

NOUVEAU AU PETIT MARCHÉ DU MARDI!!

Déjà, tu peux trouver des délicieux légumes et fruits, des biscuits sucrés salés, du bon pain bio sur commande, et de temps en temps de la charcuterie et viande de porc **mais désormais, tu trouveras aussi des bons œufs frais locaux !**

Justine PLANCHE, éleveuse de volailles à Mercuer te propose :

les 6 œufs à 2,50€ ou les 12 œufs à 5€ ou les 30 œufs à 11€

Tu pourras venir te servir tous les mardis au Pas de Côté de 16h30 à 20h. Règlement en chèque ou espèces. Pense à ramener tes boîtes d'œufs !

Elle te proposera aussi régulièrement, sur commande, des poulets, des poulardes ou des chapons... Il te faudra aller les chercher à Burac (Mercuer) car il faudra peser la bête !

Petit rappel : Le Pas de Côté te rend tous ces services gratuitement. Nous ne prenons rien sur toutes les ventes, les commandes... Alors, merci à toi pour ton soutien en buvant un coup, en prenant ton adhésion, en venant avec ton plus beau sourire !

LES HYDROLATS EN PROMOTION

Annabelle te propose ses hydrolats bios en vente au Pas de Côté à la petite épicerie à moitié prix : 4€ au lieu de 8€ ! Tout doit disparaître !

Tu trouveras hydrolats de thym, de sureau, de laurier, de plantain, de mélisse, de genévrier.

On appelle « hydrolat » l'eau issue de la distillation d'une plante à la vapeur d'eau réalisée avec un alambic. Lorsque la plante distillée est une plante aromatique, on obtient de l'huile essentielle en parallèle. Si tous les deux sont des produits de l'aromathérapie, l'hydrolat est beaucoup plus doux que l'huile essentielle, car il est beaucoup moins concentré. Ce sont les mêmes propriétés, mais sans les effets indésirables.

Alors, viens faire le plein!

Les évènements culturels

Spectacle musical

Vendredi 28 février 20h30

PETIT DUO POUR GRAND ÉCRAN

**De et avec Sylviane SIMONET
et Vincent TROUBLE**

Cet hommage passionné au 7e Art est une lecture-spectacle, un cabaret littéraire et musical.

Écrits sur le cinéma, extraits de romans, répliques cultes, musiques de films et chansons, il célèbre avec humour l'amour du cinéma.

La comédienne et chanteuse SYLVIANE SIMONET, en compagnie complice de VINCENT TROUBLE, pianiste, accordéoniste et comédien, distillent avec suavité toute une palette d'extraits de textes sur le cinéma, de dialogues de films cultes ou de chansons rendant hommage au 7e Art. De la gouaille d'Arletty dans "Hôtel du Nord" et sa "gueule d'atmosphère", à Bernard Blier dans "Les Tontons flingueurs", en passant par bon nombre de clins d'œil à Charlot ou aux westerns hollywoodiens.

Ponctués en intervalles par le piano, l'accordéon ou le oud de Vincent Trouble, ces extraits de textes ou de dialogues sont incarnés par les deux comédiens avec un aplomb et une joie de vivre fantastiques.

Ouverture des portes : 19h30

Début du spectacle à 20h30 pile!

Tarif entrée : 10€

Pas d'adhésion nécessaire.

Pas de réservations mais places limitées, Viens à l'heure!

Attention pas de CB, pense à prendre du liquide.

Petite restauration sur place (produits frais et locaux)



Concert

SAMEDI 8 MARS 20h30

Lulubelle

Toys musique with jouets

Merryl M. & Didier Beauvalet

Merryl joue avec des samples, un delay, et réutilise les sons comme un genre de phonétique ; il va jusqu'à créer son propre instrument de musique : le merrylophone ! Didier, acousticien, accessoirise aussi le jouet pour qu'il devienne un instrument amplifiable : sa maîtrise des techniques du son, ses connaissances en la matière, lui permettent d'inventer.

Leur approche technique de la musique les émancipe du conventionnel. Non seulement ils usent d'ingéniosité mais savent rester stoïques dans ce qu'il y a de plus insolite. Si leur création n'a pas de limites, la restitution non plus !!

C'est déjanté et jubilatoire !! Cette musique là, on ne la voit pas tous les jours ! Des têtes pareilles, on n'en croise pas tous les jours !

Tarif entrée: Prix libre et conscient.

Pas d'adhésion nécessaire

Ouverture des portes : 19h30

Attention pas de CB, pense à prendre du liquide.

Petite restauration sur place (produits frais et locaux)

Théâtre

VENDREDI 14 MARS 20H30

"N'oublie pas que je ne t'oublie pas"

Seul en scène décérébré

Cie des Bulles et des Grains de et par Sophie Courtois Un spectacle sur l'aïdance. La maladie. Les familles et les soignants face aux maladies neurodégénératives. Évoquer les moyens existants, en France, aujourd'hui, pour encourager, faciliter le maintien à domicile. Parler de mission, de fatigue, d'agacement, de deuil, d'amour...

Véritable acte d'amour pour ses parents, pour les malades et tous ceux qui luttent et gravitent, Sophie fait de ce spectacle un moyen d'ouvrir le dialogue et d'éclairer sur le fait qu'il existe bien des manières d'accompagner dans la maladie.

Seule en scène, Sophie Courtois est accompagnée par ses parents, le corps médico-social, la Science...

On rit, on pleure, on en parle. Parce qu'il faut en parler.



Tarif entrée : Prix libre et conscient

Pas d'adhésion nécessaire

Ouverture des portes : 19h30

Attention pas de CB, pense à prendre du liquide.

Petite restauration sur place (produits frais et locaux)

Les Rendez vous

Des beaux moments de rencontre te sont proposés par une équipe de bénévoles au top qui va animer ces rendez-vous, t'accueillir dans la bonne humeur !

CAFE BLA BLA

Parents / enfants

Tous les 3èmes mercredis du mois de 10h à 12h

Prochaine rencontre : 19 mars

Avec le "Café BlaBla", le Pas de Côté offre aux parents de jeunes enfants un espace d'échange, de rencontre et de jeux.

Retrouvez nous pour partager un café, un thé ou autres avec d'autres parents et leurs petits. On va discuter ensemble de sujets divers autour de la parentalité (grossesse, allaitement, portage, sommeil, entrée à l'école etc) avec, à venir, différentes interventions de professionnels.

Rejoignez nous pour passer un bon moment ensemble!

Entrée libre

Adhésion nécessaire : 3€ minimum à l'année

SOIRÉE JEUX POUR LES GRANDS

Tous les 1er vendredis du mois de 20h à minuit

Prochaine soirée : 7 mars

Le Pas de Côté te propose de laisser tes enfants chez la nounou ou chez mamie et de venir profiter et partager une soirée jeux (cartes, jeux de société...).

Le but majeur est de se faire plaisir, chacun apportant bonne humeur et humour, même quand les parties sont tendues et acharnées ...!

Entrée Libre

Adhésion nécessaire : 3€ minimum

Petite restauration sur place (produits frais et locaux)

APRÈS MIDI JEUX POUR TOUS !

Tous les 1er vendredis du mois de 16h30 à 19h

Prochaine date : 7 mars

Trop youpi, la ludothèque du centre social le Palabre débarque au Pas de Côté une fois par mois et envahit avec bonheur le lieu de jeux en tout genre et pour tous!

Des jeux en bois, des jeux de société , des jeux de carte, des jeux pour les bébés, etc...

Allez hop, on débarque en famille, on prend son goûter et c'est parti pour un superbe après midi de JEUX!!!

On peut aussi boire un coup! Mais oui, c'est même fortement recommandé pour soutenir le Pas de Côté !

L'entrée est gratuite MAIS les adultes n'oublent pas d'adhérer pour l'année 2025: 3€ minimum

SOIRÉE PERCUSSION

Tous les derniers mercredis du mois de 18h30 à 21h

Prochaine rencontre : 26 mars

On te propose une rencontre musicale uniquement dédiée aux percussions. Apporte ton Djembé, tes maracas, tes castagnettes, tes shakers et autres wood blocks pour faire du bon son tous ensemble !!

Si tu es juste curieux, tu es bienvenu pour venir écouter et danser!

Buvette sur place et petite restauration.

Entrée libre

Adhésion nécessaire : 3€ minimum

Les jeudis soirs du Pas de Côté

Les jeudis soirs du Pas de Côté sont animés par la super équipe des bénévoles ! Ils t'accueillent, te servent au bar et s'occupent d'animer toutes les soirées proposées. Chaque jeudi du mois, on te propose une soirée à thème autour de la pratique artistique (musique, danse, chant) pour se lâcher, délirer et passer un bon moment ensemble dans la bonne humeur.

Tous les 1ers Jeudis du mois à 18h30

SOIRÉE BOEUF / JAM SESSION

Prochaine soirée : jeudi 6 mars

Il est temps de sortir ta guitare, ta trompette, ton clavier, ton triangle, ta voix, ta basse, ton violon, ton accordéon, ton cajon... Bref, on se retrouve, on tente, on rigole, on improvise, on passe un bon moment entre musiciens de tous niveaux, sur scène, sans prise de tête. C'est ouvert à tous et à toutes : débutants, confirmés! C'est pour s'éclater, se lâcher, se rencontrer et faire de la musique ensemble plutôt que tout seul dans son coin!!

Le Pas de Côté te met à dispo tout ce qu'il faut en son et lumière. Y a plus qu'à ! Alors, quoi ? On y va ?

Entrée libre.

Adhésion nécessaire : 3€ à l'année civile

Un groupe WhatsApp a été créé afin de préparer et animer au mieux ces soirées. Tu peux t'y inscrire sur place auprès de Thierry.

Petite restauration sur place (produits frais et locaux)

Tous les 2èmes jeudis du mois à 20h

Soirée Finger Style Rendez-vous

Prochaine soirée: Jeudi 13 mars

L'association Finger Style Rendez vous favorise les rencontres et les échanges entre amateurs et professionnels, lors de scènes ouvertes gratuites, dont l'instrument principal est la guitare, dans différents lieux du coin. Tu peux venir chanter, grattouiller ou autre, seule contrainte : il faut un instrument à cordes sur scène! Reprises, compositions, bref, tout peut

y passer et tu peux aussi venir en simple spectateur. Il te faudra être adhérent au Pas de Côté ou à Finger Style pour y assister.

Inscris toi auprès de l'asso Finger Style.

Christine : 04 75 89 04 69

Entrée libre

Adhésion nécessaire : 3€ à l'année civile

Petite restauration sur place (produits frais et locaux)

Tous les 3èmes jeudis du mois à 19h00

Soirée Boum "Le Pas de Danse"

Prochaine soirée : jeudi 20 mars

Le son et la lumière sont en place, une playlist du tonnerre concoctée rien que pour toi (et tu peux aussi venir avec la tienne!). La best team bénévole t'accueille dans la joie pour une soirée survoltée!

Alors, mets tes vêtements les plus brillants, sors tes paillettes et tes accessoires les plus funs, répète tes chorés et viens te déhancher et te lâcher à la boum du Pas de côté dans la bonne humeur, la bienveillance!

Entrée libre

Adhésion nécessaire : 3€ minimum

Petite restauration sur place (produits frais et locaux)

Tous les 4èmes jeudis du mois à 19h00

Soirée KARAOKE

Prochaines soirées : 27 février et 27 mars

Réveille l'artiste qui est en toi! Pas besoin d'avoir les cordes vocales de Céline Dion pour chanter tes morceaux préférés.

Allez viens seul.e.s ou entre ami.e.s et embrasse ce rôle de star qui te va si bien !

Le Karaoké du Pas de Côté c'est du partage, du participatif, de la rencontre, tout ça dans la bienveillance, le non jugement et l'esprit festif !!!

Entrée libre

Adhésion nécessaire : 3€ minimum

Petite restauration sur place (produits frais et locaux)

STAGE

STAGE BD

cet été au Pas de Côté!

L'atelier de dessin et de BD des monts d'Ardèche te propose

du 21 au 25 juillet

de 14h à 16h

Un stage créatif de Bandes dessinés pour ados!

Tu as entre 8 et 16 ans, tu es un fan, de BD, tu rêves de te lancer, de découvrir, de créer, ce stage est fait pour toi !

Toutes les infos et inscriptions au :

06 42 22 84 25 ou atelierdessinetbd@gmail.com

LES ATELIERS- COURS

ATELIER CIRCLE SONG & CHANT POLYPHONIQUE

Association Vibrance - Aurélia Etienne

Le chœur Trace Ta Voix recrute ! 

Si l'envie de chanter en groupe à plusieurs voix harmonisées vous démange, rejoignez-nous !
Nous travaillons des chants d'horizons divers: chants du monde, compos, gospel,
arrangements de musique pop.

Un mercredi sur deux au Pas de Côté, de 18h à 20h.

Nous démarrons par 30 mn de Circle Song, pour chauffer nos voix et prendre plaisir à

improviser de façon guidée, en cercle.

Pré-requis: savoir chanter à plusieurs voix, avoir le sens du rythme.

Cet atelier est dédié à l'Harmonie, à faire sonner et vibrer nos voix ensemble, via des dispositifs de Circle Singing et l'apprentissage de chants à plusieurs voix.

Contacteur Aurélia au 06 65 47 56 53 ou à tracetavoix07@gmail.com

Impro vocale adultes

Deux fois par mois, venez jouer avec votre voix et retrouver votre âme d'enfant!

Explorer des sons, harmoniser en improvisant, jouer avec les rythmes, les mots, le langage imaginaire...

Un jeudi sur deux au hameau des Echandols, de 18h à 20h.

Pré-requis : l'envie !

Contacteur Aurélia au 06 65 47 56 53 ou à tracetavoix07@gmail.com