

Novembre 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...**

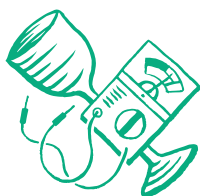
CONTACTEZ-NOUS programmation@lapetiterockette.org

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

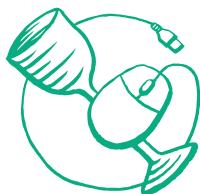
Inutile de réserver, venez simplement aux horaires des ateliers!



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

Judi 28 novembre 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 30 novembre 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

Samedi 16 novembre 16h30 > 18h30 et mercredi 27 novembre 17h > 19h • Prix libre • d'infos au dos

Infos / résas : trockette@lapetiterockette.org

RENDEZ-VOUS RÉGULIERS

TRICOT SOLIDAIRE AU PROFIT D'UN PETIT BAGAGE D'AMOUR

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

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. Les merveilles tricotées sont ensuite redistribuées à l'association *Un petit bagage d'amour*, qui vient en aide à de jeunes mamans précaires, isolées ou réfugiées qui vivent pour beaucoup dans la rue.

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 attractifs. 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 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 : rockette@lapetiterockette.org

AMAP PARMENTIER Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne

Tous les mardis 18h > 20h • 12€ le panier hebdomadaire • Engagement annuel

Une Amap est un groupe de personnes qui se mettent d'accord avec un paysan pour lui acheter, à l'avance, une part de sa production agricole sous forme d'un panier de légumes hebdomadaire. Ici, il s'agit des Jardins d'Héricourt, situés en Picardie, qui cultivent en agriculture bio.

Si vous voulez rejoindre l'AMAP Parmentier, vous êtes prêts à :

- Intégrer à un groupe de citoyens engagés pour une saison maraîchère d'un an, en acceptant certains risques et contraintes des paysans.
- Participer à 3 distributions par semestre et au fonctionnement du groupe.
- Manger sain, local et de saison !

www.amapparmentier.wordpress.com

www.amap-idf.org/qu_est-ce_qu_une_amap_176.php



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 Rockette
- 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.

EXPO COULEUR À L'HUILE DE POÉSIE

TITIFROMPARIS
Du 4 au 30 novembre • Vernissage le 14 novembre à partir de 19h30

De 2000 à 2011, les peintures de Titifromparis évoluent sur papier, toujours en noir et blanc cerclée de jaune et s'afficheront pendant plusieurs années dans la rue, en galeries, en salle de ventes et événements sur le street art et le graffiti. En 2017 c'est le retour du Titifromparis où cette fois la couleur est à l'honneur, le trait jaune et toujours présent mais plus discret.

MARCHÉ DE CRÉATIONS

À VENIR
7 et 8 DÉCEMBRE

APPEL À PROJET JUSQU'AU 3 NOV
La récup' c'est votre truc ? La Rockette 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

vendredi 1er

QUAND C'EST FÉRIÉ, C'EST FERMÉ !

samedi 2

INÈS VOUS COIFFE ! Tout public
16h>18h30 • Prix libre • Sur RDV • d'infos au dos

lundi 4

BIBLIOTHÈQUE Pas dans le cul aujourd'hui
De Jana Cerna • Lecture intime par Aurélie Ruby accompagnée de Félicie Bazelaire à la contrebase
19h • Entrée libre • Tout public
Jana Cerna, personnage clé de l'Underground pragoïse sous le stalinisme, écrit une lettre à son amant Egon Bondy juste avant le printemps de Prague, probablement en 1962. Elle y parle d'amour, de philosophie, de sexe, de désir, avec une liberté puissante et rare.

mardi 5

TRICOT SOLIDAIRE AU PROFIT D'UN PETIT BAGAGE D'AMOUR
15h > 18h • Gratuit • Plus d'infos au dos

AMAP PARMENIER
18h30>19h30 • 12€ le panier hebdomadaire • engagement annuel • d'infos au dos

mercredi 6

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

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

DESSINE-MOI LE TURFU : Éco-féminisme
19h>21h • Entrée libre • Tout Public
Un cycle de conférences et d'ateliers pour repenser les sujets centraux qui font notre monde, sous le prisme de l'écologie. Cette fois-ci, Marine, engagée dans la lutte écologique, nous dessinera les limites parfois ténues entre actions violentes et non-violentes qui soutiennent tous les grands changements politiques et sociaux. Faut-il toujours se battre pour faire bouger les lignes ? Réponse le 6 novembre.

jeudi 7

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

INITIATION AU COMPOST
19h > 21h • Prix libre • Tout public
Atelier & Apéro pour échanger sur le compostage de proximité avec un maître composteur. Des soucis avec votre compost ou vos lombrics ? On vous aide !
Infos / Résas : jardinquibulle@vivaldi.net

vendredi 8

MASSAGE ASSIS PAR MARYLÈNE
16h30>19h30 • 20min • Prix libre • d'infos au dos

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-econome@eau-iledefrance.fr

AINSI SE DIT LE TANGO Ateliers Discepolin
19h > 22h • Prix libre • Tout public
On connaît sa danse et sa musique mais qu'en est-il de la poésie des paroles du Tango quand on n'est pas hispanophone ? Ce soir, les Ateliers Discepolin rendent hommage aux racines africaines du Tango au travers de 3 œuvres des poètes Homero Exposito et Juan Carlos Caceres. Poésie, musique, danse seront au rdv.

samedi 9

FOIRE AUX LIVRES
14h>19h • Entrée libre • Tout public
Venez faire le plein de livres en nous aidant à faire le vide !

INÈS VOUS COIFFE ! Tout public
16h>18h30 • Prix libre • Sur RDV • d'infos au dos

mardi 12

TRICOT SOLIDAIRE AU PROFIT D'UN PETIT BAGAGE D'AMOUR
15h > 18h • Gratuit • Plus d'infos au dos

AMAP PARMENIER
18h30>19h30 • 12€ le panier hebdomadaire • engagement annuel • d'infos au dos

ATELIER CUIR
18h30 > 21h30 • 12€ • Adultes / Ados
Plus d'infos à la case du 26 novembre

mercredi 13

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

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

ATELIER GOÛTER
15h30>17h • Prix libre • 5>11 ans
Cuisstots en herbe ou aguerris, venez découvrir des recettes de goûter anti-gaspi à base d'inventus avec les astucieuses Côme et Cécile, cheffes de la Rockette.
Infos / résas : trockette@lapetiterockette.org

ATELIER AU NATUREL Prix indicatif 8€
Soin pour les cheveux
19h>21h • Réservation conseillée • Adultes / Ados
Venez fabriquer un baume réparateur et hydratant pour cheveux et apprendre les alternatives aux shampooings. Apportez un contenant en verre d'environ 100 ml. Plus d'infos au dos
Infos / résas : communerbe@gmail.com

ATELIER DE BRODERIE
19h30>21h30 • Prix libre et conscient • Tout public à partir de 8 ans • Matériel fourni
Tu apprendras plusieurs points basiques, et d'autres plus complexes, selon tes envies et besoins. L'objectif est de réaliser une petite œuvre personnelle brodée, avec ou sans modèle.
Infos / résas : trockette@lapetiterockette.org

jeudi 14

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

VERNISSAGE DE COULEUR À L'HUILE DE POÉSIE Titifromparis
19h30 > 22h • Entrée libre • Tout public
Plus d'infos en haut de page



vendredi 15

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

MASSAGE ASSIS PAR MARYLÈNE
16h30>19h30 • 20min • Prix libre • d'infos au dos

CABAROCKETTE #1
Sabine Drabowitch & Yateveo
20h>22h30 • Participation au chapeau
Le nouveau rendez-vous de la rockette ! Une fois par mois, Sabine Drabowitch invite des artistes à partager une soirée cabaret. Pour cette première édition, le duo Yateveo nous fera voyager au travers des folklores chilien, argentin, mexicain...

samedi 16

ATELIER TRICOT
15h>18h • 22€ les 3h ou 8€/h • Adultes / Ados
Venez taquiner les mailles avec Tata Marianne ! Débutants ou intermédiaires, venez apprendre ou parfaire votre technique. Marianne vous livrera tous ses secrets !
Résas : marianne.godin@neuf.fr

INÈS VOUS COIFFE ! Tout public
16h>18h30 • Prix libre • Sur RDV • d'infos au dos

REDÉMARREZ VOS MACHINES À COUDRE Débutants ou confirmés
16h30-18h30 • Prix libre
Nous verrons l'enfilage, le réglage et les piquages... Possibilité d'apprendre le montage d'une fermeture, une poche dans la couture ou autre suivant le niveau et le matériel sur place. Amenez de quoi prendre des notes et aussi votre machine si vous en avez une, c'est mieux !

lundi 18

BIBLIOTHÈQUE Lecture de *Les incroyables Philip et maman* • De Cécile Champinot
19h • Entrée libre • Tout public
Philip, 17 ans, est obsédé par le grand collapse et multiplie les performances sur sa chaîne youtube tandis que Maman, invraisemblable hôtesse de l'air mariée à un banquier d'affaire, devient une vedette de l'auto-fiction. Jusqu'à ce que l'effondrement se pointe pour de bon.

mardi 19

TRICOT SOLIDAIRE AU PROFIT D'UN PETIT BAGAGE D'AMOUR
15h > 18h • Gratuit • Plus d'infos au dos

MASSAGE ASSIS PAR MARYLÈNE
16h30>19h30 • 20min • Prix libre • d'infos au dos

AMAP PARMENIER
18h30>19h30 • 12€ le panier hebdomadaire • engagement annuel • d'infos au dos

mercredi 20

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

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

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

ATELIER AU NATUREL Prix indicatif 8€
Crème et lait pour la peau
19h>21h • Réservation conseillée • Adultes / Ados
Venez fabriquer une crème pour le visage et le corps à base d'huile végétale et de cire d'abeille aux multiples déclinaisons en fonction des types de peau. Apportez un contenant en verre de 100 ml. Plus d'infos au dos
Infos / résas : communerbe@gmail.com

jeudi 21

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

vendredi 22

ÉCOLO C'EST ÉCONOME !
Atelier avec la coordination eau IDF
17h > 19h • 8€ minimum • Tout public
Plus d'infos à la case du 8 novembre

SCÈNE OUVERTE D'IMPRO
Avec l'impro Erard
19h30 > 22h • Prix libre • Tout public
Et si on improvisait ensemble ? Chaque personne désireuse s'inscrit à l'avance (sur une liste débutant ou confirmé) et un maître de cérémonie tire au sort des joueurs, une contrainte et un thème. Bienveillance, surprises et plaisir au rendez-vous.
Infos : Facebook @improerard

samedi 23

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

SOIRÉE RESTO DONT VOUS ÊTES LE HÉROS
20h > 21h30 • entrée + plat + dessert 10€
Une à deux fois par mois, c'est vous qui faites la cuisine à la Rockette ! Cette fois-ci, c'est Xavier et Priscilla qui vous régaleront d'un menu aux couleurs automnales :

- Crème de butternut et chantilly parmesan
- Boulgour d'automne, courge rôtie au yaourt, champignons et galette de pois chiches
- Gâteau aux pommes, cannelle et noix

Pour réserver ou proposer un menu : trockette@lapetiterockette.org

mardi 26

TRICOT SOLIDAIRE AU PROFIT D'UN PETIT BAGAGE D'AMOUR
15h > 18h • Gratuit • Plus d'infos au dos

MASSAGE ASSIS PAR MARYLÈNE
16h30>19h30 • 20min • Prix libre • d'infos au dos

AMAP PARMENIER
18h30>19h30 • 12€ le panier hebdomadaire • engagement annuel • d'infos au dos

ATELIER CUIR
18h30 > 21h30 • 12€ • Adultes / Ados
Apprenez les bases du travail du cuir : Coupe, Couture main, encollage, pose de fermoir. Confectionnez vous même un objet choisi entre plusieurs modèles.
Facebook @qtanne
Infos / résas : trockette@lapetiterockette.org

mercredi 27

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

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

REDÉMARREZ VOS MACHINES À COUDRE Débutants ou confirmés
17h>19h • Prix libre
Plus d'infos à la case du 16 novembre

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 adoucissantes pour la peau. Apportez des gants en caoutchouc pour vous protéger. Plus d'infos au dos
Infos / résas : communerbe@gmail.com

jeudi 28

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

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

vendredi 29

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

CONCERT FAB ZOREIL
20h • Participation au chapeau • Tout public
Fab Zoreil joue en solo, chante en français mais aussi en créole. Les textes sont courts, laissant une belle place à l'improvisation guitaristique, rock, blues au verre pilé sans concession.

samedi 30

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

COUDURE 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

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 limitées! 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, ÇA SUFFIT! En France, 10 millions de tonnes de nourriture encore consommable part à la poubelle chaque année! Cela représente 29kg par habitant dont 7kg 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 • **M** 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.