



 **Planning d'activités**   
Café associatif La Belle Poule - Amboise  
**Janvier 2026**



**Mercredi 7 janvier – café ouvert de 14h à 18h (permanence : Claudine, Karine, Marie-Anne)**

**15h-17h** 🍷 🧑🏻‍🍳 🍷 **LA PAUSE GOÛTER** le rendez-vous des 8-12 ans, avec Claudine. Sans écrans, sans parents, échanger, écouter, partager, raconter, et goûter, ensemble – participation 4€ (goûter fourni) - Adhésion année scolaire 5€ ou 1€ par date – inscription par mail sur [cotcot@labeledpoule.org](mailto:cotcot@labeledpoule.org)

**Jeudi 8 janvier – café ouvert de 14h à 18h (permanence : Mimi et Sylvie)**

**14h-17h** 🎨 **AQUARELLE** pour tous (avec Jean-Yves) – participation financière libre

**Vendredi 9 janvier – café ouvert de 16h à 19h (permanence : Anne et Anne-Marie)**

**16h30-18h30 Atelier collaboratif sur le thème fil rouge de l'année 2026 à La Belle Poule autour de l'alimentation "Nourrir le corps, Nourrir l'esprit"** – On se réunit pour mettre en place ensemble les rendez-vous du projet pendant l'année. Toutes les bonnes volontés sont les bienvenu.e.s !

**Samedi 10 janvier – café ouvert de 14h à 17h (permanence : Mimi et Nadine)**

**10h-12h** 🏥 **Café Santé organisé par le réseau Allié Santé du Val d'Amboise - Thème : Qu'est ce que la santé globale ?**  
(Permanence : Sylvie et Marie-Anne)

**14h30-16h30** 🗣️ 🧑🏻‍🍳 📖 **CAFÉ PHILO**, thème : L'absence

**Mercredi 14 janvier – café ouvert de 14h à 18h (permanence : Anne-Marie, Karine, Andrée et Marie-Anne)**

**14h30-17h30** 🧶 **CAFÉ TRICOT-CROCHET** (avec Anne-Marie E.) - participation financière libre

**16h-18h** 🇮🇹 **NOUVEAU – LA BELLA GALLINA – Découvrir l'italien, converser, échanger autour de la culture italienne**

**Jeudi 15 janvier – café ouvert de 14h à 17h (permanence : Sylvie et Maryse / Nadine et Anne)**

**14h-17h** 🎨 **AQUARELLE** pour tous (avec Jean-Yves) – participation financière libre

**18h-20h** ♠️ 🎮 **CAFE BELOTE** – venez rejoindre nos équipes et taper le carton à La Belle Poule !

**Vendredi 16 janvier – café ouvert de 16h à 19h (permanence : Claudine)**

**16h-17h30** 🥄 **Lancement du projet 2026 – Nourrir le corps, nourrir l'esprit : créons ensemble le LIVRE DE RECETTES COLLABORATIF de La Belle Poule** -> avec Claudine : nous commencerons par les légumes anciens et surtout le topinambour : c'est la pleine saison de ce légume ancien à la saveur plutôt sucrée. Échangeons sur les recettes avec des topinambours, prenons notes et photos pour le livre de recettes, et repartons avec nos légumes à cuisiner à la maison ! (en direct du jardin potager)

**17h30-19h Échange /débat sur** : Que souhaite-t-on changer individuellement ou collectivement en 2026 ? Peut-on s'entraider pour y arriver ?

**Samedi 17 janvier – café ouvert de 14h à 17h (permanence : Mimi et Anne)**

**12h30-14h Repas partagé** : chacun.e apporte un plat à partager, ouvert à tous et toutes les adhérent.e.s

**14h-16h** 🗣️ 📅 **Café Planning mensuel** : préparation de février 2026 (vos nouvelles propositions et/ou envies, le cycle de conférences et animations 2026 autour du thème de l'alimentation, nouveaux ateliers etc) ; ouvert à chacun.e des adhérent.e.s (avec Anne).

🌟 **A 16h, retrouvons-nous nombreux.ses pour partager la BRIOCHE DES ROIS ET DES REINES offerte aux adhérents par La Belle Poule.** 🌟

**Lundi 19 janvier – café fermé – ouverture uniquement pour les inscrits à l’atelier**

**13h30-17h** 🗨️ 🗨️ **ATELIER LE JABOT DE LA BELLE POULE** : lecture à voix haute. Avec Joël, groupe 2025-2026.

**Mercredi 21 janvier – café ouvert de 14h à 18h (permanence : Claudine et Karine)**

**14h-18h** 🍯 **MODELAGE CÉRAMIQUE** avec Gilles, argile et matériel fournis (prévoir un tablier), participation 3 € (+1 € de cotisation ponctuelle si non adhérent.e). Inscription recommandée mais pas obligatoire, sur [cotcot@labellepoule.org](mailto:cotcot@labellepoule.org)

**Jeudi 22 janvier – café ouvert de 14h à 17h (permanence : Mimi et Sylvie, Anne à partir de 17h)**

**14h-17h** 🎨 **AQUARELLE** pour tous (avec Jean-Yves) - participation financière libre

**17h-19h** 🧶 **CAFÉ TRICOT-CROCHET** (avec Anne-Marie E.) - participation financière libre

**Vendredi 23 janvier – café ouvert de 16h à 19h (permanence : Claudine et Marie-Christine)**

**16h30-18h Atelier collaboratif sur le thème fil rouge de l’année 2026 à La Belle Poule autour de l’alimentation “Nourrir le corps, Nourrir l’esprit”** – On se réunit pour mettre en place ensemble les rendez-vous du projet pendant l’année. Entrée libre.

**18h-20h** 🛠️ **REPAIR CAFÉ** (avec Fabien et André, permanence : Marie-Christine), participation financière libre

**Samedi 24 janvier – café ouvert de 14h à 17h (permanence : Mimi + ? second.e permanent reste à confirmer)**

**14h30-16h30** 📖 **CAFÉ ÉCRITURE – atelier d’écriture participatif**

**Mercredi 28 janvier – café ouvert de 14h à 18h (permanence : Marie-Christine et Anne-Marie)**

**14h-18h** 🍯 **MODELAGE CÉRAMIQUE** avec Gilles, argile et matériel fournis (prévoir un tablier), participation 3 € (+1 € de cotisation ponctuelle si non adhérent.e). Inscription recommandée mais pas obligatoire, sur [cotcot@labellepoule.org](mailto:cotcot@labellepoule.org)

**14h30-17h30** 🧶 **CAFÉ TRICOT-CROCHET** (avec Anne-Marie E.) - participation financière libre

**Jeudi 29 janvier – café ouvert de 14h à 17h (permanence : Mimi et Sylvie)**

**14h-17h** 🎨 **AQUARELLE** pour tous (avec Jean-Yves) - participation financière libre

**16h-17h** 📖 **CAFÉ DICTÉE** (avec Anne-Marie V.)

**Vendredi 30 janvier – café fermé exceptionnellement MAIS on s’occupe de notre café quand même 😊 APPEL aux adhérents pour le chantier de rénovation de notre lieu commun – de 9h à 12h et/ou de 14h à 17h (svp faites savoir quand vous pouvez passer donner un coup de main**

Après Décrochage de l’exposition “Amboise, mémoire ouvrière au féminin” –> **Travaux à plusieurs : on repeint les murs blancs du café (salle du café, wc, au minimum) – et on prend les mesures pour préparer la pose des rideaux devant les rangements de la salle d’activités...**

**Samedi 31 janvier – café ouvert de 14h à 17h (permanence : Mimi et Claudine)**

**14h30-16h30** 🎮 🌸 🍷 **Après-midi JEUX et CHANTS participatif**

A très vite au café 🍷

LA BELLE POULE,  
Café associatif - 42 rue Rabelais – 37400 Amboise  
email : [cotcot@labellepoule.org](mailto:cotcot@labellepoule.org) -- Facebook : @labellepoule37 – site internet : [www.labellepoule.org](http://www.labellepoule.org)

