

NOVEMBRE 2023

AGENDA DU BOCAL

LES RENDEZ- VOUS RÉGULIERS DU BOCAL

LES LUNDIS : CHORALE à partir de 18h15 / Mixte

Nous sommes une chorale qui commence tout juste à se monter. Nous chantons pour faire porter nos voix en manif et s'amuser. Nous souhaitons que ce groupe soit dans une dynamique d'autogestion. Le rôle de chef-fe de chœur tourne et chacun-e de nous peut proposer des chansons qu'il a envie de chanter, pour l'instant principalement féministes, anticapitalistes, antirépression et LGBTQ+.

Tous les premiers lundis du mois, c'est la session d'accueil pour les nouveaux.

pour les questions, contactez
hardcor.al.rennes@framalists.org

> RDV Lundi 6 / Lundi 13 / Lundi
20 et lundi 27 Novembre

LES MARDIS : BOCAL À VÉLO de 16h à 19h / Atelier ouvert à toute personne queer, lesbienne, pédé, bi, trans, intersexe, meuf, minorisé.e du genre, féministe.

Venez réparer votre vélo, échanger et/ou apprendre des techniques et savoirs faire mécaniques afin de gagner en autonomie. L'entrée du Bocal à Vélo est au sous sol du Bocal, en bas de la rampe face au boulevard Léon Grimault. Pièces et participations à prix libre.

> RDV Mardi 7, Mardi 14, Mardi
21 et Mardi 28 Novembre.

LES MERCREDIS : SPORT de 19h30 à 20h45 / Mixte « Strong & Movement »

Ce cours est imaginé pour améliorer notre liberté de mouvement, pour déverrouiller et renforcer le corps et nos chères articulations, pour se sentir plus fort.es dans nos activités quotidienne. Renforcement musculaire, mobilité, gainage et locomotion au programme : ça va être ludique et adapté aux débutant-es comme aux personnes sportives (je veille à adapter l'intensité, les mouvements et postures) le tout sur une bonne playlist. **Matériel à prévoir** : un tapis de sol, de l'eau et une tenue confortable :) Les séances sont proposées à **prix libre**. **Prix indicatif 5€ /séance** (je me suis basée sur les tarifs suivants : une inscription pour un cours collectif en association/maison de quartier coûte en moyenne 20/25 € par mois et un cours en studio coûte en moyenne 45/50 €/mois.)

Si tu as des questions contacte moi
au 06 72 10 51 40

> Mercredi 1er / Mercredi 8 /
Mercredi 15 / Mercredi 22 et
Mercredi 29 Novembre

LE 2E MERCREDI DU MOIS : PERM' DE LA BIBLI QUEER & FÉMINISTE de 15h à 18h30 / Mixte

Une permanence pour découvrir la bibli du bocal et ses nouvelles acquisitions, rendre des livres ou boire un thé, discuter ! Pour plus d'infos et être tenu-e au courant vous pouvez envoyer un mail à [biblifeministerennes@riseup.net](mailto:biblifederennes@riseup.net)

> RDV Mercredi 8 Novembre

lebocalfeministe@netcourrier.com
[@lebocalqueerfeministe](https://www.instagram.com/lebocalqueerfeministe)

2 allée de finlande, 35200 Rennes
métro ligne A arrêt le Blosne
bus ligne 12 arrêt Pologne

local accessible PMR

LES RENDEZ-VOUS PONCTUELS DU MOIS DE NOVEMBRE

JEUDI 2 : PROJECTION BALLROOM

à 18h30, ouvert à toutes (mais si vous ne faites pas partie de la ballroom scene de Rennes envoyez-moi un mail d'abord)

Projection du dernier ball qui a eu lieu à Paris (The Halloween party ball II). On fera une pause entre chaque catégorie pour pouvoir débriefer, poser des questions, discuter autour de la catégorie, etc.

contact : loly@gendertrouble.org

VENDREDI 3 : SOIRÉE LESBIENNE

de 19h à 22 / en mixité choisie lesbienne/bi/pan/gouine

On se retrouve pour le Lesbian Queerdom, une soirée Lesbienne mensuelle ! On fera des jeux brise-glace pour accueillir les nouvelle-ux et après ça sera au fil de nos/vos envies. Cette fois-ci, on vous propose de ramener vos jeux de société préférés et ceux qui le souhaitent pourront jouer dans la bibliothèque ! Sinon ça sera juste l'occasion de se rencontrer et de papoter ! Si tu as envie tu peux ramener à boire ou grignoter et/ou quelques sous pour soutenir le Bocal !

Hésites pas à nous écrire à lesbianqueerdom@protonmail.com si tu veux nous contacter et/ou lire notre charte :)

VENDREDI 10 : DISCUSSION FÉMINISME ANTI-CARCÉRAL de 17h30 à 21h

Pour ce 3ème atelier d'un cycle sur la justice transformatrice, on va s'intéresser au féminisme anticarcéral avec la FRAP (Front Révolutionnaire Antipatriarcal). On commencera par un temps de discussion sur le féminismes carcéral et anticarcéral, avec un extrait de *Pour elles toutes* de Gwenola Ricordeau. Dans un second temps on utilisera le théâtre forum pour essayer de trouver des pistes de réactions et réponses qu'on pourrait adresser face à une situation concrète.

Accueil dès 17h30 pour boire un truc, discuter, regarder un peu nos brochures. La session commencera à 18h puis on fera une pause de 19h10 à 19h30 pour grignoter et s'aérer avant la suite. C'est possible de nous rejoindre à ce moment là. On clôturera par un bilan à 20h45 pour terminer vers 21h. On prévoira à manger, à boire et des brochures alors n'hésitez pas à amener du **prix libre**.

DIMANCHE 12 : LA DINETTE DES TANTES

de 17h à 21h / mixité choisie entre pd, bi.es, personnes en questionnement (sans meufs cis), meufs trans, personnes transfem bienvenues !

Chaque mois on te propose un petit temps chill entre pédales, bi.es, en questionnement... On te propose tout simplement un temps tranquille du dimanche avec de quoi faire des jeux, lire les fanzines ou bouquins de la bibli, aborder un sujet sur lequel tu veux échanger, se filer des ressources diverses, écouter une émission de radio et/ou podcast ou encore profiter d'un accueil chaleureux et d'une écoute attentive. Viens quand tu veux et comme tu veux pour partager ton vegan cake et sa recette, ton thé glacé

préféré ou encore ta bière favorite de l'épicerie près d'chez toi. **Ce temps est en autogestion, gratuit ou à prix libre, avec accès PMR et sans inscription !** Info/contact : dinetedestantes@protonmail.com

MARDI 14 : RÉUNION DES ARCHIVES TPGBI

à 18h30 / mixité choisie queer

Quatrième réunion du lancement de projet des Archives TransPédéGouine. N'hésitez pas à ramener quelques chose à manger ou boire. Étant accueillie-es par le Bocal Féministe, une caisse en prix libre circulera pour aider le lieu à continuer d'exister. Info/contact : archivestpgbi@proton.me

VENDREDI 17 : CANTINE DU BOCAL

à partir de 19h / Mixte

Pour partager un repas à **prix libre** au bocal dans une ambiance conviviale ! Tu veux rejoindre l'équipe cuisine pour une aprem (ou pour la vie?) tu peux nous écrire ici : la-soculente@riseup.net

SAMEDI 18 : LINOGRAVURE à partir de 14h / mixité choisie entre queeros, meccis bienvenus !

Leni et Bebey vous invitent à participer à un atelier de linogravure au Bocal Féministe ! Que vous soyez débutant.es, curieux.ses, ou amateurices de lino, vous êtes les bienvenu.es ! **L'atelier est gratuit**, mais nécessitera peut-être des achats de votre côté. Nous pourrons vous conseiller au besoin. Nous avons du matériel à disposition (encre, feuilles,..) si vous avez déjà du matériel de lino n'hésitez pas à le prendre. Vous pourrez graver directement des dessins que vous aurez déjà apporté ou bien prendre un temps pour dessiner sur place. Inscription via @bebey.atelier.queer ou [@hyper_artif](https://www.instagram.com/hyper_artif)

**DIMANCHE 19 : CINÉ-CLUB
TRANSFEM : LA VENENO
de 17h30 à 22h / Mixité choisie
entre personnes transfem et en
questionnement**

On te propose un temps entre nous pour regarder la série Veneno entre personnes concernées par l'histoire. Veneno raconte l'histoire de La Veneno, une personnalité trans espagnole ayant vécu des années 60 jusqu'à 2016. Les thématiques représentées peuvent être difficiles, mais nous serons là pour en discuter. Ce temps ne sera pas suffisant pour regarder toute la série, c'est pourquoi on essaiera de se fixer une nouvelle date pour regarder la suite ensemble.

Série en VO espagnole sous-titrée français, épisodes de 50 minutes (8 au total). Il est possible de récupérer les épisodes si tu ramènes une clé USB, un disque-dur ou tes 50 disquettes !

**MARDI 21: AG DU BOCAL
à 18h30**

Une réunion de gestion pour organiser le mois suivant, mais aussi pour proposer des envies, des projets, rejoindre le groupe d'orga, etc. **L'AG est en 2 temps** : le premier temps est destiné à l'accueil et à faire l'agenda, et est ouvert à tout le monde. Ensuite, on fait une pause puis on reprend avec un temps d'organisation interne, en non-mixité meufs, trans, pédés, bi.e.s, gouines. Les personnes en questionnement sont les bienvenues.

**JEUDI 23 : LECTURE PARTAGÉE
- POÈMES QUEERS
de 19h à 21h / Mixte**

On a envie de proposer un temps de lecture à voix haute consacré à la poésie queer. On rapporte quelques textes pour l'occasion, chacun-e peut y contribuer en amenant des livres. C'est possible de venir pour écouter,

pour lire à voix haute, pour partager un texte ou encore pour faire une sieste. On se retrouve à 19h (durée ± 1h30) avec de quoi grignoter. Ce sera aussi l'occasion de réfléchir aux prochains livres, thèmes ou genres d'ouvrages qu'on aimerait lire et entendre !

**VENDREDI 24 : FAISONS UN
ZINE ! avec les Dramaqueers, à
partir de 18h30 / mixité choisie
entre personnes queers**

Un deuxième atelier de création pour notre zine ! Continuons à créer ensemble notre zine. Toute personne avec un projet artistique (texte, dessin, photo...), qu'il soit personnel ou collectif, est invitée à venir créer avec nous. Contact via @ **les_dramaqueers** (Instagram) ou **lesdramaqueers@proton.me**

**DIMANCHE 26 : CLUB DE
LECTURE DE LA BIBLI
de 15h à 17h30 / En mixité
choisie entre personnes queers
et/ou en questionnement**

Un dimanche par mois l'équipe de la bibli propose temps autour du livre : arpentage, atelier d'écriture, club de lecture... Ce mois-ci, rdv pour papoter et prendre le gouter entouré-es de nos dernières lectures. Contact : **biblifeministerennes@riseup.net**

**ET ATELIER THÉÂTRE avec les
Dramaqueers, à 19h / mixité
choisie entre personnes queers**

L'idée est de créer un spectacle ou des petites formes scéniques queers ! À voir ensemble, on pense aussi bien partir de textes, que de parler de bouts de nos vécus à partir d'échanges ou d'impro. **Débutant.es bienvenu.es** Ok de venir à une séance pour voir Contact : @ **les_dramaqueers** (insta) ou **lesdramaqueers@proton.me**

À L'ESPACE SOIN DU BOCAL

TCSB

La Thérapie Crânio-Sacrée Biodynamique (TCSB) est une méthode douce, issue de l'ostéopathie, qui soutient et encourage le corps dans sa tendance naturelle à exprimer la santé et l'équilibre. La praticienne pose ses mains sans manipuler et la personne qui reçoit le soin reste habillée. La TCSB est une approche de soin globale (biodynamique) qui considère la personne dans son ensemble et non à partir de ses symptômes. Elle s'adresse à tout le monde, quelque soit l'âge et la problématique.

Les séances sont à prix libre (qui comprend la gratuité pour les plus précaires mais aussi le troc). Pour prendre rendez-vous ou poser des questions, Malice : bregma@riseup.net (possibilité d'échanger par téléphone/SMS, numéro communiqué par mail)

MASSAGE DÉTENTE

Il s'agit des mouvements circulaires permettant d'optimiser la circulation sanguine et lymphatique. De plus, des pressions sur des points précis du corps sont proposées pour accéder aux tensions musculaires plus profondes.

Massage allongée, accompagnée par les huiles végétales ainsi que des huiles essentielles biologiques pour la détente musculaire et/ou psychique.

Une séance dure autour d'une heure. Elle est à prix conscient à partir de 15€.

Rdv : tahintoprak@gmail.com

THÉRAPIE MANUELLE INFORMATIONNELLE

*Dans la filiation de l'ostéopathie
crânio-sacrée et incluant la
méthode Poyet et la somatopathie*

Cette thérapie manuelle douce et sans danger est indiquée pour tout type de douleur. Je suis certifiée praticienne Méthode Poyet à l'école de techniques informationnelles manuelles et inclusives (etimi-rennes.fr).

Les séances sont à prix libre.

Plus de détails sur la pratique : <https://marianne-etimi-rennes.mystrikingly.com/> et pour toute question ou pour prendre rdv : marianne@gozmail.bzh

NOVEMBRE 2023

AGENDA DU BOCAL

2 allée de finlande, 35200 Rennes
 métro ligne A arrêt le Blossne
 bus ligne 12 arrêt Pologne
 local accessible PMR

		MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		1	2	3	4	5
			PROJECTION BALLROOM / 18H30 /	SOIRÉE LESBIENNE / 19H - 22H /		
LUNDI	MARDI	8	9	10	11	12
6	7	PERM' DE LA BIBLI  / 15H - 18H /		DISCUSSION FÉMINISME ANTICARCÉRAL / 17H30 - 21H /		DINETTE DES TANTES / 17H - 21H /
						
13	14	15	16	17	18	19
	RÉUNION ARCHIVES TPGBI  / 18H30 /			CANTINE DU BOCAL / 19H /	ATELIER LINOGRAVURE / 14H /	CINÉ-CLUB TRANS-FEM : LA VENENO / 17H30 - 22H /
20	21	22	23	24	25	26
RASSEMBLEMENT TDOR (PLACE DE LA MAIRIE)  / 19H /	AG DU BOCAL  / 18h30 /		LECTURE PARTAGÉE - POÉSIE QUEER / 19h /	FAISONS UN ZINE Dramaqueers / 18h30 /		CLUB DE LECTURE / 15h - 17h30 / ATELIER THÉÂTRE Dramaqueers / 19h
27	28	29	30	lebocalfeministe@netcourrier.com @lebocalqueerfeministe  Chorale / 18h15  Bocal à vélo / 16h - 19h  Sport / 19h30 - 20h45		
						