

Le Cause Toujours!

On sirote et on grignote,
on parle, on papote,
on s'exprime, bref,
on Cause Toujours!

Agenda Saison 32

avril · mai · juin 2023

Wifi gratuit / Cafés suspendus / adhésion bienvenue :)

8 rue Gaston Rey 26000 Valence / 09 73 11 85 75 / www.lecausetoujours.fr

Le Cause Toujours c'est un café associatif

Ouvert à tou-te-s, sans obligation d'adhésion ni de consommation (ceci dit, tout soutien financier est bienvenu !). Vous pouvez adhérer et faire un don sur lecausetoujours.fr (onglet adhésion) ou au bar.)

Le Cause Toujours, c'est un café participatif

Géré bénévolement par ses usager-e-s et modelé au gré des envies de chacun-e. Si vous souhaitez apporter votre pierre à l'édifice, venez vous renseigner aux temps mensuels *le Cause Toujours Kesako*, ou envoyez un mail à benevoles@lecausetoujours.fr ou directement à la commission qui vous intéresse. Tout-e adhérent-e est bienvenu-e au Collectif d'Administration Ouvert (CAO).

LES HORAIRES

MARDI > 11 H - 15 H / 17 H - 21 H*
MERCREDI > 11 H - 21 H*
JEUDI et VENDREDI > 11 H - 15 H / 17 H - 21 H*
SAMEDI > 11 H - 17 H*
DIMANCHE > Ouvert ponctuellement en fonction du programme

* Les horaires peuvent être modifiés en fonction de la disponibilité des bénévoles.

- ENTRÉE LIBRE -

POUR JOINDRE LES COMMISSIONS

benevoles@lecausetoujours.fr amenagement@lecausetoujours.fr
prog@lecausetoujours.fr bar@lecausetoujours.fr
com@lecausetoujours.fr theatre@lecausetoujours.fr
cuisine@lecausetoujours.fr docu@lecausetoujours.fr
bal@lecausetoujours.fr expo@lecausetoujours.fr
numerique@lecausetoujours.fr [musique : www.lecausetoujours.fr/contact-musique](http://www.lecausetoujours.fr/contact-musique)

* Les inscriptions, lorsqu'elles sont mentionnées, se font au bar ou par téléphone au 09 73 11 85 75

AVRIL

Expo Charlène Maisonneuve - Gravures - 4 → 29 avril

Samedi 1^{er}

BAL DE PRINTEMPS - Sous la halle saint Jean
Le café sera fermé toute la journée
Buvette / Grignote / Concerts à prix libre
Concert - Oscar les vacances - 18h
Concert - L'Orchestre de l'œuf - 20h15
DJ Cause Toujours avec la com musique - 22h→minuit

Mardi 4

Apéro espagnol - 18h30
Apéro catalan - 18h30
Dégustation Ginger et kombucha - 18h30→20h30

Mercredi 5

Aide aux démarches administratives - 8h30→11h
Écoute, Orientation, Participation avec l'asso D-BASE - 8h30→11h
Goûter conte - 16h30→17h30
Apéro jeux - à partir de 18h30

Jeudi 6

Atelier Sophro - 11h→12h
Causerie « briser la solitude de l'auto-entrepreneuriat » - 18h30→19h30
Printemps des poètes - 18h30→20h30

Vendredi 7

Théâtre d'impro avec Le Labo - 20h

Samedi 8

Parlons vélo - 11h→12h
Apéro allemand «Frühshoppen» - 11h→12h30
Tricot thé - 14h→16h45

Mardi 11

Apéro espagnol - 18h30
Causerie habitat partagé - 19h→20h45

Mercredi 12

Atelier Gestion du stress - 18h30→20h
Apéro signe - 18h30

Jeudi 13

Atelier « Il y a débat ! » - 18h30→20h
Apéro anglais/polyglotte - 18h30

Vendredi 14

Vernissage Charlène Maisonneuve - Gravures - 18h30→20h45
Apéro français - 19h15→20h45

Samedi 15

Kesako - 10h→12h
Oser prendre la parole en public - 10h30→12h30
Facilitation graphique : Initiation 11h / perfectionnement 14h

Dimanche 16

Goûter docu « Ruptures » 17h, projection 17h30

Mardi 18

Apéro espagnol - 18h30
Apéro des paumés.es - 18h30

Mercredi 19

CAO - 18h30→20h30

Jeudi 20

Apéro anglais/polyglotte - 18h30
Caféministe - 18h30

Vendredi 21

Apéro Geek - 18h30→20h30
"Lyres et délires" - poésie - 19h→20h30

Samedi 22

Assemblée Générale - 16h30→18h30
Karaoke déguisé! - 19h30

Mardi 25

Causerie des familles - 17h→18h30
Apéro espagnol - 18h30
Caus'ensemble : la RH dans nos assos - 18h30

Mercredi 26

Salon de lecture collective - 18h→20h
Un job ? un CV! - 18h30→20h

Jeudi 27

Storytelling : nos enfants et le handicap - 11h→12h30
Apéro anglais/polyglotte - 18h30
Astrologie humaniste - 18h30→20h sur inscription (voir verso)

Atelier Alimentation vivante - 18h30→20h (coté cuisine) sur inscription

Vendredi 28

Soirée débat sur la fin de vie - 18h30→20h30
Moment musical participatif - 20h30

Samedi 29

Atelier cuisine du monde : Liban - 8h30→13h (sur inscription)
Développer et préserver sa voix - 11h→12h
Scène ouverte acoustique - 14h30→16h30

MAI

Expo Leslie Berland - "Status Anima" 2 mai → 3 juin

Mardi 2

Apéro espagnol - 18h30
Apéro catalan - 18h30
Causerie forêt - 18h30

Mercredi 3

Aide aux démarches administratives - 8h30→11h
Écoute, Orientation, Participation avec l'asso D-BASE - 8h30→11h

Goûter conte 16h30→17h30

Initiation Hypnose/auto hypnose - 18h30→20h

Jeudi 4

Atelier Sophro - 11h→12h
Causerie « briser la solitude de l'auto-entrepreneuriat » - 18h30→19h30
Apéro anglais/polyglotte - 18h30

Vendredi 5

Théâtre "Delirium" - 20h

Samedi 6

Atelier cuisine du monde : Pérou 8h30→13h (sur inscription)
"Lyres et délires" - poésie - 11h→12h30
Café Contact Famille LGBT - 15h→16h45

Mardi 9

Apéro espagnol - 18h30
Caus'ensemble - 18h30

Mercredi 10

Bébé bouquine - 11h-12h (sur inscription)
Causerie des familles - 16h-17h30
Apéro signe - 18h30
Atelier « A la découverte de ses talents » - 18h30→20h

Jeudi 11

Apéro anglais/polyglotte 18h30
Atelier « Il y a débat ! » - 18h30→20h

Vendredi 12

Apéro philo « Le désir » - 18h30-20h
Vernissage Leslie Berland - "Status Anima" - 18h30

Samedi 13

Kesako - 10h→12h
Parlons vélo - 11h→12h
Apéro allemand «Frühshoppen» - 11h→12h30
Tricot thé - 14h→16h45
Concert : Les Autres - 20h

Lundi 15

CAO - 18h30→20h30

Mardi 16

Apéro espagnol - 18h30
Apéro français - 19h15→20h45

Mercredi 17

Goûter jeux - à partir de 15h→18h
Café mortel - 18h30→20h30

On fait le pont du jeudi 18 au dimanche 21!

Mardi 23

Apéro espagnol - 18h30
Docu *Pint of science* - 18h30→20h30

Mercredi 24

Causerie immigration avec L'ASTI - 18h30
Un job ? un CV! - 18h30→20h

Jeudi 25

Storytelling, nos enfants et le handicap - 11h→12h30
Apéro anglais/polyglotte - 18h30
Caus'ensemble la gouvernance dans nos assos - 18h30

Vendredi 26

Moment musical participatif - 20h

Samedi 27

Atelier « A la découverte de ses talents » - 10h30→12h
Développer et préserver sa voix - 14h30→15h30

Mardi 30

Apéro espagnol - 18h30
Astrologie humaniste : un outil de développement personnel - 18h30→20h (sur inscription voir verso)

Mercredi 31

Causerie des familles 16h→17h30
Salon de lecture collective - 18h→20h
Causerie habitat partagé - 19h→20h45

JUIN

Jeudi 1

Atelier Sophro - 11h→12h
Causerie « briser la solitude de l'auto-entrepreneuriat » - 18h30→19h30
Apéro anglais/polyglotte - 18h30

Vendredi 2

Scène ouverte théâtre - 20h

Samedi 3

Atelier cuisine du monde : Polynésie - 8h30→13h (sur inscription)

Kesako - 10h-12h

Apéro allemand «Frühshoppen» - 11h→12h30
Facilitation graphique - initiation 11h
perfectionnement 14h

Café Contact Famille LGBT - 15h→16h45

Expo François Bordet 6 juin au 1^{er} juillet

Mardi 6

Apéro espagnol - 18h30
Quizz Europe : Suède - 19h→20h30

Mercredi 7

Aide aux démarches administratives - 8h30→11h
Écoute, Orientation, Participation avec l'asso D-BASE - 8h30→11h

Goûter conte - 16h30→17h30
Valence Scénario - cadavre exquis géant - 19h→20h30

Jeudi 8

Atelier il y a débat ! - 18h30→20h
Apéro anglais/polyglotte - 18h30

Vendredi 9

Atelier gestion du stress - 18h30→20h
Apéro français - 19h15→20h45

Samedi 10

Bal d'été Sous la halle saint Jean.
Le café sera fermé toute la journée
Dès 18h : Buvette / Crignote / Concert à prix libre
Batucada "La Frappe" - 18h30
Le Mange Bal (Electro-Trad Festif) - 20h15
DJ Set Participatif - 22h→minuit

Dimanche 11

Ménage

Mardi 13

Apéro espagnol - 18h30
Apéro catalan - 18h30
Dégustation Viognier bio du Valentin - 18h→21h

€ Pour les animations nécessitant de la matière première, une participation à prix libre vous sera demandée.

🎩 Chapeau les artistes ! Pour soutenir la création, une participation à prix libre vous sera demandée lors de ces soirées. N'oubliez pas vos sous !

🌱 L'écologie sociale et populaire au Cause Toujours

Inscrivez vous via le site à notre caus'letter (notre lettre d'info hebdomadaire) pour suivre les actus du Cause Toujours ! (Modifications, annulations, nouveaux événements...)

si vous souhaitez proposer quelque chose au Cause toujours, venez à l'une de nos permanences qui ont lieu 2 mois avant la prochaine saison (elles seront indiquées dans la caus'letter et sur FB) ou envoyez un mail à prog@lecausetoujours.fr

LA CUISINE AU CAUSE TOUJOURS

Le plat du jour au Cause Toujours, c'est :

- tous les midis du mardi au vendredi
- version végétarienne et carnée
- un maximum de produits locaux, de saison et bio!
- préparé avec soin par l'équipe bénévole cuisine

En prenant un repas vous soutenez le Cause Toujours !

Pensez à réserver au 09 73 11 85 75



EDITO

Ça sent le printemps ! Sortez les terrasses, ouvrez les bals (2 pour cette saison), vibrez au son des concerts et de la Fête de la musique dans la rue, venez nombreux.ses à notre Assemblée générale, suivie d'un karaoké déguisé ! C'est aussi le retour de Valence Scénario et du Printemps des poètes. Et bienvenue au petit.e.s nouveaux.elles ! Pour la famille : « Bébé bouquine ». Côté expression, on apprend à « développer et préserver sa voix », pour les « rencontres poétiques », par exemple ! Et on apérote en français et catalan ! La transition écologique n'est pas en reste : on cause forêt, habitats partagés, piafs et chauves-souris avec la LPO. Et on n'oublie pas de se faire du bien pour « découvrir ses talents », l'astrologie ou la sophrologie relationnelle, ou encore bien manger avec l'atelier sur l'alimentation vivante !

VIE ASSOCIATIVE

Assemblée générale

Temps fort annuel de l'association avec : un retour sur le premier bilan de notre agrément EVS, les bilans financier et moral, l'élection du CAélu... Et bien sûr des surprises, des animations et de la convivialité ! Bienvenue à tou.te.s nos adhérent.e.s !
Samedi 22 avril 16h30→18h30

Le Cause Toujours, Kesako ?

Rencontre avec des membres de la commission bénévoles pour répondre à vos questions sur notre association (son histoire, ses projets, sa gouvernance partagée, etc...) et parler des nombreuses façons d'en faire partie !
Samedis 15 avril, 13 mai, 3 juin 10h→12h

Collectif d'Administration Ouvert (CAO)

Le rdv mensuel pour causer et décider des événements structurants, des chantiers en cours et de nos envies ! Ouvert à tou.te adhérent.e, qui souhaite participer à notre gouvernance partagée, l'ordre du jour est annoncé en amont, renseignez-vous au bar !

Mercredi 19 avril 18h30→20h30

Lundi 15 mai 18h30→20h30

Mercredi 14 juin 18h30→20h30

ENTRAIDE

Aide aux démarches administratives

Avec le Cause Toujours et Fabrico

Vous rencontrez des difficultés pour remplir un dossier administratif ? Les dépanneurs.euses du Cause Toujours et les conseillers numériques de Fabrico sont là !

Chaque 1^{er} mercredi du mois 8h30→11h

Ecoute, Orientation, Participation

Avec D-BASE

En parallèle de la permanence administrative, viens rencontrer l'équipe de D-BASE pour échanger sur tes envies et besoins, et agir pour toi. Temps d'échange collectif ou d'écoute individuelle.
facebook.com/dbasedrome

Chaque 1^{er} mercredi du mois 8h30→11h

Un job ? un CV !

Avec Céline

Echangeons ensemble sur nos expériences de recherche d'emplois. Reprenons les incontournables : CV, Lettre de motivation, le réseau, les relances. Suite à cet atelier collectif, nous pourrions prendre des RDV individuels pour créer ou mettre à jour vos CV.

Mercredis 26 avril et 24 mai 18h30→20h

FAMILLE/ PARENTALITE

La Causerie des familles

Elsa du Cause Toujours et Vanessa de la MPT du Centre- Ville

Un temps convivial à partager en famille : Un espace de jeux pour les petits (pas de limites d'âge), et un temps d'échanges pour les grands. Une causerie pour échanger sur nos astuces et se rencontrer.

Mardi 25 avril de 17h → 18h30

Mercredi 10 mai de 16h → 17h30

Mercredi 31 mai de 16h → 17h30

Bébé bouquine

Avec Kim de la librairie Notre Temps

Lecture pour les tout-petits de 0 à 3 ans bien sûr accompagnés ☺ : comptines, ukulélé, histoires et jeux de doigts.

Mercredi 10 mai 11h-12h (sur inscription)

Mercredi 28 juin 16h-17h

Goûter conte

Avec Fanny et Céline

Des conteuses ouvrent le bal des histoires à l'heure du goûter et puis... chacun.e s'il/elle en a envie est invité.e à raconter à son tour, juste pour le plaisir !
Chaque 1^{er} mercredi du mois 16h30→17h30

Storytelling – nos enfants et le handicap

Avec Sundari et Jeni, asso l'air de liens

Un moment privilégié entre parents/proches ayant un enfant en situation de handicap. Venez partager des anecdotes autobiographiques autour de thématiques très diverses (pas forcément autour du handicap). Drôle, triste, sérieuse, toute histoire est la bienvenue ! Causerie réservée aux adultes
Jeudis 27 avril, 25 mai et 29 juin 11h→12h30

POLYGLOTTES

Apéro espagnol

Avec Prolet, Laure et Annick

Venez converser en espagnol autour d'un verre
Tous les mardis 18h30

Apéro catalan

Avec Laurent

J'ai vécu 20 ans en Catalogne et je souhaiterais partager autour d'un verre avec ceux qui le souhaitent mon amour pour la culture et la langue catalane.
Mardis 4 avril, 2 mai et 13 juin 18h30

Apéro allemand « Frühshoppen »

Avec Marion

L'occasion d'une rencontre entre germanophones et germanophiles pour discuter dans la langue de Goethe.
Samedis 8 avril, 13 mai et 3 juin 11h→12h30

Apéro anglais/polyglotte

Avec Audrey

Rendez-vous dans la bonne humeur pour converser librement.
Tous les jeudis 18h30 (sauf jeudi 6 avril)

Apéro français

Avec Ana, Marisol et Marie-Amélie

Fais partie d'une intégration multiculturelle amicale où le français sera le lien... Apprends ou partage avec les autres dans une ambiance détendue autour d'un verre.

Vendredi 14 avril, mardi 16 mai, vendredi 9 juin 19h15→20h45

Apéro signe

Avec le groupe Fais – moi signe et leurs amis

Si tu « signes » un peu... beaucoup... passionnément... Viens te perfectionner et discuter en LSF (Langue des Signes Française) dans un moment convivial !

Mercredis 12 avril et 10 mai 18h30

Vendredi 16 juin 18h30

EXPRESSION

Trico Thé

Avec Anelise et Cécile

Tricoter ensemble autour d'un thé, échanger des savoir-faire, des astuces. Débutant.e.s bienvenu.e.s.
Samedis 8 avril, 13 mai et 17 juin 14h-16h45

Salon de lecture collective

Avec Marie-Pierre Donval

Tu lis un peu, beaucoup, passionnément... Apporte un bouquin, une B.D., un poème et partage à haute voix ton coup de cœur en toute bienveillance !
Les derniers mercredis du mois 18h→20h

Facilitation graphique

Avec Adélaïde

Vous avez l'impression d'avoir une mémoire de poisson rouge ? De ne pas retenir ce que vous prenez en note (réunions, cours, leçons...) ? Venez vous initier à la facilitation graphique et à la carte mentale, une chouette méthode pour mieux mémoriser ! (Pour adultes et enfants avec leurs parents)
Samedis 15 avril et 3 juin 11h initiation et 14h perfectionnement

Oser prendre la parole en public

Avec Henri

Vous redoutez de prendre la parole face à un public ? Cet atelier vous propose un accompagnement personnalisé en petit groupe pour acquérir les bases de l'aisance.
Samedis 15 avril et 17 juin 10h30→12h30

Il y a débat !

Avec Kristina

Venez vous entraîner à argumenter, convaincre, présenter vos propos dans un débat structuré. Sujets sérieux ou décalés, c'est la forme qui prime. Et, bien sûr, le plaisir !

2^e jeudi du mois : 13 avril, 11 mai et 8 juin 18h30→20h

Développer et préserver sa voix

Avec Anne

Venez découvrir comment fonctionne notre instrument vocal, et comment préserver votre voix... malgré une charge vocale quotidienne, un environnement bruyant ou des émotions importantes...

Samedi 29 avril 11h→12h

Samedi 27 mai 14h30→15h30

"Lyres et délires" - Rencontres poétiques

Avec Monika

Vous écrivez peut-être en cachette ces mots que vous n'osez exprimer tout haut, vous avez des envies de poésie ? Venez nous rejoindre avec vos textes lus, aimés, écrits ! Venez avec vos idées, vos envies ! Des photos, des images ! Et nous habillerons Valence de poésie !
Vendredis 21 avril et 23 juin 19h→20h30

Samedi 6 mai 11h→12h30

Le printemps des poètes

Avec Marie-Pierre et Christian

invitée : Marlene Tissot - Thème : *Frontières & autres merveilles*

www.printempsdespoetes.com/Edition2023

Jeudi 6 avril 18h30→20h30

LES CAUSERIES

Cause Ensemble – les causeries entre assoc' !

Avec Adélaïde ou Florence

Des temps d'échange entre membres d'asso pour partager nos expériences, problématiques et pratiques :

Mardi 25 avril 18h30 « la RH dans nos assos »

Mardi 9 mai 18h30 « Fonctionnement de groupe et éducation populaire dans nos associations ? » : La vie de groupe n'est pas un long fleuve tranquille. Comment articuler les fonctionnements individuels, la dynamique des groupes avec les outils et perspectives de l'éduc pop.

Jeudi 25 mai 18h30 « la gouvernance dans nos assos »

Vendredi 16 juin 18h30 « Subventions et associations : mode d'emploi ? » : Nous nous intéresserons à la nature des subventions, et aux étapes d'une demande de subvention. Nous décrypterons la différences entre les subventions, les prestations, les appels à projets, les marchés publics.

Causerie "briser la solitude de l'auto-entrepreneuriat"

Avec Sidonie

Tu te sens seul.e parfois dans ton auto-entrepreneuriat et souhaite échanger avec d'autres dans la même situation ? Viens partager tes expériences et difficultés pour ensemble réfléchir à des solutions et ne plus se sentir seul.es !
Chaque 1^{er} jeudi du mois 18h30→19h30

Café Contact Famille LGBT

Avec Florence, Françoise et Jean, de l'association

Contact Drôme-Ardèche et Florence

Orientation sexuelle, identité de genre, un cadre convivial pour partager, proposer des projets ou simplement écouter.

Les 1^{ers} samedi de mai, juin et juillet 15h→16h45 (pas de rencontre en avril !)

Café philo

Avec Guillaume

Professeur de philo au lycée, Guillaume vous propose ce temps d'échange pour faire sortir la philo de son carcan scolaire ! Cette fois-ci nous parlerons du désir. Merci d'arriver à l'heure, jauge de 15 personnes.

Vendredi 12 mai 18h30→20h

Apéro Geek Social Club

Avec Saami et Clara

Moment d'échanges entre passionné.e.s de culture Pop ! Organisé par l'association "Valence Geek Club". Ouvert aux enfants (>10ans) accompagnés d'un.e adulte.
Vendredis 21 avril et 23 juin 18h30→20h30

Apéro des paumés

Avec Bérangère et makesense.org

Tu as l'envie de changer de vie/job/relations/habitats/garde-robe... et tu te sens un peu seul.e dans ta paumitude ? Alors viens rencontrer d'autres Paumé.e.s en toute simplicité autour d'un verre.

Mardis 18 avril et 27 juin 18h30

Causerie Forêt

Avec Hermine et Agnès

La forêt est un bien commun précieux, essentielle à la vie sur terre. Quel est son avenir ? Quels sont les enjeux de sa préservation ? Rencontrons-nous pour en parler !
Mardi 2 mai 18h30

Caféministe

Discussion autour des différents féminismes, des droits des femmes et plus généralement de l'égalité femme/homme. + d'infos sur la page facebook *Caféministe Valence*. Ouvert à tout.e.s, places limitées.
Chaque 3^e jeudi du mois 18h30 (sauf mai, férié)

Café mortel

Avec l'association Thanatosphère

Abordons librement et sans tabou nos expériences avec la mort. Ce n'est pas une thérapie de groupe mais un groupe de parole qui permet de porter un regard neuf sur la mort.

Mercredi 17 mai 18h30→20h30

Causerie-débat sur la fin de vie

Avec l'Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité Informations et débat dans le cadre de la convention citoyenne de la fin de vie. Rencontre en présence de sa déléguée départementale Sandrine Langenecker.
Vendredi 28 avril 18h30→20h30

Causerie habitat partagé : et si on passait à l'action ?

Avec Célia

Vous souhaitez créer ou rejoindre un habitat participatif ? Temps de rencontre et d'échange en petits groupes sur les envies et questions qui vous habitent !

Mardi 11 avril 19h→20h45

Mercredis 31 mai et 28 juin 19h→20h45

Parlons vélo !

Une permanence pour parler vélo à Valence avec l'association les Re-Cyclettes !

2^e samedi du mois avril et mai 11h→12h

Causerie immigration

Avec l'ASTI de Valence

A l'heure où l'immigration est érigée en bouc émissaire, comment, entrer en résistance ? Comment créer des réseaux d'aide d'employeurs, d'accueillant-es ? IL EST TEMPS DE S'ORGANISER ! L'ASTIV est une association de solidarité avec les étranger-es qui apporte un accompagnement juridique et administratif.
Mercredi 24 mai 18h30

Causerie LPO (Ligue pour la Protection des Oiseaux)

Avec Maëlle

Quizz piafs : venez tester vos connaissances sur les oiseaux qui nous entourent ! Anecdotes, conseils pour les protéger et pause sonore avec leurs chants. puis causerie piaf. Ouvert aux enfants à partir de 6 ans.
Jeudi 22 juin 18h30

Qui sont les chauves-souris ? : Venez plonger au cœur de la nuit pour en apprendre plus sur ces étranges bêtes à poils. Nous finirons par une chauerie (causerie mais pour les chauves-souris). Ouvert aux enfants à partir de 6 ans.
Jeudi 29 juin 18h30

ATELIERS « faites le vous-même »

Atelier Cuisine du Monde

Avec Annick

Participez à un atelier de cuisine du monde et partagez un repas en échangeant sur nos cultures culinaires ! Prix libre et conscient. Côté cuisine.
Inscription au 06 76 72 26 95

Liban avec Wissam **samedi 29 avril** 8h30→13h

Pérou samedi 6 mai 8h30→13h

Polynésie avec Ilana et Célia **samedi 3 juin** 8h30→13h

Espagne samedi 1^{er} juillet 8h30→13h

Repas sur place possible sans participer à l'atelier – prix habituel – Réservation au café.

Atelier Alimentation vivante

Avec Justine

Dans cet atelier, nous aborderons les principes de l'alimentation vivante, l'importance de se nourrir sainement avec des végétaux de saison et l'intérêt et les bienfaits des jus de fruits et de légumes (par l'extraction à froid). Nous partagerons un jus confectionné sur place. Prix libre et conscient, sur inscription.
Jeudi 27 avril 18h30→20h

Cantine de minuit

Avec Marie et Patrick

Le Manga la *Cantine de minuit* décrit la vie nocturne d'un izakaya qui prépare à la demande les plats qui font envie aux clients. Un atelier de cuisine, de 17h à 20h (sur inscription au café-prix libre et conscient) où on prépare les plats et on dessine. puis repas de 20h à 22h (prix habituel sur réservation au café) !
Samedi 24 juin 17h→20h atelier / 20h→22h repas

ATELIERS/CAUSERIES « qui font du bien »

Atelier gestion du stress

Avec Marc

Venez découvrir et pratiquer des méthodes simples, agréables pour gérer vous-même le stress, vous ressourcer grâce à la respiration, le mouvement, la concentration et l'imagination.
Mercredi 12 avril et Vendredi 9 juin 18h30→20h

Initiation à l'hypnose et auto hypnose

Avec Marc

Découvrir et expérimenter l'hypnose et l'auto hypnose de manière ludique et bienveillante.
Mercredi 3 mai 18h30→20h

Street hypnose

Avec Marc

Rejoignez-nous en terrasse du Cause Toujours pour expérimenter l'HYPNOSE de manière ludique, et bienveillante, auprès des personnes qui le souhaitent.
Mardi 20 juin dès 17h

L'astrologie humaniste, un outil de développement personnel

Avec Daniëlle

Comment être plus en phase avec notre SOI, nos désirs, nos besoins et dans nos relations ? Pour le côté ludique, inscrivez-vous en indiquant votre prénom, date, heure et lieu de naissance à proudastrologie@gmail.com - Une carte de votre ciel natal de naissance vous sera transmise.
27 avril et 30 mai 18h30→20h / **24 juin** 10h30→12h

Sophrologie relationnelle

Avec Karine

Pratique et échange en petit groupe. En s'appuyant sur des techniques de relaxation dynamique et de visualisation en lien avec la respiration, venez découvrir vos propres ressources et capacités de manière simple, efficace et avec joie. Pas de tenue particulière ni de matériel requis.
Jeudi 6 avril 11h→12h Apprendre à réguler le stress
Jeudi 4 mai 11h→12h Améliorer son sommeil
Jeudi 1^{er} juin 11h→12h Se libérer des tensions corporelles

Atelier « à la découverte de ses talents »

Avec Sylvie

C'est quoi un Talent ? Quest-ce qui se passe inconsciemment pour moi derrière l'idée d'exercer mes talents ? Atelier d'écriture à partir d'un outil de physique quantique
Mercredi 10 mai 18h30→20h
Samedi 27 mai 10h30→12h

THEATRE

Le LABO - Improvisation théâtrale

A nouveau la troupe du LABO vient improviser une histoire, en format long, à partir de saynètes déjantées ou émouvantes. Durée : 1h - Prix libre et conscient
Vendredi 7 avril 20h

Delirium

Humour et théâtre - de et avec Jean-Pierre Yvars Voyager dans l'univers de Raymond Devos à travers des sketches hâchés... entremêlés d'improvisations, liantes, parfois délirantes. Dans la jovialité, mais pas que... quoi que. Et quoi dire quoi ? Rester coi. Durée : 1h20 - Prix libre et conscient
Vendredi 5 mai 20h

Scène ouverte

Des comédien-ne-s régionaux-nales (pros ou amateur-ice-s) viennent se produire en public (courtes performances 20 min max). Que ce soit du théâtre, impro, clown ou one man show, inscrivez-vous pour jouer : theatre@lecausetoujours.fr (en indiquant votre numéro de téléphone) Entrée libre
Vendredi 2 juin 20h

MUSIQUE

Scène ouverte slam et concert d'Otimani

Avec Roland alias Double R

Scène slam ouverte et généreuse pour faire claquer les mots, à chacun son écho. Suivi du concert d'Otimani, chanteur, poète et slameur, dont la voix tantôt fragile, rageuse ou mélodieuse évoque une quête humaine essentielle, entre écorce et bitume.
Scène ouverte slam - 17h30

Concert d'Otimani - 20h - Prix libre et conscient

Vendredi 30 juin

Concert « Les Autres »

Trio de chanteurs/ pianistes / comédiens qui jouent de leurs chansons à l'humour décalé !

Samedi 13 mai 20h (en extérieur)

Moment musical participatif

Location pour des musicien-nes amateurs de venir improviser ensemble sur la scène du Cause toujours.

N'hésitez pas à venir jouer quel que soit votre niveau ! L'idée est surtout de s'amuser à jouer ensemble et de se rencontrer.
Inscription : com-musique@lecausetoujours.fr

Vendredis 28 avril 20h30 et **26 mai** 20h

Scènes ouvertes acoustiques

Débutant.e ou amateur.trice confirmé.e, venez-vous exprimer sur scène et faire vibrer le Cause Toujours !
Inscription : patrick@lecausetoujours.fr

Samedi 29 avril 14h30→16h30

Samedi 17 juin 14h30→16h30