



Bonjouuur ^^

(Bon, ben Cachalot ou pas ... J'en ai ras-le-bol de l'eau, moi ! 😊)

Et vous, comment allez-vous ???

.....

J'ai pris le temps, comme d'habitude, de me poser là, devant mon écran, de penser à vous très fort, à ce qui m'a éloignée de vous beaucoup ... (*Enfin entendons-nous bien, je n'étais jamais loin de vous "beaucoup" mais j'ai pensé "beaucoup"* 😊)

On a travaillé sur l'**appel à projets** avec toutes ces âmes déjà mobilisées. Pour vous, pour moi, pour nous ... je ne sais pas dans quelles proportions mais ... **Oh oui, que c'est beau la "convergence" !** Leur soutien et leur générosité me touchent ! 💖

Alors, ça y est, l'**appel à projets** est en ligne et on va travailler sur sa diffusion tout le mois de février !



Nous serions vraiment ravis d'avoir l'opportunité d'être une pièce du puzzle ou quelque chose comme la clé d'un verrou 🗝️ 😊, d'être le maillon d'une chaîne, l'opportunité qui crée d'autres opportunités [Vous pouvez [revoir la vidéo d'explication du projet par là !](#) ^^]

Si vous (ou quelqu'un.e que vous connaissez), avez une ambition artistique au fond du ventre, cette petite flamme

qui vous fait brûler à la fois de peur et d'envie, qu'il est temps pour vous d'oser enfin vous exprimer, à travers les mots, le corps, la matière, ... qu'il vous manque un petit quelque chose pour sauter le pas, n'hésitez pas à remplir [ce formulaire](#) 🙏

Accéder au formulaire 📧

Je voulais aussi partager le cadeau que j'ai reçu 🎁 😊

Vous avez vu passer, sur facebook, le lien du **récit sonore** qu'on nous a offert ? Vous l'avez écouté ?

C'est un cadeau qui me va droit au coeur ...

J'en ai encore les pulsations toutes chamboulées et mes mots ... tous mélangés ... avalés par l'émotion !

Merci pour toute cette **poésie** Benjamin !



Ecouter 🎧

Bon, on remet nos idées en place ! Parce qu'en février, va falloir sortir un peu de nos abysses, nos terriers inondés, nos grottes, nos antres 😊

Est-ce qu'on va vous voir au Cachalot ?



A venir

Le mercredi 4 février à 18h30

C'est la **deuxième réunion du projet de restaurant solidaire** mené par Barbara !

Il est temps pour ce beau projet de planifier ses premières actions. Et c'est pour ça que Barbara nous attend ! Je vous mets son p'tit message 😊



"Bonjour,

Je vous rappelle la réunion du 4 février à 18h30, pour évoquer les actions à mener afin de préparer la première édition au printemps. Nous allons relever nos manches et répartir les tâches futures. Si vous avez des idées de nom de l'association et de logo, vous pourrez les proposer.

De plus, nous choisirons ensemble les personnes qui souhaitent faire partie du CA.

Enfin, je vous propose à la fin de la fin de la réunion d'apporter des choses à grignoter ou à boire pour apprendre à se connaître autour d'un verre.

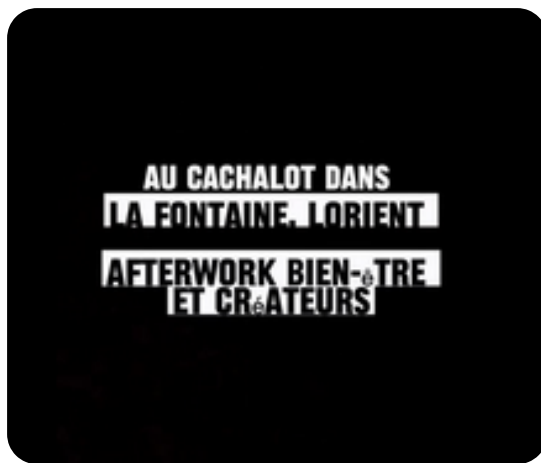
Belle journée à vous toutes et tous"

Barbara

.....

Le jeudi 5 février

de 18h à 20h



C'est l'**afterwork bien-être et créateur** que Dorothee nous a concocté qui va réchauffer et illuminer le Cachalot 😊

Pour découvrir l'événement et la présentation des exposants sur facebook ? [C'est par là !](#)

Et juste là, les mot du soleil Dodo qui nous manque

😊 , ...

"Bonjour à toutes et à tous !

Je suis [Dorothee Auffret](#), "Event planner Rencontres Bien-être & Networking".

Ma passion, c'est de créer des ponts entre le soin de soi et les belles rencontres humaines.

J'ai imaginé cet afterwork pour que vous puissiez découvrir ma gamme au naturel, tester, booster votre santé mentale et physique... mais aussi pour mettre en lumière d'autres talents locaux dans ce cadre magnifique Un cachalot dans la fontaine

J'espère vous y voir nombreux pour Profitez de cette parenthèse cocooning pour échanger, déguster et, surtout, prendre soin de vous !

Car ... les bons plans, ça se partage !"

.....

Le jeudi 12 février

de 14h30 à 16h30

Le **CRT ancr'âge** invite à assister à l'**enregistrement radio sur le thème des violences intra-familiales** : voir l'invisible, briser le silence. Le journaliste de radio 162 sera entouré d'experts pour échanger sur cette thématique.

Gratuit

Réservation avant le mercredi 11 février. Contact : 02 97 86 17 00, crt.ancrage56@vyv3.fr.



Plus fort la radio!
[S]'ÉCOUTER, C'EST DÉJÀ PRENDRE SOIN

Ancr'âge
CENTRE DE RESSOURCES TERRITORIAL
DU PAYS DE L'ORIENT
GROUPE vyv

OUVERT À TOUS
Enregistrement en public
Inscription obligatoire
02 97 86 17 00
crt.ancrage56@vyv3.fr

JEUDI 12 FÉVRIER 2026
à 14h30

Émission 6

Violences intrafamiliales
Voir l'invisible et briser le silence

— ASSOCIATION UN CACHALOT DANS LA FONTAINE —
25, rue des Fontaines 56100 Lorient



Logos: arS, PDB, MORBIHAN, Groupe Hospitalier, vyv, domicile, CREB

Le vendredi 13 février

à 20h

C'est [Delphine Mia Manala](#) qui va enchanter notre lieu ! (Et vous si vous n'oubliez pas de réserver !) 😊

" Bonjour belles âmes,

À la lueur des bougies, je vous invite à vous offrir un bain de Sons enchanté.



Concert vibratoire à la bougie
Vendredi 13 février à 20h
au "Cachalot dans la Fontaine"
25 rue des Fontaines à Lorient

Delphine Mia Manala

Tarif: 15€
Gratuit jusqu'à 16 ans

Chants de l'âme
spontanés
en reliance
avec le public

Tambour,
bols de cristal,
carillon, hochets

Une expérience sensorielle unique empreinte de douceur
Un baume chantant pour l'âme et le cœur

Réservations au 07.81.40.83.78 (jauge limitée)

Chanteuse et musicienne intuitive, ma singularité est de chanter spontanément dans une langue qui m'est propre et s'adresse à tous. Accompagnée de différents instruments tels que tambour, carillon, hochets et bols de cristal, en reliance avec le public, ma musique se ressent plus qu'elle ne s'explique ; c'est une expérience sensorielle unique à chaque session, empreinte de douceur qui invite au lâcher prise, à ralentir, se ressourcer, se recentrer sur l'essence-ciel, à danser la vie ... Si le cœur vous en dit de contribuer à l'âme-agit de l'Un-stant, vous pouvez apporter votre propre lanterne ou photophore avec bougie

La jaugé étant limitée, c'est sur réservation. Retrouvez les infos pratiques et tarif ici -> <https://fb.me/e/b24NY3GFO>

*Au plaisir de partager la douceur de l'Un-stant avec vous belles âmes
Merci de partager l'événement autour de vous
Dans la Joie du Cœur, "
Delphine Mia Manala*

.....

Voilà ! C'est tout pour cette newsletter !

J'ai cru ne jamais réussir à vous l'envoyer !!! Excusez-moi pour le retard, puis la précipitation, pour le silence, puis l'effervescence ... J'ai hâte de vous retrouver !
(Et que le soleil revienne aussi 🤪🙏)

Pour les heureux nouveaux abonnés, si ça vous dit, vous pouvez jeter un oeil aux précédentes newsletters [par là](#) ! 😊

Et n'oubliez pas, vous faites aussi de ce Lieu ce qu'il est, n'hésitez pas à nous faire part de vos idées pour réunir les gens, de vos envies de créer, etc ...

De mes nageoires ...

agitées, épuisées, maladroites

mais si tendres ...

je vous embrasse 😘💕



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