

# Programme Printemps 2025

21 Mars - 21 Juin



Café écocitoyen  
et tiers-lieu

3 rue de l'Église - 25210 Le Bizot

Avec le soutien de la CCPR et de l'Office de tourisme



Destination  
**PAYS HORLOGER**

# MARS

## DIMANCHE 23 MARS

**13h-17h30 : OSTARA :**

### **Célébrons l'équinoxe de printemps !**

Le printemps émerge et avec lui, une invitation à la joie, au renouveau et à la gratitude envers la nature. Une journée pour vibrer ensemble :

Cercle autour du feu sacré Offrandes aux esprits alliés Méditation & voyage chamanique  
Libération émotionnelle par le chant,  
la danse & la musique.

Un espace de parole bienveillant et sécurisant.  
Tambours chamaniques disponibles sur place  
Rejoignez-nous pour honorer ce passage et nous honorer nous m'aime ! L'événement se déroule en extérieur, au cercle des fées au Bizot - Prix libre ( valeur indicative : 40-60€) - Inscription au plus tard 3 jours avant auprès de Xavier au 06 25 63 58 23 ou par mail [xavierfournier@autourdesoimame.fr](mailto:xavierfournier@autourdesoimame.fr)

## VENDREDI 28 MARS

**18h-20h : AfterWork Nouveaux Habitants**

Vous êtes nouveaux dans le Pays Horloger ?  
Venez rencontrer nouveaux et moins nouveaux  
autour d'un moment convivial !  
Gratuit - Sans Inscription

## VENDREDI 28 MARS

**20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette :  
CONFERENCE/DÉBAT - Alimentation.**

**Animé par Cyril de Terres de Liens**

Terre de Liens publie son 4ème rapport sur l'état des terres agricoles. Présentation et échanges autour de la production d'une alimentation de qualité accessible à tous.

Organisé avec le Réseau  
Finance Solidaire BFC.



## SAMEDI 29 MARS

**16h-17h : Sophrologie**

**pour les enfants de 6 à 10 ans**

À travers le conte et l'imaginaire, les enfants apprendront à se concentrer, se détendre et accueillir leurs sensations, perceptions et émotions. Un moment ludique et bienveillant pour développer leur bien-être intérieur et leur confiance en eux, tout en s'amusant ! Prévoir une petite couverture pour les enfants.

Prix libre - Inscription au plus tard 3 jours avant auprès de Irène au 07 68 80 09 47 ou par mail [irenesavovic@hotmail.fr](mailto:irenesavovic@hotmail.fr)

## SAMEDI 29 MARS

**17h-18h : Initiation à la  
Sophrologie de Caycedo**

Pour ce premier atelier, Irène vous propose une initiation à la sophrologie :

"Accueillir ses sensations, perceptions, ses émotions". Vers une meilleure connaissance.  
Prix libre - Inscription au plus tard 3 jours avant auprès de Irène au 07 68 80 09 47 ou par mail [irenesavovic@hotmail.fr](mailto:irenesavovic@hotmail.fr)

## SAMEDI 29 MARS

**18h-20h : Quelle eau consommer ?**

Jean-Pierre vous accueille afin d'échanger sur l'état actuel de l'eau de consommation. Est-elle de bonne qualité ? Pourquoi la filtrer ? Qu'est-ce que la vitalisation ? L'eau en bouteille? Et le calcaire dans tout ça ?... Récupérer son eau : pluie, forage, puit ? Les différents systèmes connus et moins connus ... Existe-il des solutions? à quel coût ?  
Bienvenue à tous - Prix Libre - Sans Inscription



AVRIL



DIMANCHE 06 AVRIL

**9h30-12h30 : Initiation au chant harmonique et diphonique**

Plongez avec Xavier dans les traditions musicales ancestrales et découvrez l'art du chant diphonique. Cet atelier vous permettra d'explorer les techniques vocales des peuples nomades d'Asie et de produire des sons uniques et envoûtants. Vous apprendrez à maîtriser votre respiration, à développer votre écoute intérieure et à créer des harmonies riches et complexes. Une expérience vocale et spirituelle inoubliable vous attend.

Prix libre ( valeur indicative : 30-50€ )

Inscription au plus tard 3 jours avant auprès de Xavier au 06 25 63 58 23 ou par mail [xavierfournier@autourdesoimaime.fr](mailto:xavierfournier@autourdesoimaime.fr)

**VENDREDI 04 AVRIL**

**20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette : CONCERT - "The Spark"**

The Spark, un groupe de jeunes musiciens au collège créé en 2024 qui sont venus nous montrer leur talent en scène ouverte. Reprises de classiques du rock, les Red Hot ChiliPeppers, Nirvana, Linkin Park, Muse ou AC/DC... Prix Libre - Sans Inscription

**SAMEDI 05 AVRIL**

**10h : Assemblée Générale de L'Éco'lette**

12H: Repas partagé

14h : Moments partagés : discussion, visites de la maison et jardinage !

**SAMEDI 05 AVRIL**

**20h-22h30 : L'Eco'lette fait son Karaoké !**

Préparez vos cordes vocales et votre bonne humeur ! Rejoignez Gaël et l'Eco'lette pour une soirée karaoké endiablée. Ambiance conviviale et répertoire varié garantis.

Venez chanter vos tubes préférés et passer un moment inoubliable ! Gratuit - Sans Inscription

**VENDREDI 11 AVRIL**

**20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette : SCENE OUVERTE**

Osez et profitez du public de l'éco'lette : montez sur scène :

elle est là pour vous, elle vous tend les bras !!!

Musique , poème , chant , théâtre ...

Venez exprimer votre art que vous soyez pro, amateur ou novice, très jeune ou pas !!!

C'est la scène ouverte de l'éco'lette !!

Pour dévoiler vos talents, contactez Karine au 06 36 90 55 47 - Prix Libre - Sans Inscription



## SAMEDI 12 AVRIL

**18h-19h : Conte en musique :**

### "Sur les traces de Merlin l'Enchanteur"

Entre l'île de Grande Bretagne et la forêt de Brocéliande, Merlin l'Enchanteur va sur son chemin et nous emmène avec lui au pays de tous les possibles ... Tout public dès 6 ans.

Prix libre - Sans Inscription



## SAMEDI 12 AVRIL

**21h-22h30 : Conte en musique :**

### "Indomptables et CoeurRageuses!"

Spectacle de récits de vie et musique :

8 femmes, 8 récits de vie de ces Rebelles,

CoeurRageuses et Indomptables qui ont

marqué leur temps et qui nous emmènent entre Bretagne, Japon, Inde, Jura et sur les routes du monde! Tout public dès 12 ans.

Prix libre - Sans Inscription

## VENDREDI 18 AVRIL

### 20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette : JEUX DE SOCIETE

Venez partager une soirée autour des jeux.

Découvrir ou faire découvrir de nouveaux jeux le tout dans l'ambiance de l'Eco'lette.

Gratuit - Sans inscription



## SAMEDI 19 AVRIL

**10h-12h : Relaxation et méditation**

### Pneumacorps

Mylène et Lorent vous proposent de découvrir la relaxation par le relâchement des tensions, par la libération du souffle pour rééquilibrer le corps et l'esprit. Des temps de relaxation, de méditation et d'exercices en conscience intégrative par la méthode PneumaCorps.

(pensez à prendre un tapis de sol et un plaid)

Prix libre (valeur indicative : 10€)

Inscription au plus tard 5 jours avant auprès de

Lorent au 06 19 76 03 42 ou par mail

letenduesouffle@gmail.com

## SAMEDI 19 AVRIL

**16h-17h : Sophrologie**

**pour les enfants de 6 à 10 ans**

À travers le conte et l'imaginaire, les enfants apprendront à se concentrer, se détendre et accueillir leurs sensations, perceptions et émotions. Un moment ludique et bienveillant pour développer leur bien-être intérieur et leur confiance en eux, tout en s'amusant !

Prévoir une petite couverture pour les enfants.

Prix libre - Inscription au plus tard 3 jours avant

auprès d'Irène au 07 68 80 09 47

ou par mail irenasavovic@hotmail.fr

## SAMEDI 19 AVRIL

**17h-18h : Initiation à la  
Sophrologie de Caycedo**

Venez découvrir la sophrologie de Caycedo, une méthode simple et efficace pour accueillir vos sensations, perceptions et émotions en pleine conscience. À travers des exercices de concentration, de relaxation et de respiration, vous apprendrez à mieux vous connaître et à renforcer votre bien-être au quotidien. Thèmes choisis d'un atelier à l'autre. - Prix libre -

Inscription au plus tard 3 jours avant auprès de

Irène au +33 7 68 80 09 47 ou par mail

irenasavovic@hotmail.fr

**VENDREDI 25 AVRIL**

**20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette :  
CONFERENCE : Les Sons Guérisseurs**

Projection du documentaire  
"Les Sons Guérisseurs"

Plongez dans l'univers vibrant de la  
sonothérapie à travers le film réalisé par  
@lesfilmdemaudetanne pour  
@autourdesoimaime.

A la fin de la conférence, nous prendrons le  
temps pour ceux qui le souhaitent de faire une  
courte mise en pratique.

Prix Libre - Sans Inscription

**SAMEDI 26 AVRIL**

**18h-20h : Merci, j'aime la vie !**

Depuis un an déjà, c'est avec plaisir et passion  
que je partage comme des milliers d'autres  
mon témoignage sur ma transformation  
salvatrice et positive issue de la physique  
quantique liée aux points d'acupression de la  
médecine chinoise a faire soi même très  
simplement pour tous problèmes physiques,  
psychologiques, émotionnels, maladies,...

Chacun a le choix et le droit de vouloir  
améliorer son bien être ou pas !

Gratuit - Sans Inscription

**VENDREDI 02 MAI**

**20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette :  
CONCERT - "Truelles"**

Truelles, c'est le coup de poing dans le ventre  
de la scène musicale, avec des textes ciselés  
et un humour grinçant qui vous feront rire aux  
éclats. Leur musique, un savant mélange de  
rock énergique et de mélodies accrocheuses,  
vous emportera dans un tourbillon de  
sensations fortes.

Dans ce concert en duo, les arrangements  
bruts de décoffrage font la part belle aux  
sonorités acoustiques, mettant les paroles au  
centre du jeu dans un lien particulier avec le  
public. Prix Libre - Sans Inscription

**DIMANCHE 04 MAI**

**11h30-13h : Brunch plantes sauvages**

Venez déguster de bons petits plats à base de  
plantes sauvages, fruits et légumes de saison.

Vos papilles en redemanderons !

Ce brunch est concocté par Lucie Saint-Voirin,  
spécialiste en cuisine des plantes sauvages.

25€ - Inscription au plus tard 2 jours avant  
auprès de Lucie au 06 31 18 00 58, par mail  
lucie@nascaya.com ou INSCRIPTION SUR SON  
SITE INTERNET [www.nascaya.com](http://www.nascaya.com)





## EP "OTARY CLUB" - SORTIE LE 24 JANVIER 2025 - CD ET DIGITAL



Avec ses textes percutants et ciselés, teintés d'un humour grinçant, Truelles est un groupe qui pèse dans le milieu du béton armé. Ses mélodies entêtantes sont portées par une musique éclectique se situant quelque part entre le rock et la chanson réaliste.

C'est en 2021 que Marion (chanteuse) et Olivier (guitariste), deux individu-es désœuvré-es en quête de sens, décident de fonder le groupe. Avec la fraîcheur de leur insolente jeunesse, il et elle font le pari un peu fou de mélanger leurs différentes influences musicales au service de textes en français, sans s'imposer de limites ou de filtres - si ce n'est ceux de leur regrettée machine à café, qui refait actuellement sa vie à la recyclerie de Pugey. C'est tout d'abord en duo qu'elle et il commencent à sillonner les routes de France (mais pas de Navarre où personne n'a pour l'instant voulu d'elleux) pour défendre leur répertoire ébouriffant. En 2023, une incroyable section rythmique vient les rejoindre, en la personne de Samuel à la basse, et de Grr à la batterie. Ils apportent une dimension nouvelle aux arrangements et aux prestations scéniques. **Les concerts de Truelles, au fil d'une setlist pleine de surprises, font preuve d'une énergie endiablée qui fait bouger les têtes et frétiller les zygomatiques.**



### STREAM PRIVÉ DE L'EP

<https://on.soundcloud.com/1TwaXF3KLCoosPA>

### CRÉDITS

Enregistrement et mixage : Samuel Bertrand,  
au studio Zap (Besançon, 25)

Mastering : Sébastien Descamps et Yann Morel,  
au Cube Studio (Guyans-Durnes, 25)

### LINE UP

Marion PLAZA : chant, clavier

Olivier SCHLOSSER : guitares, clavier,  
programmations, chœurs

Samuel BERTRAND : basse, larsens, chœurs

GRR : batterie, percussions

+ invités

### TRACKLIST

01 - Dieu est venu chez moi - 03'53"

02 - LBD et parpaings - 03'40"

03 - La machine - 03'41"

04 - Mon mari - 04'10"

05 - La chance que tu as - 05'07"

06 - Par principe - 04'08"

07 - Le prénom - 03'01"

mises en avant

Dans leur premier EP **Otary Club**, les quatre musicien-nes livrent sept compositions originales créées sans la moindre intelligence artificielle. Ce sont des chansons françaises sélectionnées parmi leurs plus grands tubes, avec une base rock, agrémentées de sonorités acoustiques et électro, allant parfois emprunter à des styles inattendus. On y parle de sujets fort instructifs, tels que l'importance de bien choisir son mari, comment accueillir Dieu quand il vient vous rendre visite, ou le secret pour lancer correctement des otaries. Sans oublier une histoire d'amour improbable entre une manifestante et un CRS, ainsi que des tonnes d'autres choses que vous ne pourrez découvrir qu'en entrant dans l'univers très sélect du presque célèbre « Otary Club ».



### COMPAGNIE TRUELLE DESTIN

Production et booking

Olivier Schlosser - +33(0)6 02 51 40 42

[contact@truelles.fr](mailto:contact@truelles.fr)

37F rue Battant, 25000 BESANÇON

Licence : PLATESV-R-2024-002310

## DIMANCHE 04 MAI

**14h-16h : Balade**

### découverte des plantes sauvages

Passionnée par les les plantes sauvages comestibles, Lucie Saint-Voirin vous emmène en balade à la rencontre des plantes sauvages qui poussent autour de vous.

Comestibles, médicinales, toxiques pour l'homme... Une balade de 2 h dans le village du Bizot vous dévoilera de nombreux secrets de plantes. Cette balade est ouverte à tous.

Gratuit pour les enfants (-16 ans),

20 € (possibilité de prix libre)

Inscription au plus tard 2 jours avant auprès de Lucie au 06 31 18 00 58, par mail [lucie@nascaya.com](mailto:lucie@nascaya.com) ou INSCRIPTION SUR SON SITE INTERNET [www.nascaya.com](http://www.nascaya.com)

## VENDREDI 09 MAI

### 20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette : SCENE OUVERTE

Osez et profitez du public de l'éco'lette :  
montez sur scène :

elle est là pour vous, elle vous tend les bras !!!

Musique , poème , chant , théâtre ...

Venez exprimer votre art que vous soyez pro,  
amateur ou novice, très jeune ou pas !!!

C'est la scène ouverte de l'éco'lette !!

Pour dévoiler vos talents, contactez Karine au  
06 36 90 55 47 - Prix Libre - Sans Inscription



## SAMEDI 10 MAI

**20h-22h : Spectacle :**

### "Déjà demain" de Héroïse Desrivières

« Y'a pas que le temps qui passe ».

Témoigne d'une rencontre entre deux adolescent.es, du rire à la dureté, la pièce interroge sur ce qu'on fait « en vrai », ce qu'on fait « en faux », ce qu'on ne fait pas parce qu'on ne peut pas, et sur ce qu'on ferait si on le pouvait. Comment sortir du trou ? On ne sait pas. Mais, au moins, il y a l'autre.

Un regard porté sur la maladie mentale qui ne laisse pas indifférent.e.

Dans le cadre des souterraines en partenariat avec la CCPR.

<https://www.festivaldecaves.fr/Inscription/Info/Résa> au 06 18 32 53 77 ou [contact.lessouterraines@gmail.com](mailto:contact.lessouterraines@gmail.com)

## VENDREDI 16 MAI

### 18h-20h : Développons l'Autopartage

Rencontrons-nous pour discuter Autopartage !  
Pour partager nos expériences et nos idées.

Le petit groupe constitué, à l'initiative de cette soirée, cherche de nouveaux membres (secteurs Morteau/Russey/Maiche).

Présentation de l'outil Coloc'Auto !

Gratuit - Sans inscription

## VENDREDI 16 MAI

### 20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette : JEUX DE SOCIETE

Venez partager une soirée autour des jeux.  
Découvrir ou faire découvrir de nouveaux jeux le tout dans l'ambiance de l'Eco'lette.

Gratuit - Sans inscription



## SAMEDI 17 MAI

### 10h-12h : Relaxation et méditation

#### Pneumacorps

Mylène et Lorent vous proposent de découvrir la relaxation par le relâchement des tensions, par la libération du souffle pour rééquilibrer le corps et l'esprit. Des temps de relaxation, de méditation et d'exercices en conscience intégrative par la méthode PneumaCorps.

(pensez à prendre un tapis de sol et un plaid)

Prix libre (valeur indicative : 10€)

Inscription au plus tard 5 jours avant auprès de Lorent au 06 19 76 03 42 ou par mail [letenduesouffle@gmail.com](mailto:letenduesouffle@gmail.com)

## DIMANCHE 18 MAI

### 13h-17h30 : Initiation à la transe chamanique au tambour

Xavier vous accompagne pour faire l'expérience des états élargis de conscience. Que vous soyez débutant ou pratiquant, ces ateliers sont une invitation à expérimenter la transe chamanique, à développer votre ressenti et à renforcer votre connexion intérieure. Prêt de tambour possible.

Prix libre (valeur indicative : 40-60€)

Inscription au plus tard 3 jours avant auprès de Xavier au 06 25 63 58 23 ou par mail [xavierfournier@autourdesoimaime.fr](mailto:xavierfournier@autourdesoimaime.fr)



## VENDREDI 23 MAI

### 20h-22h00 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette : CONFERENCE/DÉBAT

#### Projection de "La Nouvelle Aventure Mobile à la rencontre des pionniers de la mobilité de demain"

En ville, on a des tramways, des bus, des métros, toujours plus de pistes cyclables ... Mais, en campagne, la voiture est souvent la seule solution pour se déplacer. Problème : elle coûte toujours plus cher à l'environnement et à notre portefeuille. Mais alors, existe-t-il des alternatives pour la remplacer ? Pour trouver des solutions, le vélo-reporter Jérôme Zindy parcourt la France à bord d'un véhicule léger et innovant à la rencontre des pionniers qui inventent et expérimentent des véhicules respectueux de nos limites planétaires et créateurs d'emplois en France et en Europe. Pile entre le vélo et la voiture électrique, on les appelle... Les véhicules intermédiaires  
Gratuit - Sans Inscription

## SAMEDI 24 MAI

### 16h-17h : Sophrologie pour les enfants de 6 à 10 ans

À travers le conte et l'imaginaire, les enfants apprendront à se concentrer, se détendre et accueillir leurs sensations, perceptions et émotions. Un moment ludique et bienveillant pour développer leur bien-être intérieur et leur confiance en eux, tout en s'amusant !

Prévoir une petite couverture pour les enfants.  
Prix libre - Inscription au plus tard 3 jours avant auprès d'Irène au 07 68 80 09 47 ou par mail [irenesavovic@hotmail.fr](mailto:irenesavovic@hotmail.fr)



## SAMEDI 24 MAI

### 17h-18h : Initiation à la Sophrologie de Caycedo

Venez découvrir la sophrologie de Caycedo. (Descriptif voir Samedi 19 Avril). - Prix libre - Inscription au plus tard 3 jours avant auprès de Irène au 07 68 80 09 47 ou par mail irenesavovic@hotmail.fr

## SAMEDI 24 MAI

### 20h-22h30 : L'Eco'lette fait son Karaoké !

Préparez vos cordes vocales et votre bonne humeur ! Rejoignez Gaël et l'Eco'lette pour une soirée karaoké endiablée. Ambiance conviviale et répertoire varié garantis.

Venez chanter vos tubes préférés et passer un moment inoubliable ! Gratuit - Sans Inscription

## DIMANCHE 25 MAI

### 14h-16h : Concertation :

#### La restauration de la maison de Justice

Inès et Kevin vous proposent un moment pour échanger sur le devenir de la maison de justice et de la grange.

Après le travail réalisée lors de l'étude, nous devons à présent réfléchir à une stratégie sur le devenir de notre patrimoine.

Présentation des possibilités de rénovation, discussion financière et prospective sur les activités de l'association.

Venez donner votre avis, vos idées et réfléchir ensemble à l'avenir !

Gratuit - Sans Inscription



## VENDREDI 30 MAI

### 20h-22h : Conférence/Echanges : La résistance dans le Haut-Doubs

Bernard Vuillet vous propose une conférence sur la résistance lors de la 2e guerre mondiale. La résistance prend des formes très diverses : l'aide apportée aux personnes traquées pour faciliter leur passage en Suisse, la participation aux réseaux de renseignements, l'action des maires, des chefs d'entreprises ou encore le maquis contre les exigences allemandes.

Venez échanger avec Bernard sur cette thématique qui nous rappelle l'importance de s'organiser pour résister.

Gratuit - Sans Inscription

## JUIN

## VENDREDI 06 JUIN

### 20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette : CONCERT - Cécile SILVANT

Cécile aime la vie faite des petits riens qui, au fond du cœur, laissent place à l'espoir... Et c'est la vie qu'elle chante, ses doutes, ses craintes, ses colères mais ses joies aussi, accompagnée de sa guitare.

Prix libre - Sans Inscription

## VENDREDI 13 JUIN

### 20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette : SCENE OUVERTE

Osez et profitez du public de l'éco'lette : montez sur scène : elle est là pour vous, elle vous tend les bras !!!  
Musique , poème , chant , théâtre ...

Venez exprimer votre art que vous soyez pro, amateur ou novice, très jeune ou pas !!!

C'est la scène ouverte de l'éco'lette !!

Pour dévoiler vos talents, contactez Karine au 06 36 90 55 47

Prix Libre - Sans Inscription

## DIMANCHE 15 JUIN

### 11h30-13h : Brunch plantes sauvages

Venez déguster de bons petits plats à base de plantes sauvages, fruits et légumes de saison.

Vos papilles en redemanderons !

Ce brunch est concocté par Lucie Saint-Voirin, spécialiste en cuisine des plantes sauvages.

25€ - Inscription au plus tard 2 jours avant

auprès de Lucie au 06 31 18 00 58, par mail

lucie@nascaya.com ou INSCRIPTION SUR SON

SITE INTERNET [www.nascaya.com](http://www.nascaya.com)

## DIMANCHE 15 JUIN

### 14h-16h : Balade découverte des plantes sauvages

Passionnée par les les plantes sauvages comestibles, Lucie Saint-Voirin vous emmène en balade à la rencontre des plantes sauvages qui poussent autour de vous.

Comestibles, médicinales, toxiques pour l'homme... Une balade de 2 h dans le village du Bizot vous dévoilera de nombreux secrets de plantes. Cette balade est ouverte à tous.

Gratuit pour les enfants (-16 ans),

20 € (possibilité de prix libre)

Inscription au plus tard 2 jours avant auprès de

Lucie au 06 31 18 00 58, par mail

lucie@nascaya.com ou INSCRIPTION SUR SON

SITE INTERNET [www.nascaya.com](http://www.nascaya.com)



## DIMANCHE 15 JUIN

### 14h-18h : Clowns en Scène : Une Journée de Spectacles

Préparez-vous à une journée de rires, d'émerveillement et d'étrange à l'Eco'lette !

Nous vous invitons à découvrir l'univers fascinant des clowns avec trois compagnies talentueuses.

Au programme : des numéros burlesques, des personnages attachants et des prouesses artistiques qui raviront petits et grands. Une journée pour célébrer la joie, la créativité et le partage, où le nez rouge sera à l'honneur.

Spectacles au chapeau.



## VENDREDI 20 JUIN

### 20h-22h30 : Les Rendez-vous de l'Eco'lette : JEUX DE SOCIETE

Venez partager une soirée autour des jeux. Découvrir ou faire découvrir de nouveaux jeux le tout dans l'ambiance de l'Eco'lette.

Gratuit - Sans inscription

## SAMEDI 21 JUIN

### 10h-12h : Relaxation et méditation Pneumacorps

Mylène et Lorent vous proposent de découvrir la relaxation par le relâchement des tensions, par la libération du souffle pour rééquilibrer le corps et l'esprit. Des temps de relaxation, de méditation et d'exercices en conscience intégrative par la méthode PneumaCorps.

(pensez à prendre un tapis de sol et un plaid)

Prix libre (valeur indicative : 10€)

Inscription au plus tard 5 jours avant auprès de Lorent au 06 19 76 03 42 ou par mail

letenduesouffle@gmail.com





**DIMANCHE 15 JUIN**

**14h - 18h : Clowns en Scène  
Une Journée de Spectacles**

**Une journée de rires, d'émerveillement et d'étrange à l'Eco'lette !**

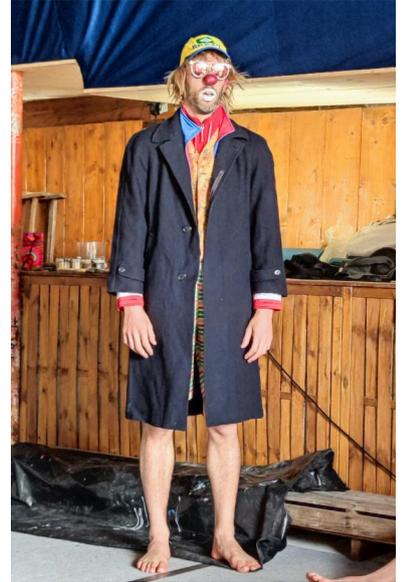
14h : Cie Superfly

### **Les Métamorphoses de Jean-Claude**

Seul en scène de et avec Sidoine Leroy de la Cie Superfly.

"Une conférence ? Du clown ? De la poésie ? Un numéro d'effeuillage burlesque ? Un goûter partagé ? Un rituel théâtral ? Ce spectacle c'est un peu tout ça à la fois et un peu rien de tout ça. C'est la tentative d'un être à partager son histoire. C'est une soirée littéraire qui se transforme en coup de foudre improvisé"

Durée : 35-40 minutes. ( à partir de 10 ans )



15h : Cie Peut-être une belette

### **Il y avait une fois**

Il y avait une fois, trois petits cochons.

Euh non! Ce sont des nains.

Enfin bon, ils fougassent ensemble à travers monts et marées pour se construire une histoire.

Le public affamé va-t-il les dévorer ou rester blanc comme neige ?

Durée : 35-40 minutes. ( à partir de 10 ans )

16h30 : Cie Sous Ton Nez

### **NOUS**

Seul en scène thérapeutique de groupe pour un clown.

Je suis - Tu es - Nous sommes en souffrance.

C'est pour ça que j'ai créé le cercle de NOUS.

Fais-toi ce cadeau : participer à un cercle de NOUS, c'est commencer à cheminer sur la voie du Bonheur d'être Soi.

Une expérience à vivre tout-e seul-e, mais ensemble

Création et interprétation : Vincent Crochon

Mise en scène : Hélène Vieilletoile

Durée : 60-75 minutes. ( à partir de 10 ans )



# LES RENDEZ-VOUS DE L'ÉCO'LETTE

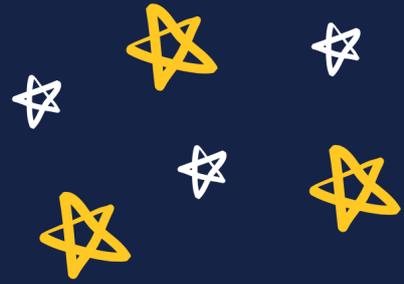
TOUS LES VENDREDIS À 20H

1ER DU MOIS: CONCERT

2ÈME DU MOIS: SCÈNE OUVERTE

3ÈME DU MOIS : JEUX DE SOCIETE

4ÈME DU MOIS : CONFERENCE/DEBAT



*Des idées à nous proposer ? des collaborations, des améliorations,  
des remarques, des questions, contactez-nous !*

*Nous réfléchissons au covoiturage pour vous proposer de venir à plusieurs au café.*

*Enfin, merci à nos partenaires pour leur soutien :*

*Destination*  
**PAYS HORLOGER**

**RCV**  
LA radio du Pays Horloger  
**105.0**

**biocoop**

## Horaires d'ouverture :

VENDREDI : 17h30-22h30\*

SAMEDI : 16h-22h30\*

DIMANCHE : 14h-17h30

*\*horaires pouvant varier selon les évènements*

*\*ouverture hors des horaires possible sur réservation. Au plaisir !*

*Toutes les infos  
sur nos  
événements :*

*www.lecolette.fr*



**CONTACT**

*lecolette@zaclys.net - 09 83 63 29 25*



*@lecolette25*



*eco.lette*