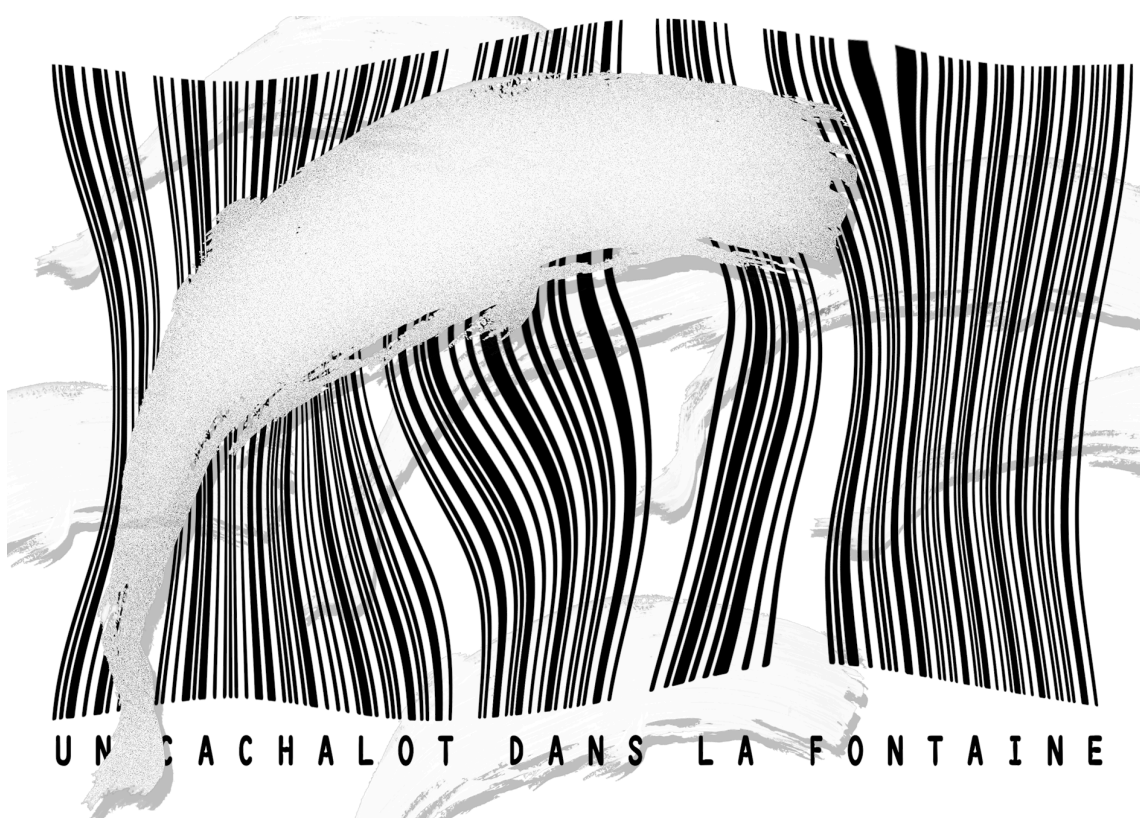




Bon Jour ! 😊

J'aurais bien aimé qu'elle parte hier cette newsletter Et si je me pose la question du "pourquoi" eh bien, j'entends seulement que ç'aurait été un indicateur égo-gratifiant de mes leçons de discipline ! ... Et quand je me demande si j'ai progressé en discipline à d'autres endroits, j'entends "oui" ... Et quand je me demande si c'est important pour vous que je m'auto-congratule, la réponse est franche, nette, claire : "non !!!!!" 😊

Alors j'ai cherché ce qui était le plus nécessaire là, à cet instant où les questions/réponses faisaient du Ping-pong dans ma caboche ... Et Ben même en pensant très fort à vous, au passé, au présent, à l'avenir, l'ultime réponse a été : "Respirer" ! Parce que, sans déconner, je crois que si on me demandait comment je m'appelle, je ne serais pas toujours en capacité de comprendre la question ! 😊

Un tas de projets me tiennent à coeur et je veux y mettre une cervelle en bon état ! Alors hier, j'ai choisi de sélectionner très très rigoureusement les sollicitations les plus urgentes et après Me suis allongée sur mon lit, j'ai lu un bout du roman qui me fait voyager et je me suis Reposée !!!!!

Puis j'ai essayé d'écouter ce que j'avais envie de vous dire ! Et dis donc dis donc, comme c'est bizarre, c'était encore plus intime (voire impudique) que les qqs mots d'au-dessus !!!

ça m'a fait penser à un podcast, j'me suis dit que j'allais vous le mettre là >>
<https://youtu.be/yD3O-uuTjXw?si=nOOjOhIoTyTGXZh9> (Me demandez pas pourquoi, j'l'ai senti comme ça, vous en ferez ce que vous voudrez mais j'aime

beaucoup beaucoup les podcasts de Louie Media et particulièrement ceux de Marie Misset ! 😊)

En parlant de podcasts ...



Les copains, la famille de [Radio162](#) nous a prêté du matériel ! Et Pierrick a laissé un catalogue de podcasts à enregistrer qu'il n'aura jamais le temps d'enregistrer seul ! Dans la tête de Pierrick, c'est bcp mieux rangé que dans la mienne mais alors dis donc, y a un sacré paquet de choses passionnantes !!! 😊

Si vous avez envie de créer votre propre podcast (ou d'aller faire un tour dans le bout de cervelle de Pierrick), n'hésitez pas à nous en parler !



{ces petites icônes toutes mignonnes apparaissent toutes grandes et floues sur le test mobile de ma newsletter d'aujourd'hui mais Les liens fonctionnent et je n'ai pas envie de régler ce souci, désolée pour vos yeux sur téléphone 😊😭}



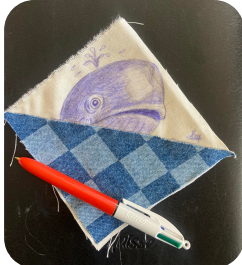
On vous attend !

C'est le 7ème jour du [Cachaloktober](#) !!!

Et c'est un bonheur de recevoir, quotidiennement, les participations assidues de Pierrick et Catherine ! Il y a eu le poème de Marima et un Cachalo anonyme ! J'ai essayé ... le premier jour ... Y ai pensé tous les jours N'ai pas réussi à me concentrer Bon, ben c'est pas grave, chuis pas la seule 😊

(J'ai commencé à créer une petite galerie sur le site mais je n'ai pas encore récupéré toutes les photos et pas eu le temps de corriger les bug 😊🙏)





Celui du jour de Pierrick m'a beaucoup touchée ...

Parce qu'il sera dans le futur patchwork ! Et ça, ça me réjouit tellement !

(Vous vous souvenez ? >> <https://jesuisuncachalot.fr/le-patchwork/>.)

Alors on vous attend Pour le cachaloktober et le patchwork !

.....

Le mercredi 8 octobre

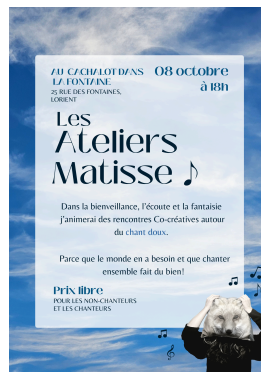
à 18h

On vous rappelle aussi qu'il y a autre chose de réjouissant demain : les ateliers Matisse de Solen 🙌 C'est à 18h et on espère que vous aurez choisi de venir vibrer avec nous ...

(Avec elle si je suis partie me cacher ! 😊)

si à vous aussi ça fait envie et peur à la fois de sortir de votre zone de confort ben Ayez l'assurance que Solen saura rendre cet espace là confortable !

(Et si jamais Ben y a plein de cachettes au Cachalot 😊)



Cliquez sur l'image (ou [là](#)) pour en savoir plus

.....

Quoi d'autres ? 🤔

Ah oui !!!



Le mardi 14 octobre

à 14h

Catherine, Dorothee, Aaron et moi, on va essayer d'être dispos en même temps ... (Sinon, on en fera plusieurs ^^) Mais on va s'organiser un petite atelier **confection de coussins** mardi prochain (**le 14**) à **14h** ! Vient qui veut !

.....

Et puis ... L'apéro-tricot se transformera sans doute en soirée tricot pendant les vacances parce que Véro Elle est pas dispo à l'heure de l'apéro en ce moment ! ^^



ça y est, je vous libère !!! 😊😊😊

Me voilà bien détendue pour aller au local à 14h ! Go !

De mes nageoires tendres et souples,
je vous embrasse 🤗💕



Un cachalot dans la fontaine
25 rue des fontaines à Lorient
contact@jesuisuncachalot.fr 06.64.96.75.95