

Service d'accompagnement à la culture et aux loisirs

Espace-Loisirs



Institut le Val Mandé

7 rue Mongenot CS 50029

94165 Saint Mandé Cedex

Tél : 06 31 43 34 23

Site : www.espacesloisirs.fr

Email : espace.loisirs@ilvm.fr

MAI 2019



Les Temps forts du mois



MERCREDI 1er MAI

Jour férié

Buffet

Self de l'ILVM

Journée festive

Après-midi ouverte à tous



Salle Piccadilly de l'ILVM



Animation musicale

Avec le Groupe PRIMAVERSON



Mini séjour dans l'Yonne



DU VENDREDI 10 AU DIMANCHE 12 MAI

à la ferme équestre « Les Grilles »

A VOS AGENDAS

SAMEDI 1ER JUIN

Pique-nique et visite du jardin exotique de Nogent



DIMANCHE 16 JUIN

Temps ouvert à tous



Salle Piccadilly



Concert chants ukrainiens



Service d'accompagnement à la culture et aux loisirs

Espace-Loisirs



7 rue Mongenot CS 50029 - 94165 Saint Mandé cedex

Tél : 06 31 43 34 23

Site : www.espacesloisirs.fr Email : espace.loisirs@ilvm.fr



Page	Dates	Horaires	Activités	Prix	RdV ILVM	RdV ext.	
Pas de Permanence							
3	Mercredi <i>Jour férié</i>	1^{ER}	11h30 - 14h	Buffet au self	15 €		
4			14h15 - 17h30	Animation musicale - Groupe PRIMAVERASON suivi du verre de l'amitié	5 €		
5	Samedi	4	10h30 - 12h30	Atelier "Création jeu de société"	5 €		
6			10h15 - 12h30	Atelier Dessin-Peinture	10 €		
5			12h30 - 16h		<i>ouverture du lieu de convivialité</i>	-	<i>Accès Gratuit</i>
6			13h45 - 16h	Atelier Dessin-Peinture	10 €		
7			14h15 - 16h	Atelier musical à l'ILVM	10 €		
8			16h - 17h45	Préparation du prochain CVS	Gratuit		
			17h45 - 18h30	Collation fraîcheur salée	4 €		
Pas de Permanence							
9	Mercredi <i>Jour férié</i>	8	15h45 - 18h	Projection vidéo : "Au Revoir La Haut"	Gratuit		
			18h - 19h	Collation orientale salée	5 €		
10	Du vendredi 10 au dimanche 12 mai 2019 : Mini séjour dans l'Yonne à la ferme équestre "Les Grilles"				Voir feuille programme		
Pas de Permanence							
11	Mercredi	15	10h - 12h15	Jeux de société à la ludothèque	Gratuit		
	Samedi		10h45 - 12h30	Atelier Contes	8 €		
18		12h15 - 14h		<i>ouverture du lieu de convivialité</i> - <i>Accès Gratuit</i>			
12		13h45 - 15h30	Atelier Chant	8 €			
		14h - 15h15	Atelier Djembé	3 €			
13	Dimanche	19	9h - 13h	Balade culturelle - Moyen Âge au Quartier Latin	10 €		
14			10h - 17h	Atelier Sculpture - <i>Matin</i>	14 €		
			Détail horaires page 14	Atelier Sculpture - <i>Après-midi</i>	14 €		
				Atelier Sculpture - <i>Journée</i> + pique-nique	25 €		
13			19		13h - 14h		<i>ouverture du lieu de convivialité</i> - <i>Accès Gratuit</i>
15		14h - 18h30	Spectacle Théâtre Chaillot "NEDERLAND DANS THEATER 2"	10 €			
16	Mercredi	22	17h - 19h	Permanence au Foyer de Jour	Gratuit		
17	Vendredi	24	17h15 - 19h	Atelier "Création jeu de société"	5 €		
			17h45 - 19h	Atelier Taïchi	7 €		
			19h - 19h45	Collation salée	3 €		
Pas de Permanence							
18	Mercredi	29					
19	Vendredi	31	16h - 18h	Permanence Culture du cœur	Gratuit		
			16h30 - 19h15	Atelier Gravure	10 €		
18			17h15 - 18h30	Atelier Informatique	Gratuit		

NOM :

PRENOM :

MERCREDI 1^{ER} MAI

Jour férié



Pas de Permanence ce jour

Journée festive



Buffet convivial

Au Self de l'ILVM



En cette journée de fête du travail, voici l'occasion de se retrouver et d'échanger autour d'un buffet.



AU MENU

- ✓ Encas apéritif
- ✓ Salades composées
- ✓ Charcuteries, viandes froides ou poissons
- ✓ Plateau de fromages
- ✓ Desserts
- ✓ Boissons, café ou thé



**Rendez-vous
au self de l'ILVM**

11h30

Buffet



Tarif

15 €



MERCREDI 1^{ER} MAI

Temps ouvert à tous



**En Salle
Piccadilly**

Animation musicale

DU GROUPE PRIMAVERSON

Interprétation par l'atelier musique et chant de l'Association AURORE.



GROUPE DE MUSIQUE

- **Animateurs Musique :**
Pascal GUEGAN & Malika MAZARI
- **Musiciens, chanteurs, chanteuses :**
René, Jemma, Jocelyne, Jean-Marc
- **Photographe :**
Jean-Marc

*Au programme de cette après-midi :
vous découvrirez une diversité de chansons
accompagnées d'instruments tels que :
violon, guitare, percussions ..*

Voici l'occasion de passer un moment festif et convivial
qui se terminera autour du verre de l'amitié
et d'une rencontre avec les musiciens du groupe PRIMAVERSON.



Rendez-vous en salle Piccadilly
de l'Institut Le Val Mandé
7 rue Mongenot -94 Saint Mandé

Tarif

14h15

Animation musicale et verre de l'amitié

5 €

Fin de la l'après-midi vers 17h30

Métro : Saint Mandé - ligne 1
Sortie avenue du Général De Gaulle
Bus : 56 – 86 ou 325

Réservation au 06 31 43 34 23

SAMEDI 4 MAI



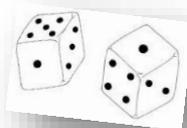
*Ouverture du lieu de convivialité
de 12h30 à 16h - Accès gratuit*

Atelier création jeu de société

Animé par Guillaume et l'équipe



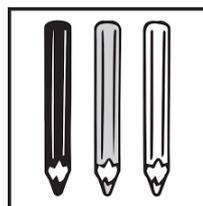
SÉANCE 6



Cet atelier est consacré à la finalisation du jeu.

Reste à terminer au cours de cette séance :

- les billets
- les cartes projets
- les cartes chance.



*Les 6ème et 7ème séances sont dédiées à la finition du jeu,
la 8ème séance sera l'occasion de le tester en jouant.*

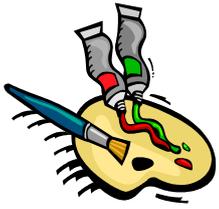
Cette activité est l'occasion pour vous d'exprimer vos talents artistiques tout en laissant libre cours à votre imagination.

????



Rendez-vous	10h30 au Foyer de Jour
Tarif	5 €
Fin de l'atelier à 12h30	

SAMEDI 4 MAI (suite)



Atelier Peinture

Animé par DAVID, Artiste Peintre



**Découverte de la technique
de la peinture à l'œuf**

La fabrication de cette peinture s'obtient par un mélange d'œuf et de pigments présentés sous forme de poudre de couleur. Technique utilisée par les peintres aborigènes.



David débutera cet atelier par une petite présentation de la peinture aborigène d'Australie. Celle-ci se caractérise notamment par l'emploi de formes simples créées par la juxtaposition de touches de couleur sur un plan, sans perspective.

En vous inspirant de quelques modèles exposés, vous expérimenterez cette technique en réalisant sur du papier aquarelle, une œuvre sur le thème du rêve, qu'il soit nocturne ou un rêve pour l'avenir.



Deux horaires au choix :



Rendez-vous	10h15 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 12h30	



Rendez-vous	13h45 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 16h	

SAMEDI 4 MAI (suite)

Atelier musical

Animé par Michel

Atelier à l'Institut Le Val Mandé



Venez expérimenter de nouvelles techniques de musique et mettre en œuvre vos talents.

Au programme :

- temps de détente,
- relaxation et voyage sonore,
- découverte d'instruments :
flûte, tamera, bols tibétains.



Rendez-vous	14h15 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 16h	

SAMEDI 4 MAI (suite)

Préparation CVS



**Accompagné par vos représentants,
venez préparer le CVS du 16 mai 2019.**

Le Conseil de la Vie Sociale permet à chaque personne qui fréquente le service d'être acteur de la vie du service en prenant en considération les besoins de tous.



- ⇒ Venez vous y exprimer
- ⇒ Venez faire part de vos suggestions et questionnements,
- ⇒ Venez apporter vos points de vue et demandes relatives à la vie du service.



Rendez-vous	16h au Foyer de Jour
Tarif	Gratuit
Fin de la séance à 17h45	

Collation fraîcheur salée

Dans le jardin de l'ILVM, selon la météo.



**En cette fin d'après-midi,
vous partagerez un moment convivial
autour d'assortiments de crudités.**



Rendez-vous	17h45 au Foyer de Jour
Tarif	4 €
Fin de la collation à 18h30	

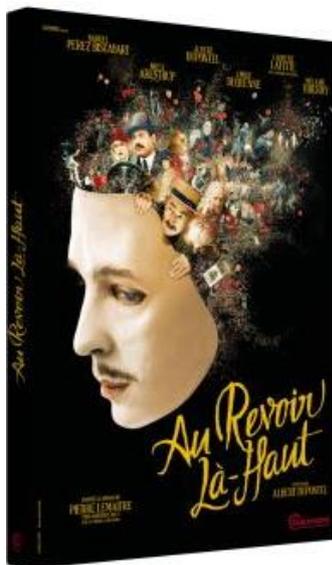
MERCREDI 8 MAI

Jour férié



Pas de Permanence ce jour

Projection vidéo :



«Au revoir La Haut»

Film d'Albert DUPONTEL



En novembre 1919, deux rescapés des tranchées, l'un dessinateur de génie, l'autre modeste comptable, décident de monter une arnaque aux monuments aux morts.

Dans la France des années folles, l'entreprise va se révéler aussi dangereuse que spectaculaire..

Projection suivie d'un échange avec la salle.

Durée de la vidéo : environ 2h



Ce film comporte des scènes de combats pendant la guerre, certaines images peuvent heurter la sensibilité des personnes.



Rendez-vous	15h45 en Piccadilly
Tarif	Gratuit
Fin de la projection vers 18h	

Collation orientale salée

En cette fin d'après-midi, vous pourrez partager une tartinade au goût oriental : Tzatziki, houmos, olives...



Rendez-vous	18h en Piccadilly
Tarif	5 €
Fin de la collation à 19h	

Du VENDREDI 10 au DIMANCHE 12 MAI



A 190 km de Paris

Mini Séjour ESPACE LOISIRS

3 jours dans le département de l'Yonne

**Hébergement et Restauration
Ferme équestre**

« Les Grilles »

A proximité du Lac du Bourdeloux
A quelques KM de St Fargeau 89170



Vendredi

Activités équestres
Activités de plein-air



Samedi

Journée et restaurant
au château de Guédelon



Dimanche

Activités équestres
Activités de plein-air



Tarif

380 € Chèque à l'ordre de : **Régie Espace Loisirs**
+ argent de poche



Départ

Vendredi 10 mai - Rendez-vous à l'ILVM à 9h
avec votre pique-nique



Transport en car



Retour

Dimanche 12 mai - Retour à l'ILVM aux environs de 19h

MERCREDI 15 MAI

Pas de Permanence ce jour



SAMEDI 18 MAI



**Ouverture du lieu de convivialité de 12h15 à 14h
Accès gratuit**

Atelier Jeux de Société



A la ludothèque de Saint-Mandé



**Accompagné par un membre de l'équipe
et accueilli par l'équipe de la ludothèque**



**Voici l'occasion de venir découvrir,
dans l'espace convivial et chaleureux
de la ludothèque de la ville de Saint Mandé, de
nombreux jeux de société.**



Rendez-vous	10h au Foyer de Jour Ou 10h15 à la Ludothèque de la Maison de la Famille 8 place Lucien DELAHAYE - St Mandé
Transport	Saint-Mandé - ligne 1
Tarif	Gratuit
Retour à l'ILVM à 12h15	



Atelier Contes

Animé par Francine

Profitez de ce moment de détente pour vous laisser porter par la magie des textes choisis pour vous par Francine.



Rendez-vous	10h45 au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de l'atelier à 12h30	

SAMEDI 18 MAI (suite)

Atelier Chant

Animé par Francine



Le Plaisir de « CHANTER ENSEMBLE »

Venez participer à cet atelier au cours duquel vous pourrez vous détendre en chantant.



Rendez-vous	13h45 au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de l'atelier à 15h30	

Atelier DJEMBE

Animé par Brice

En salle de musique



Le djembé est un instrument de musique originaire d'Afrique de l'ouest. Il est composé d'un fut en bois sur lequel est tendue une peau de chèvre. A l'origine, il était joué pendant les fêtes et les cérémonies traditionnelles.

Initiation et perfectionnement à la technique des percussions.

Le matériel sera à votre disposition.



Rendez-vous	14h au Foyer de Jour
Tarif	3 €
Fin de l'atelier à 15h15	

DIMANCHE 19 MAI



*Ouverture du lieu de convivialité de 13h à 14h
Accès gratuit*

Balade culturelle Sur les traces du Moyen Âge dans le quartier Latin

Sortie accompagnée par Corinne conférencière et l'équipe



*Les personnes n'apportant pas
leur propre appareil photos,
pourront utiliser ceux du service.*



C'est à vous de jouer !

**Munis d'appareils photos, vous devrez reconnaître ce qu'il reste
du Moyen Âge dans le quartier Latin.**

**En se promenant de Notre-Dame au Panthéon,
vous essayerez de trouver les traces visibles de l'époque médiévale :**

- sur les bâtiments,
- dans les noms des rues,
- dans les jardins,
- sur les monuments.....



**Vos photos prises
sur ce parcours
vous serviront
ensuite à
construire votre
carnet de sortie.**



Rendez-vous

**9h au Foyer de Jour
Ou 9h50 devant le Parvis de Notre Dame**

Lieu

De Notre-Dame au Panthéon

Transport

Métro : Chatelet sortie 19 rue ST Martin - Ligne 1

Tarif

10 € + trajet

**Fin de la sortie : vers 12h au Panthéon
ou retour à l'ILVM vers 13h**



DIMANCHE 19 MAI (suite)

Atelier sculpture

Accompagné par Yves, sculpteur et l'équipe



Réalisation de sculptures en plâtre ou en pierre,
Voici l'occasion de vous plonger dans l'univers de la créativité, dans une
ambiance chaleureuse et détendue.

Vous pourrez ensuite emporter votre création chez vous.

3 FORMULES AU CHOIX :

LE MATIN



RENDEZ-VOUS :

10h au départ de l'Institut le Val Mandé

Ou 11h directement à l'atelier.



TARIF :

14 € + trajet

Si chèque : à l'ordre de « Régie Espace Loisirs »

Fin de la matinée : **13h** à l'atelier (pas de retour accompagné à l'ILVM)

PAUSE REPAS (pique-nique non fourni)

Tous les participants peuvent partager ce moment convivial,
que vous participiez ou non à la journée complète de sculpture.



Entre 13h à 14h

L'APRÈS-MIDI



RENDEZ-VOUS :

14h directement à l'atelier de Noisy le Sec



TARIF :

14 € + trajet

Si chèque : à l'ordre de « Régie Espace Loisirs »

Fin de l'après-midi **16h** à l'atelier . Retour à l'ILVM vers **17h**

JOURNÉE COMPLÈTE



TARIF :

25 € + trajet

Si chèque : à l'ordre de « Régie Espace Loisirs »

TRANSPORT



RER E, Station : Noisy le Sec

TRAMWAY. : T1 et BUS 105 ou 143 arrêt « Petit Noisy »

LIEU

8 rue du Dr Charcot, 93 Noisy le Sec

Le code de l'atelier vous sera communiqué par Espace Loisirs

DIMANCHE 19 MAI (suite)



Spectacle au Théâtre National de Danse CHAILLOT

“Nederlands Dans Theater 2”

LEÓN ET LIGHTFOOT/EKMAN /GOECKE
Chorégraphie, scénographie

Sortie accompagnée par l'équipe

Crée en 1959 la Compagnie Néerlandaise a toujours encouragé les débuts prometteurs de danseurs ou chorégraphes, et fait découvrir de nombreux talents.



Dans cette nouvelle création de la Compagnie « Nederlands Dans Theater 2 », les 16 danseurs se glissent avec fluidité sur la musique de Schubert et Schnittke.

	Rendez-vous	14h Place de l'Europe de l'ILVM Ou 15h devant l'entrée du Théâtre
	Lieu	Théâtre national de Danse Chaillot 1 place du Trocadéro Paris 16ème
	Transport	Métro : Trocadéro - Ligne 6 ou 9
	Tarif	10 € + titre de transport
		Fin de la sortie : vers 17h30 au théâtre ou vers 18h30 à l'ILVM

MERCREDI 22 MAI

De 17h à 19h

Permanence au Foyer de Jour

Ce temps d'accueil vous permet de

- vous rencontrer et partager un moment de détente.
- échanger autour d'une boisson
- vous fournir en documentation et trouver des informations



VENDREDI 24 MAI

Atelier création jeu de société



Animé par Guillaume et l'équipe



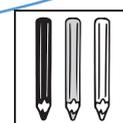
SÉANCE 7



Séance test avant de pouvoir jouer au jeu « Espace Loisirs ».

Cet atelier est consacré aux dernières mises aux points :

- décorations du plateau et de la boîte,
- rechercher des pions.....



*Enfin ..., il ne reste plus qu'à venir jouer
lors de la prochaine séance !*



Cette activité est l'occasion pour vous d'exprimer vos talents artistiques tout en laissant libre cours à votre imagination.



Rendez-vous	17h15 au local Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de l'atelier à 19h	

VENDREDI 24 MAI (Suite)

Atelier Taïchi

Salle Toscane

Animé par Laetitia

Séance de relaxation avec la pratique du Taïchi.

Le « Tai-chi-chuan » consiste en un savant mélange de gestes et de postures à réaliser en les enchaînant. Le Taïchi évoque à la fois une danse lente et un combat au ralenti et vous permet une bonne remise en forme.



Tenue adaptée : Joggings - baskets.



N'oubliez pas la petite bouteille d'eau



Rendez-vous	17h45 au local Espace Loisirs
Tarif	7 €
Fin de l'atelier à 19h	

Collation salée



Retrouvez-vous, en cette fin d'après-midi pour un grignotage : tomates-cerise, chips, cacahuètes ...



Rendez-vous	19h au Foyer de Jour
Tarif	3 €
Fin de la collation à 19h45	

SAMEDI 25 MAI



Le service ne propose pas d'activité

MERCREDI 29 MAI

Pas de Permanence ce jour



VENDREDI 31 MAI

Permanence

Cultures du Coeur

Vous souhaitez profiter de sorties gratuites en autonomie

Espace Loisirs, RELAIS Cultures du Coeur, vous propose de découvrir sur Internet, la diversité des possibilités d'entrées ou de spectacles gratuits.



Accompagné de l'équipe, vous pourrez consulter et choisir des sorties et spectacles, et réserver vos contremarques en ligne..

Site : www.culturesducoeur.org

Théâtre

Sport

Danse

Cinéma

Cirque

Musique

Libre à vous de vous organiser pour sortir entre amis ou en famille.

Inscription Indispensable



Rendez-vous	16h au Foyer de jour
Tarif	Gratuit
Fin de la permanence : 18h	

Atelier informatique



Animé par Etienne

Cet atelier vous permettra d'utiliser librement les ordinateurs à disposition et notamment d'avoir accès à internet avec l'aide de l'équipe éducative.

Vous souhaitez écouter des bandes sonores sans déranger les autres, pensez à apporter votre casque audio.



Rendez-vous	17h15 au local Espace Loisirs
Tarif	4 €
Fin de l'atelier à 18h30	

VENDREDI 31 MAI (suite)

ATELIER GRAVURE

CHEZ FLORE

Accompagné par Flore et l'équipe



Flore TROTOT ou Erolf TOTORT, graveure, illustratrice et artiste, vous fait découvrir, dans son atelier, des techniques de gravure.

Trouver l'inspiration, graver, encre, préparer un support, mettre sous presse,....

Autant d'étapes nécessaire pour arriver à réaliser une œuvre que vous pourrez ramener chez vous.



Rendez-vous

16h30 au local Espace Loisirs
Ou **17h** devant le 16 rue de Plisson

Lieu

16 rue de Plisson à Saint-Mandé

Transport

A pieds (15mn de l'ILVM)

Tarif

10 €



Fin de l'atelier sur place à 19h Ou retour à l'ILVM vers **19h15**