotidien.

Pour tous·tes : étudiants, adultes, parents

 17 *Inscription obligatoire – places limitées*

 *Participation libre à partir de 15 €*



## JEUDI 09/07 14H30-15H30

### Yoga séniors sur chaises

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. Les exercices sont toujours adaptés aux capacités des participant·es. Tous les niveaux sont les bienvenus.

Nombre de participants : minimum 5 personnes

Contactez Sofia : [sourcesofia@gmail.com](mailto:sourcesofia@gmail.com) ou 06 85 27 04 12 pour + d'informations et inscription

 17 *Inscription souhaitée*

 *Participation 14€ par séance*

## VENDREDI 10/07 17H-19H

### Le CCCP (Club Couture, Crochet et Petassage)

Vous aimez les aiguilles et le crochet ? Vous avez des ouvrages à réparer et vous ne savez pas comment vous y prendre pour les rapetasser (comme on dit en patois bourbonnais) ? Vous avez envie de vous lancer dans des projets créatifs en chouette compagnie ? Laïla et Martine seront là pour vous guider.

Tous les vendredis

 17 *Sans inscription*

 *Gratuit si vous venez avec votre matériel, une participation vous sera demandée si vous utilisez le matériel du Mazier*





## SAMEDI 11/07 10H-12H

### Atelier “Lire mieux”

Un atelier utile aujourd’hui. Essentiel pour demain. Tu lis... mais lis-tu vraiment bien ?

Avec les techniques apprises lors de cet atelier tu pourras mieux lire, rester concentré·e plus longtemps, soulager ta charge mentale et gagner du temps. Pas besoin d’être un “bon lecteur”.

Pour tous·tes : étudiants, adultes, parents

 *Inscription obligatoire – places limitées*

 *Participation libre à partir de 15 €*

## SAMEDI 11/07 11H-12H

### Brunchstorming

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

Tous les mois - idées folles acceptées ;-)

 *Pas d’inscription*  *Gratuit*

## SAMEDI 11/07 14H-16H

### Atelier “Croyances limitantes”

Et si ce qui te freine n’était pas la réalité... mais une croyance limitante ?

Tu veux avancer, mais quelque chose revient toujours : le doute, le manque de temps, la peur de ne pas être capable. Delphine te propose un atelier concret pour mettre en lumière ce qui te bloque, comprendre tes mécanismes et repartir avec plus de clarté, plus de confiance, plus d’élan.

Pour tous·tes : étudiants, adultes, parents

 *Inscription obligatoire – places limitées*

 *Participation libre à partir de 15 €*

## SAMEDI 11/07 16H-18H

### Création collective autour d’un court métrage

Nous recherchons des personnes intéressées pour réaliser un court-métrage afin de sensibiliser notre territoire sur un sujet de société (écologie, alimentation durable, démocratie, lutte contre le sexisme, l’homophobie, le racisme...). Sur plusieurs séances nous réaliserons un court métrage. En travaillant sur toutes les étapes : message, scénario, storyboard, tournage, montage, diffusion... tout en s’amusant.

 *Inscription souhaitée*  *Prix libre et conscient*





## SAMEDI 11/07 14H30-15H30

### **Brisons le tabou des directives anticipées !**

Les directives anticipées nous concernent tous et toutes ! Cet atelier, animé par Céline Pieters, formée à l'accompagnement en fin de vie, vous permettra de comprendre l'importance de ce sujet, de poser vos questions, et de vous projeter dans des scénarios concrets.



*Inscription souhaitée 💰 Prix libre et conscient*



## MERCREDI 15/07 14H30-17H30

### **Mini stage soudure et sculpture électronique**

Viens créer une mini éolienne lumineuse avec Laïla et Electrololo. Entraîne-toi à la soudure et à la programmation et repars avec une mini éolienne pour illuminer tes soirées d'été !



*Inscription obligatoire (max 5 inscrit·es)*



*Participation libre et consciente (coût du matériel évalué à 15€)*



## VENDREDI 17/07 17H-19H

### **le CCCP (Club Couture, Crochet et Petassage)**

Vous aimez les aiguilles et le crochet ? Vous avez des ouvrages à réparer et vous ne savez pas comment vous y prendre pour les réparer (les rapetasser comme on dit en patois bourbonnais) ? Vous avez envie de vous lancer dans des projets créatifs en chouette compagnie ? Laïla et Martine seront là pour vous guider. Tous les vendredis



*Sans inscription*



*Gratuit si vous venez avec votre matériel, une participation vous sera demandée si vous utilisez le matériel du Mazier*

## SAMEDI 18/07 16H-17H00

### **Atelier “Dépiste et déjoue les arnaques en ligne !”**

Nous sommes de plus en plus submergés par des mails, des messages, des appels... Difficile de distinguer le vrai du faux... Venez échanger avec Laïla, conseillère numérique au Mazier pour vous protéger au mieux face aux cyber arnaques!



*Inscription souhaitée*



*Participation libre*





SUIVEZ-NOUS...

## MARDI 21/07 10H30-11H30

### **Brisons le tabou des directives anticipées !**

Les directives anticipées nous concernent tous et toutes ! Cet atelier, animé par Céline Pieters, formée à l'accompagnement en fin de vie, vous permettra de comprendre l'importance de ce sujet, de poser vos questions, et de vous projeter dans des scénarios concrets.

 *Inscription souhaitée*

 *Prix libre et conscient*

## MARDI 21/07 18H-19H30

### **Atelier de pensée systémique**

Et si nous avons besoin aujourd'hui de penser autrement ? Comment comprendre et aborder nos difficultés d'aujourd'hui si, comme le disait Albert Einstein : «On ne peut pas résoudre un problème avec la même forme de pensée que celle qui l'a créée ?»

Échanges sur les apports de la pensée systémique et de la psychologie transpersonnelle pour un mieux-être ensemble, avec Albino Amato, Docteur en Psychologie et intervenant/formateur en Approche Systémique Humaniste.

 *Inscription souhaitée*

 *Gratuit*



## MERCREDI 22/07 10H-12H

### **Et ta mémoire elle en dit quoi ?**

Tu penses avoir une mauvaise mémoire ? Et si ce n'était pas toi... mais ta méthode ?

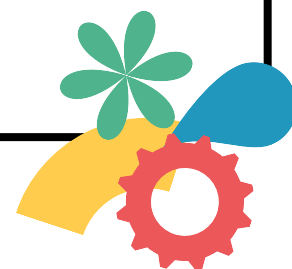
Et si tu pouvais retenir ta liste de courses sans la regarder ? Te souvenir d'un numéro de téléphone, d'une liste, d'un sigle, ou même des départements sans effort ?

Ici, tu comprends, tu pratiques, tu retiens : un atelier concret pour faire de ta mémoire un véritable levier au quotidien.

Pour tous·tes : étudiants, adultes, parents

 *Inscription obligatoire – places limitées*

 *Participation libre à partir de 15 €*





## MERCREDI 22/07 14H-16H

### Atelier “Lire mieux”

Un atelier utile aujourd’hui. Essentiel pour demain. Tu lis... mais lis-tu vraiment bien ?

Avec les techniques apprises lors de cet atelier tu pourras mieux lire, rester concentré·e plus longtemps, soulager ta charge mentale et gagner du temps. Pas besoin d’être un “bon lecteur”.

Pour tous·tes : étudiants, adultes, parents

 *Inscription obligatoire – places limitées*

 *Participation libre à partir de 15 €*

## JEUDI 23/07 18H-19H30

### Le labo des fourmis vertes

La transition c’est pour tous·tes et partout ! Avec le Labo des fourmis vertes, viens chercher et viens dire ce que tu ressens quand on parle d’écologie. Le labo c’est un espace pour parler écologie ensemble et trouver des pistes d’action qui nous motivent.

Nous allons organiser un événement festif au mois de septembre pour sensibiliser le plus grand nombre, si tu es partant·e pour nous aider tu es le·a bienvenu·es !

 *Pas d’inscription*

 *Gratuit*



## VENDREDI 24/07 17H-19H

### le CCCP (Club Couture, Crochet et Petassage)

Vous aimez les aiguilles et le crochet ? Vous avez des ouvrages à réparer et vous ne savez pas comment vous y prendre pour les réparer (les rapetasser comme on dit en patois bourbonnais) ? Vous avez envie de vous lancer dans des projets créatifs en chouette compagnie ? Laïla et Martine seront là pour vous guider.

Tous les vendredis

 *Sans inscription*

 *Gratuit si vous venez avec votre matériel, une participation vous sera demandée si vous utilisez le matériel du Mazier*

## VENDREDI 24/07 19H-20H

### La légende de Siddhârtha

Il sera soit un très grand roi soit le plus éminent des sages. Telles étaient les prédictions des astrologues avant même sa naissance. Et pourtant, une nuit, le jeune prince Siddhârtha quitte son palais, sa femme, son enfant, bien décidé à trouver le remède aux maux dont souffrent les êtres.

Un récit légendé de la vie du Bouddha.

 *Sans inscription*

 *Prix libre et conscient*





## SAMEDI 25/07 14H30-16H

### Cours de dessin animalier : La Fabrique des animaux 1

Initiation au dessin animalier par la couleur ou se lancer dans le dessin par le biais des animaux et s'interroger sur pourquoi les dessiner encore et toujours aujourd'hui ?

Atelier à destination des adultes et ados proposé par l'artiste plasticienne Virginie Oudjane.

 *Inscription recommandée pour chacun des ateliers*

 15€ pour l'atelier d'1h30 (matériel fourni)



## MERCREDI 29/07 14H30-16H

### Cours de dessin animalier : La Fabrique des animaux 2

Initiation au dessin animalier par la couleur ou se lancer dans le dessin par le biais des animaux et s'interroger sur pourquoi les dessiner encore et toujours aujourd'hui ?

Atelier à destination des adultes et ados proposé par l'artiste plasticienne Virginie Oudjane.

 *Inscription recommandée pour chacun des ateliers*

 15€ pour l'atelier d'1h30 (matériel fourni)



## MERCREDI 29/07 14H-16H

### Atelier "Croyances limitantes"

Et si ce qui te freine n'était pas la réalité... mais une croyance limitante ?

Tu veux avancer, mais quelque chose revient toujours : le doute, le manque de temps, la peur de ne pas être capable. Delphine te propose un atelier concret pour mettre en lumière ce qui te bloque, comprendre tes mécanismes et repartir avec plus de clarté, plus de confiance, plus d'élan.

Pour tous.tes : étudiants, adultes, parents

 *Inscription obligatoire – places limitées*

 Participation libre à partir de 15 €

## MERCREDI 29/07 10H-12H

### Atelier "Lire mieux"

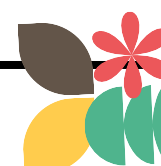
Un atelier utile aujourd'hui. Essentiel pour demain. Tu lis... mais lis-tu vraiment bien ?

Avec les techniques apprises lors de cet atelier tu pourras mieux lire, rester concentré·e plus longtemps, soulager ta charge mentale et gagner du temps. Pas besoin d'être un "bon lecteur".

Pour tous.tes : étudiants, adultes, parents

 *Inscription obligatoire – places limitées*

 Participation libre à partir de 15 €





VENDREDI 31/07 17H-19H

## le CCCP (Club Couture, Crochet et Petassage)

Vous aimez les aiguilles et le crochet ? Vous avez des ouvrages à réparer et vous ne savez pas comment vous y prendre pour les réparer (les rapetasser comme on dit en patois bourbonnais) ? Vous avez envie de vous lancer dans des projets créatifs en chouette compagnie ? Laïla et Martine seront là pour vous guider.

Tous les vendredis

 Sans inscription

 Gratuit si vous venez avec votre matériel, une participation vous sera demandée si vous utilisez le matériel du Mazier

## La nouvelle charte graphique du Mazier et le nouveau code couleur des ateliers

Transition juste

Numérique

FABLAB et  
bricolage

Culture et  
loisirs

Atelier Pro

Bien être et  
développement

## Le jus du jour est de retour !



A tout moment de la journée, venez au Mazier déguster un jus du jour frais et bio, une boisson fraîche ou une boisson chaude !



## Horaires d'été

Le Mazier est ouvert du mardi au vendredi de 10h à 19h

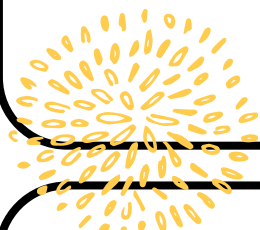




- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 🔊 Jeudi 02/07 18h-19h30 : Labo des fourmis vertes
  - 🔊 Samedi 04/07 16h-17h30 : Initiation à la langue chinoise
  - 🔊 Samedi 04/07 14h-16h30 : Jeux d'échecs avec Noé
  - 🔊 Mardi 07/07 9h-12h : Les Mazes : Réseau de femmes entrepreneures
  - 🔊 MARDI 07/07 18h-19h30 : Concert de la Chorale BABAYAGA
  - 🔊 Mardi 07/07 14h30-15h30 : Yoga séniors sur chaises
  - 🔊 Mercredi 08/07 10h-12h : Et ta mémoire elle en dit quoi ?
  - 🔊 Jeudi 09/07 14h30-15h30 : Yoga séniors sur chaises
  - 🔊 Vendredi 10/07 17h-19h : Le CCCP (Club Couture, Crochet et Petassage)
  - 🔊 Samedi 11/07 10h-12h : Atelier "Lire mieux"
  - 🔊 Samedi 11/07 11h-12h : Brunchstorming
  - 🔊 Samedi 11/07 14h-16h : Atelier "Croyances limitantes"
  - 🔊 Samedi 11/07 16h-18h : Création collective autour d'un court métrage
  - 🔊 Samedi 11/07 14h30-15h30 : Brisons le tabou des directives anticipées !
  - 🔊 Mercredi 15/07 14h30-17h30 : Mini stage soudure et sculpture électronique
  - 🔊 Vendredi 17/07 17h 19h : Le CCCP (Club Couture, Crochet et Petassage)
  - 🔊 Samedi 18/07 16h-17h : Atelier "Dépiste et déjoue les arnaques en ligne !
  - 🔊 Mardi 21/07 10h30-11h30 : Brisons le tabou des directives anticipées !
  - 🔊 Mardi 21/07 18h-19h30 : Atelier de pensée systémique
  - 🔊 Mercredi 22/07 10h-12h : Et ta mémoire elle dit quoi ?
  - 🔊 Mercredi 22/07 14h-16h : Atelier "Lire mieux"
  - 🔊 Jeudi 23/07 18h-19h30 : Le labo des fourmis vertes
  - 🔊 Vendredi 24/07 17h-19h : Le CCCP (Club Couture, Crochet et Petassage )
  - 🔊 Vendredi 24/07 19h-20h : La légende de Siddhârtha
  - 🔊 Samedi 25/07 14h30-16h : Cours de dessin animalier : La Fabrique des animaux 1
  - 🔊 Mercredi 29/07 14h30-16h : Cours de dessin animalier : La Fabrique des animaux 2
  - 🔊 Mercredi 29/07 14h-16h : Atelier "Croyances limitantes"
  - 🔊 Mercredi 29/07 10h-12h : Atelier "Lire mieux"
  - 🔊 Vendredi 31/07 17h-19h : Le CCCP (Club Couture, Crochet et Petassage )



# 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 !