Octobre 2019

LA TROCKETTE

Café Atelier

VOTRE ROBE PRÉFÉRÉE FILE UN MAUVAIS COTON, VOTRE ASPIRATEUR EST À BOUT DE SOUFFLE, VOS CHAISES SUR LES ROTULES, ET VOTRE ORDINATEUR A DEUX DE TENSION ?

NE LAISSEZ PLUS LES OBJETS AVOIR RAISON DE VOUS!

Amenez-les tous à la Trockette où des passionnés vous apprendront à les réparer vous-même autour d'un café ou de nos boissons sélectionnées avec soin.

Vous découvrirez aussi des ateliers différents chaque semaine, pour adulte et pour enfant, en rapport avec le "Do It Yourself" et la récupération, mais aussi des expositions, rencontres, concerts…

LA TROCKETTE VOUS APPARTIENT !

La Trockette ne cesse d'évoluer et de se nourrir des initiatives des personnes qui rencontrent sa route. Si vous souhaitez construire un projet ou nous donner un coup de main…

- **Cuisiner pour une *soirée resto dont vous êtes le héros***
- **Distribuer ce programme dans des lieux ciblés**
- **Proposer des ateliers, des événements**
- **Ou toute autre idée en accord avec nos valeurs…**

CONTACTEZ-NOUS **programmation@lapetiterockette.org**

LES ATELIERS DE RÉPARATION

Ne laissez plus les objets avoir raison de vous !
Amenez tous vos objets boiteux à la Trockette où des passionnés vous guideront dans le diagnostic du problème puis, si c'est possible, vous apprendront à les réparer vous-même pour les ramener en pleine forme à la maison.

Pour participer aux ateliers de réparation, vous adhérez à l'année à l'association la Petite Rockette, puis, sur le principe du prix libre, vous donnez ce que vous voulez à chaque atelier en échange du service rendu. Notre espace n'étant pas extensible, nous vous prions de repartir avec vos objets entre chaque séance. **Infos :** trockette@lapetiterockette.org

Inutile de réserver, venez simplement aux horaires des ateliers !

ÉLECTROMÉNAGER Adultes / Ados

Jours variables, consulter le calendrier

Votre aspirateur est à bout de souffle et votre sèche-cheveux au bout du rouleau, apportez tous vos appareils électriques à prise ou à pile à la Trockette où notre réparateur vous montrera comment les remettre en selle.

INFORMATIQUE Adultes / Ados

Jours variables, consulter le calendrier

Votre ordinateur a deux de tension et votre disque est dur de la feuille, amenez-les à la Trockette où notre passionné vous assistera pour leur donner un petit coup de fouet. Votre ordinateur portable ou votre unité centrale suffira, à moins que vous suspectiez un périphérique dysfonctionnel.

RÉPARATION TEXTILE Adultes

Mercredi 16 octobre 19h30 > 21h30

Votre robe préférée file un mauvais coton et votre salopette a rendu son tablier, amenez-les à la Trockette où notre couturière vous aidera à les raccommoder. Ourlets, trous, fermetures éclair cassées, coutures fatiguées...

COUTURE ZÉRO DÉCHET Adultes / Ados

Samedi 5 octobre 17h > 19h • Prix libre

À partir de patrons variés apprenez à réaliser lingettes démaquillantes, tote bags, sacs à vrac et pochettes à fermeture éclair.

Infos / Résas : Johanne - 07 58 50 39 03

REDÉMARRER VOS MACHINES À COUDRE Adultes débutants

Mardi 8 octobre 19h > 21h • Prix libre + d'infos au dos

Infos / résas : trockette@lapetiterockette.org

RENDEZ-VOUS RÉGULIERS

TRICOT SOLIDAIRE Adultes / Séniors

Tous les mardis • 15h > 18h • Gratuit • Intermédiaires et avancés

On vous fournit les bobines et les aiguilles que vous n'avez plus qu'à faire s'entrelacer et cliqueter gaiement pour réchauffer les sans-abri. Marianne est là pour vous accueillir. **Infos :** marianne.godin@neuf.fr

ATELIER AU NATUREL Adultes / Ados

Certains mardis 19h > 21h • Réservation conseillée • Prix indicatif 8 €

Aujourd'hui la plupart des produits industriels comportent des substances nocives pour se conformer aux normes ou les rendre plus attrayants. Lors de ces ateliers, nous fabriquerons des produits du quotidien faciles à réaliser avec des substances naturelles accessibles à tous sans toxicité.

Infos / résas : communerbe@gmail.com **www.communerbe.org**

ATELIER DE RÉCUP' CRÉATIVE Enfants de 6 à 10 ans

Tous les mercredis 14h > 16h • 85 € le trimestre / 200 € l'année / Cours d'essai gratuit

Cet atelier créatif, éducatif et ludique autour du recyclage et du détournement d'objets, permet aux enfants de découvrir de nombreuses techniques artistiques (collage, couture, petite menuiserie…) sur différents supports (tissu, bois, plastique, métal…) issus des trésors de la Ressourcerie.

Infos / résas : Amandine - animation@lapetiterockette.org

COURS D'ÉCHEC ENFANTS À partir de 5 ans

Tous les mercredis 14h > 16h • Prix libre • Débutants

Du grand débutant au petit joueur, Léo vous propose de venir apprendre les échecs ou de vous perfectionner chaque mercredi.

Infos / Résas : echecsleo@gmail.com

MASSAGE INTUITIF PAR VIRGINIE Tout public

Tous les mercredis 17h30 > 20h30 • Prix libre

Virginie vous propose un petit moment de bien être et de détente par des massages intuitifs aux influences diverses.

MASSAGE ASSIS PAR MARYLÈNE Tout public

Jours variables, consulter le calendrier • 20 min • Prix libre

Installé-e sur une chaise ergonomique, profitez d'un moment de détente pour dénouer les tensions dans le haut du corps. Marylène s'inspire du massage Amma assis, combinant pressions, frictions et percussions pour un effet à la fois relaxant et dynamisant.

INÈS VOUS COIFFE ! Tout public

Tous les samedis 16h > 18h30 • Prix libre • Prenez RDV au bar ou par mail

Vous choisissez votre coupe ou vous suivez les conseils de notre professionnelle du ciseau. Sur cheveux propres uniquement !

Infos / Résas : trockette@lapetiterockette.org

Ce mois-ci, pour vous faciliter le décryptage, on passe à un sens de lecture vertical, colonne par colonne. En espérant que ça vous plaira !

mardi 1er

TRICOT SOLIDAIRE
15h > 18h • Gratuit • Plus d'infos au dos

ATELIER AU NATUREL Prix indicatif 8€
Savon méthode saponification à froid
19h>21h • Réservation conseillée • Adultes / Ados
Venez fabriquer du savon "méthode saponification à froid", à base d'huiles végétales adoucissant pour la peau. Apportez des gants en caoutchouc pour vous protéger. Plus d'infos au dos
Infos / résas : communerbe@gmail.com

mercredi 2

ATELIER DE RÉCUP' CRÉATIVE
14h > 16h • 6 à 10 ans • Plus d'infos au dos

COURS D'ÉCHEC ENFANT **Débutants**
14h>16h • Prix libre • à partir de 5 ans
Plus d'infos au dos

MASSAGE INTUITIF PAR VIRGINIE
17h30 > 20h30 • Prix libre + d'infos au dos

PROJECTION BUNGALOW SESSIONS
Un film de Nicolas Drolc • 2019 • 69 min
19h30 • Gratuit • Tout public
Découvrez la bouillonnante scène folk, blues et gospel américaine à travers 6 portraits de musiciens qui nous dévoilent leur musique, leurs récits, ce qui les amène à parler de Kierkegaard, la critique de la société néolibérale, les petits boulots, l'engagement social...

CONCERT ANDY DALE PETTY
20h45 • Participation au chapeau • Tout public
Andy Dale Petty nous fait découvrir en live sa musique folk et blue grass. Né en Géorgie en 1985, c'est un hobo moderne qui sillonne l'Amérique en train et à pied pour y faire résonner ses sons de banjo, de guitare et d'harmonica.

jeudi 3

RÉPARATION ÉLECTROMÉNAGER
16h>19h • Prix libre • Adultes / Ados

INITIATION AU COMPOST
19h > 21h • Prix libre • Tout public
Apéro & atelier pour échanger sur le compostage, des problèmes avec votre lombricomposteur on vous aide...
Infos / Résas : jardinquibulle@vivaldi.net

vendredi 4

MASSAGE ASSIS PAR MARYLÈNE
17h>20h • 20min • Prix libre + d'infos au dos

samedi 5

INÈS VOUS COIFFE ! Tout public
16h>18h30 • Prix libre • Sur RDV + d'infos au dos
Infos / Résas : trockette@lapetiterockette.org

COUTURE ZÉRO DÉCHET
17h>19h • Prix libre • Adultes / Ados
À partir de patrons variés apprenez à réaliser lingettes démaquillantes, tote bags, sacs à vrac et pochettes à fermeture éclair.
Infos / Résas : Johanne - 07 58 50 39 03

samedi 5

FÊTE DE RENTRÉE À LA CYCKLETTE !

19h • 6 rue des Goncourt • Entrée libre

Parce que Cycklette rime avec fête, on arrose la rentrée !
Au programme : des récits de voyage*, un repas végétarien préparé par nos fantastiques bénévoles, un concert et DJ Set, et bien sûr un bar. Début des festivités à 19h, et jusqu'au bout de la nuit !

* partager vos aventures à vélo, envoyez quelques infos sur vos récits (parcours, distance, destination, vélo...) par mail à cycklette@lapetiterockette.org

ADHÉRER À LA PETITE ROCKETTE

C'est indispensable pour accéder aux ateliers. Pour 6€ annuel, vous pourrez aussi
- bénéficier d'un tarif préférentiel sur vos consommations à la Trockette
- louer nos salles polyvalentes pour vos répétitions, réunions, etc...
- être informés de toutes nos actualités en priorité (braderie à la ressourcerie, événements, etc...)
- nous soutenir pour que l'aventure continue !

L'adhésion est inutile pour les mineurs.

lundi 7

BIBLIOCKETTE ***Seul en la demeure***
Lecture et dédicace par Patricia Berlin
19h • Entrée libre • Tout public
Un lundi sur deux, la Bibliockette invite un artiste à lire une œuvre classique ou contemporaine.
À l'occasion de la sortie de son nouveau Polar, *Seul en la demeure*, aux éditions Lucien Souny, Patricia Berlin tiendra une séance de dédicace et en lira des passages.

mardi 8

TRICOT SOLIDAIRE
15h > 18h • Gratuit • Plus d'infos au dos

MASSAGE ASSIS PAR MARYLÈNE
17h>20h • 20min • Prix libre + d'infos au dos

REDÉMARRER VOS MACHINES À COUDRE
19h > 21h • Débutants • Prix libre
Sur piqueuse plate et sur-jeteuse, nous verrons l'enfilage, les réglages, les piquages en 2 temps 3 mouvements ! Venez avec votre propre machine et un petit carnet pour prendre des notes.!
Infos / résas : trockette@lapetiterockette.org

mercredi 9

ATELIER DE RÉCUP' CRÉATIVE
14h > 16h • 6 à 10 ans • Plus d'infos au dos

COURS D'ÉCHEC ENFANT **Débutants**
14h>16h • Prix libre • à partir de 5 ans
Plus d'infos au dos

MASSAGE INTUITIF PAR VIRGINIE
17h30 > 20h30 • Prix libre + d'infos au dos

VERNISSAGE DE SUR UN FIL
Par Patrick Demazeau dit MADE
19h30 • Entrée libre + d'infos en haut de page

jeudi 10

RÉPARATION INFORMATIQUE
16h>19h • Prix libre • Adultes / Ados

vendredi 11

RÉPARATION ÉLECTROMÉNAGER
16h>19h • Prix libre • Adultes / Ados

ÉCOLO C'EST ÉCONOME !
Atelier avec la coordination eau IDF
17h > 19h • 8€ minimum • Tout public
Plus d'infos à la case du 25 octobre
Résas : ecolo-est-economie@eau-iledefrance.fr

SOIRÉE ITALIENNE
Dîner italien et concert des Orecchiette
20h • 10€ • Tout public
Autour d'un repas italien, les Orecchiette vous mènent au sud de l'Italie avec ses chants traditionnels et populaires. Les voix de Caroline, Héléna, Silvia et Samuel dialoguent en polyphonies et s'accordent avec complicité aux notes grecques du bouzouki.
Résas : trockette@lapetiterockette.org

EXPO *SUR UN FIL*

PATRICK DEMAZEAU DIT *MADE*
Du 1er octobre au 2 novembre •
Vernissage le 9 octobre à partir de 19h30
Depuis 1989 Made travaille sur les espaces de communication dans les villes, villages et dans la nature et depuis toujours l'écriture le fascine...En 2016 il participait à l'exposition *Extraordinaires objets de l'ordinaire #3* organisée par la petite Rockette avec laquelle il a créé des liens d'amitiés. C'est la raison pour laquelle il vient présenter son exposition *Sur un fil*. Le fil de l'amitié ?
www.nature.art.free.fr

samedi 12

INÈS VOUS COIFFE ! Tout public
16h>18h30 • Prix libre • Sur RDV + d'infos au dos
Infos / Résas : trockette@lapetiterockette.org

TRIO IN EXTREMIS ! EN CONCERT
20h • Participation au chapeau • Tout public
Trio guitares et voix, In Extremis! revisite de grands titres de la chanson française des années 1900 à nos jours, mais également des chansons plus inattendues, à découvrir... Au programme, Mireille, Barbara, Nougaro, Gainsbourg, Salvador, Legrand, Rezvani, Trenet...

mardi 15

TRICOT SOLIDAIRE
15h > 18h • Gratuit • Plus d'infos au dos

ATELIER AU NATUREL Prix indicatif 8€
Lessive
19h>21h • Réservation conseillée • Adultes / Ados
Venez fabriquer de la lessive et autres produits nettoyants à base de produits naturels sans toxicité
Plus d'infos au dos
Infos / résas : communerbe@gmail.com

ATELIER DÎNER
18h30>21h30 • 15€ • Adultes / Ados
Côme et Cécile, cheffes de la Trockette, vous ouvrent leur cuisine et partagent avec vous leur techniques et astuces pour sublimer des produits issus d'invendus, pour un menu garanti anti-gaspi.
Infos / résas : trockette@lapetiterockette.org

mercredi 16

ATELIER DE RÉCUP' CRÉATIVE
14h > 16h • 6 à 10 ans • Plus d'infos au dos

COURS D'ÉCHEC ENFANT **Débutants**
14h>16h • Prix libre • à partir de 5 ans
Plus d'infos au dos

MASSAGE INTUITIF PAR VIRGINIE
17h30 > 20h30 • Prix libre + d'infos au dos

RÉPARATION TEXTILE
19h30 > 21h30 • Prix libre • Adultes / Ados

jeudi 17

RÉPARATION ÉLECTROMÉNAGER
16h>19h • Prix libre • Adultes / Ados

APÉRO POPULAIRE : PRISONS, QUEL CONSTAT ET QUELLES ACTIONS POSSIBLES ? **Avec l'association Champ Libre dans le cadre de *la Nuit des Débats***
19h30>22h • Entrée libre • Tout public
La prison est un monde à part, souvent méconnu et fantasmé. On vous propose de venir en discuter dans un climat convivial : 2h autour de quelques verres pour déconstruire nos préjugés et découvrir ce qu'on peut y faire !

vendredi 18

MASSAGE ASSIS PAR MARYLÈNE
16h>19h • 20min • Prix libre + d'infos au dos

samedi 19

INÈS VOUS COIFFE ! Tout public
16h>18h30 • Prix libre • Sur RDV + d'infos au dos
Infos / Résas : trockette@lapetiterockette.org

CONCERT MEU BEM
20h • Participation au chapeau • Tout public
Trio polyamoureux du Brésil, Meu Bem vous fera oublier la grisaille et réchauffera vos cœurs au son des plus belles mélodies populaires brésiliennes. Samba, MPB, Bossa et Forro : fermez les yeux... vous êtes à Rio !

lundi 21

BIBLIOCKETTE **Lectures d'*Être fil***
19h • Entrée libre • Tout public
Un lundi sur deux, la Bibliockette invite un artiste à lire une œuvre classique ou contemporaine.
Être fil, lecture et rencontre autour des poèmes de Marion Collé

MARCHÉ DE CRÉATIONS

À VENIR

7 et 8 DÉCEMBRE

APPEL À PROJET JUSQU'AU 3 NOV
La récup' c'est votre truc ?
La Trockette vous propose de présenter vos créations lors de son marché convivial. Mode, art, maison, papeterie, quel que soit votre domaine de prédilection, un formulaire en ligne vous attend pour nous présenter votre travail.
www.lapetiterockette.org > Temps fort > Le marché de créations
Tarif • 10€ le stand • 8 exposants par jour

mardi 22

TRICOT SOLIDAIRE
15h > 18h • Gratuit • Plus d'infos au dos

DESSINE-MOI LE TURFU : L'AVENIR C'EST LES LOW-TECHS !
19h>21h • Gratuit • Tout public
Un cycle de conférences et d'ateliers pour repeindre les sujets centraux qui font notre monde, mais sur la toile de l'écologie. Cette fois c'est Robin, expert en computer science, qui nous dessine le paysage futuriste des low-techs.

mercredi 23

ATELIER DE RÉCUP' CRÉATIVE
14h > 16h • 6 à 10 ans • Plus d'infos au dos

COURS D'ÉCHEC ENFANT **Débutants**
14h>16h • Prix libre • à partir de 5 ans
Du grand débutant au petit joueur, Léo vous propose de venir apprendre les échecs ou de vous perfectionner chaque mercredi.
Infos / Résas : echecsleo@gmail.com

ATELIER GOÛTER
15h>16h30 • Prix libre • 5>11 ans
Cuistots en herbe ou aguerris, venez découvrir des recettes de goûter anti-gaspi à base d'invendus avec les astucieuses Côme et Cécile, cheffes de la Trockette.
Infos / résas : trockette@lapetiterockette.org

MASSAGE INTUITIF PAR VIRGINIE
17h30 > 20h30 • Prix libre + d'infos au dos

jeudi 24

RÉPARATION INFORMATIQUE
16h>19h • Prix libre • Adultes / Ados

vendredi 25

RÉPARATION ÉLECTROMÉNAGER
16h>19h • Prix libre • Adultes / Ados

ÉCOLO C'EST ÉCONOME !
Atelier avec la coordination eau IDF
17h > 19h • 8€ minimum • Tout public
Venez apprendre à fabriquer vous-même des produits cosmétiques et ménagers à prix mini pour lutter durablement contre la pollution de l'eau ! Prévoir 2 contenants pour emporter vos créations.
Résas : ecolo-est-economie@eau-iledefrance.fr

MASSAGE ASSIS PAR MARYLÈNE
17h>20h • 20min • Prix libre + d'infos au dos

samedi 26

INÈS VOUS COIFFE ! Tout public
16h>18h30 • Prix libre • Sur RDV + d'infos au dos
Infos / Résas : trockette@lapetiterockette.org

mardi 29

TRICOT SOLIDAIRE
15h > 18h • Gratuit • Plus d'infos au dos

mercredi 30

ATELIER DE RÉCUP' CRÉATIVE
14h > 16h • 6 à 10 ans • Plus d'infos au dos

MASSAGE INTUITIF PAR VIRGINIE
17h30 > 20h30 • Prix libre + d'infos au dos

jeudi 31

RÉPARATION ÉLECTROMÉNAGER
16h>19h • Prix libre • Adultes / Ados

		3	7		6			2
	2				1			
1	7			8		3	4	
				1	3	4		6
	1	4				2	8	
9		8	4	6				
	8	2		9			6	7
			6				2	
4			5		7	8		

CÔTÉ CAFÉ

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

À la Trockette, sirotez des jus de fruits bio originaux, des limonades équitables, un café ou un sirop à prix libre, des bières de micro-brasseries franciliennes et une sélection de vins bios.

LES MIDIS DE LA TROCKETTE

MENU UNIQUE ENTRÉE + PLAT + DESSERT **10€**

PLAT **6€** • ENTRÉE **2€** DESSERT **3€**

Du mardi au vendredi 12h30 > 14h • Quantités limités ! Venez en début de service.

Nos cuistots et leur équipe de bénévoles vous proposent chaque jour un menu unique à petit prix préparé avec de bons produits issus des invendus de nos épiceries partenaires. Nous apportons un soin tout particulier à la sélection des produits, favorisant les commerces de proximité, comme l'épicerie *Zingam'*, l'agriculture locale, et pour une grande part, les produits biologiques.

Pour rejoindre l'équipe • restotrockette@lapetiterockette.org

LE GASPI, SALSIFIS !

En France, 10 millions de tonnes de nourriture encore consommable part à la poubelle chaque année ! Cela représente 29 kg par habitant dont 7 kg encore emballés, soit l'équivalent d'un repas par semaine ! C'est en île de France que l'on gaspille le plus ! Si on faisait mieux en 2019 ?

INFOS PRATIQUES

125 rue du Chemin Vert - 75011 Paris • Ⓜ Père Lachaise
du mardi au vendredi 12h30 > 22h • le samedi 16h > 23h
trockette@lapetiterockette.org

La Trockette est une création de l'association de la Petite Rockette qui gère aussi à la même adresse une ressourcerie et sa boutique solidaire, de nombreux cours et ateliers accessibles à tous, ainsi que des salles de répétition mises à disposition. Lieu d'échange, de création et de solidarité ancré dans son quartier, la Petite Rockette permet la rencontre de personnes issues de tous horizons.

WWW.LAPETITEROCKETTE.ORG

Ce dépliant est imprimé sur papier recyclé avec des encres végétales chez un imprimeur engagé dans la valorisation de ses déchets papier.