

# LES OISEAUX DE LA TEMPÊTE

## JUILLET et AOÛT 2023

Le bleu  
c'est pour juillet

Le jaune  
c'est pour août



LOCAUX AUTOGÉRÉS  
à FOUGÈRES

Le P'tit Local : 14 rue de la Pinterie  
L'Atelier : 5 place Edmond Herbert

contact@oizos.fr www.oizos.fr 07 49 70 17 47

25  
26  
27

### Stage de clown - « jouer a soi meme »

VENDREDI 25 de 18h à 21h - SAMEDI 26 de 10h à 18h\* - DIMANCHE 27 de 10h à 18h\*

**Le travail est axé sur la reconnexion aux émotions, à la conscience du corps et au lâcher prise. Nous irons vers un clown sensible à l'écoute de soi.**

Etre ici et maintenant avec ses émotions réelles pour aller à la rencontre de son clown!

Accueillir, accepter, explorer, expérimenter, découvrir, transcender, jouir, surpasser ses multiples facettes!  
Se laisser guider par ses envies et ses émotions dans le plaisir et sans contraintes! Cesser de penser, lâcher le cerveau, se laisser surprendre!

Le clown retrouve le goût du moment présent et la liberté d'exprimer sans limites tout ce qu'il veut et ce qu'il est; de la jubilation à la fureur, de la tristesse au désir...

LAETITIA PIETKA

Je pratique le clown depuis plusieurs années ! je me suis formée au grès des stages auxquels j'ai participé avec des formateurs ayant des visions et des pratiques diverses du clown (Carlos Bustamente, Maria Cavaretta, Romain Yvos, Stephanie Constantin, Eric Zobel, Yann Terrien, etc...). En plus d'une pratique hebdomadaire notamment avec la prima porta et de la création d'ateliers autogérés à Lille et Bruxelles. De toutes ces expériences, j'ai pioché et développé un cheminement pour toucher du doigt un clown sensible au plus proche de soi!

Aucune expérience n'est requise pour participer à cet atelier

8 participants maximum

INSCRIPTION OBLIGATOIRE, la présence des participants est indispensable les 3 jours

PRIX LIBRE (prix conseillé entre 50 et 150 euros)

contact et inscription :

Laetitia PIETKA : 0679379717

ciefaitcaici@gmail.com

\* la popote des repas de midi est assurée par les Oiseaux

# AU P'TIT LOCAL

14 rue de la Pinterie, Fougères



1  
15  
29

## Entraide Couture

SAMEDI, 18h00

Réparation, production originale, les récuys de tissu sont les bienvenues !

## À vos couteaux

### Cantine Populaire

TOUS LES MARDIS, 18h

On cuisine ensemble, on partage le repas vers 20h et on digère dans la bonne humeur !

### Distrib' Alimentaire

TOUS LES SAMEDIS, 13h30-15h

On se retrouve pour partager les récuys des derniers jours : prix libre !

Le bleu  
c'est pour juillet

Le jaune  
c'est pour août

## Informatique

TOUS LES MERCREDIS à 17h (sauf le 12 et le 19 juillet)

On répare, on code, on apprend les un.e.s des autres et on boit du café... ou pas ^^

L'occasion aussi de s'approprier les outils numériques de l'association ;)

2  
6

## Rap et écriture

DIMANCHES, 14h

Viens poser ta plume et ton flow !

## On s'organise !

1  
15

### Perm' CHOM' PRÉC'

SAMEDIS, 14h-16h

Permanences pour s'entraider face aux problèmes administratifs (CAF, Pôle Emploi,...) ou de droit.

On peut aussi proposer des sessions d'apprentissage de Français Langue Etrangère.

5  
19

21

### Soirée LGBT

VENDREDI, 20h30

Soirée pour échanger et partager avant les vacances !

# HORS LES MURS

## Groupe Féministe de Fougères

Chorale Féministe autour de chants engagés. Un moment de musique dans la convivialité et la bienveillance. Plus d'infos en nous écrivant à [grouffeministefougères@laposte.net](mailto:grouffeministefougères@laposte.net) ou via MP sur FB

29

## Sorties - Covoiturages

SAMEDI, 9h30

Sortie à Terra Botanica, 29 juillet  
Plage de Saint Malo les 5 et 20 août  
Départ de l'atelier.

5  
19

# À L'ATELIER

5 Place Edmond Herbert, Fougères

## Librairie

TOUS LES SAMEDIS de 16h à 18h (sauf 12 et 19 août)  
Vous pouvez aussi passer commande à [contact@oizos.fr](mailto:contact@oizos.fr)

## On s'organise !

### 12 Crip café

MERCREDI, 20h

travailleur-euses handies surexploité-es : la réforme de Pôle emploi en France travail va aussi fortement impacter les personnes handies. Informons-nous et mobilisons-nous contre ! En présence de la CGT précaires et chômeur-euses de Fougères

16

### Assemblée Générale

DIMANCHE, 14h

Temps démocratique mensuel : nouvelles activités, compte rendu des commissions, bilan sur les mandats et les locaux.

20

9

### Atelier Jingle Radio des Oiseaux

DIMANCHE, 15h30

10

### Echange avec les militants allemands d'IDK

LUNDI, organisé par l'UCL. heure et lieu à venir.  
Plus d'infos en écrivant sur : [ucl-fougères@communisteslibertaires.org](mailto:ucl-fougères@communisteslibertaires.org)

30

### Radio des Oiseaux

DIMANCHE, 14h

On se retrouve pour ressortir des cartons nos ambitions de radio fougéraise !

6

### Acroyoga

JEUDI à 17h45

On joue, on bouge, on fait du sport avec nos corps !

30

### L'Atelier aux enfants

MERCREDI à 14h

pour en profiter comme on veut : jouer, rigoler, chanter, courir, s'extasier, dormir..

## Ateliers artistiques

5

### Chorale Libertaire

MERCREDI, 20h15

De la joie, des instruments et des chansons !

9

### Atelier calligraphie

DIMANCHE, 10h