

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 : <https://ilvm.fr/>
Email : espace.loisirs@ilvm.fr



SEPTEMBRE 2019

Les Temps forts du mois

À partir du mois de septembre,
reprise de l'atelier Théâtre avec Yves COMELIAU



DIMANCHE 8 SEPTEMBRE

Temps ouvert à tous



Salle Piccadilly



BAL TANGO

Avec la Compagnie FAMA

SAMEDI 21 SEPTEMBRE

16h



Pot de départ de
Marie Christine HATTIER



DIMANCHE 29 SEPTEMBRE

Au Parc Montreau à Montreuil



Virades de l'espoir

A VOS AGENDAS

SAMEDI 5 OCTOBRE

Pot de départ de Nicole BAYON



SAMEDI 12 OCTOBRE

→ À PALAISEAU

Fête de l'Association Point Vert
séjours et week-end



Thème
le Mexique

DIMANCHE 20 OCTOBRE

Temps ouvert à tous



Salle Piccadilly

Concert avec le groupe
«CUMBIA BAMBA»



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 : <https://ilvm.fr/>

Email : espace.loisirs@ilvm.fr



Changement de site

Page	Dates	Horaires	Activités	Prix	RdV ILVM	RdV ext.
 Reprise de l'Atelier théâtre à l'année, 2 samedis par mois - voir page 3						
4	Mercredi	4	17h - 19h	Permanence à l'externat de la MAS	Gratuit	
	Vendredi	6	16h - 18h	Permanence Culture du cœur	Gratuit	
5	Samedi	7	10h15 - 12h15	Atelier Gravure sur le stand des Associations	10 €	
6			11h - 12h30	Fête des Associations et brocante	Gratuit + argent de poche	
			12h30 - 14h	Restauration avenue du Général DE GAULLE	15 € à 20 € en espèces	
5			12h30 - 14h	<i>ouverture du lieu de convivialité</i>	<i>Accès Gratuit</i>	
6			14h - 16h	Fête des Associations et brocante	Gratuit + argent de poche	
5			14h - 16h	Atelier Gravure sur le stand des Associations	10 €	
7			16h - 17h30	Préparation du prochain CVS	Gratuit	
8	Dimanche	8	14h - 18h	Après-midi Bal Tango suivi d'une collation	13 €	
9	Mercredi	11	Pas de Permanence			
	Mercredi	18	17h - 19h	Permanence à l'externat de la MAS	Gratuit	
10	Vendredi	20	16h15 - 17h30	Atelier initiation Informatique	4 €	
			17h45 - 19h	Atelier Informatique	4 €	
11	Samedi	21	9h30 - 13h	Séance d'entrainement Football avec ARC en CIEL	Gratuit	
			13h - 16h	<i>ouverture du lieu de convivialité</i>	<i>Accès Gratuit</i>	
12			13h45 - 16h	Atelier BEATBOX	10 €	
13			16h - 18h	Pot de départ de Marie Christine HATTIER	Gratuit	
14	Mercredi	25	17h - 19h	Permanence à l'externat de la MAS	Gratuit	
15	Samedi	28	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 €	
14			10h45 - 12h30	Atelier Chant	8 €	
			12h30 - 15h30	<i>ouverture du lieu de convivialité</i>	<i>Accès Gratuit</i>	
15			13h45 - 15h30	Atelier Contes	8 €	
16	13h45 - 14h45	Atelier détente en snoezelen	4 €			
	15h - 16h	Atelier détente en snoezelen	4 €			
17	Dimanche	29	11h - 18h	Virades de l'Espoir - Montreuil	Prévoir 10 à 20 € en espèces	
NOM :		PRENOM :				



Atelier Théâtre

Espace Loisirs

Animé par Yves COMELIAU



Reprise de l'Atelier
qui aura lieu 2 samedis matin par mois
à partir de ce mois de septembre 2019

Horaires : de 10h15 à 12h30

Institut Le Val Mandé
salle Toscane

Suite à la 1^{ère} rencontre de juin, voici les dates des 2 premiers ateliers :
samedi 7 septembre et samedi 21 septembre.



Le planning complet du
trimestre vous sera remis
à la première séance.

Si vous souhaitez plus d'informations,
contactez Espace Loisirs
au 06 31 43 34 23.



Rendez-vous

10h15 au Foyer de Jour



Tarif
pour l'année
2019 - 2020

120 € par trimestre

à régler en début de trimestre, soit par :

- chèque à l'ordre de « Régie Espace Loisirs »
- espèces
- virement

MERCREDI 4 SEPTEMBRE

De 17h à 19h

Permanence à l'Externat de la MAS

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
- gérer avec l'équipe la cafétéria.....



VENDREDI 6 SEPTEMBRE

Permanence

Cultures du Cœur

Vous souhaitez profiter de sorties gratuites en autonomie,

Espace Loisirs, RELAIS Cultures du Cœur, 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.



Rendez-vous	16h au local Espace Loisirs
Tarif	Gratuit
Fin de la permanence : 18h	

Inscription Indispensable

SAMEDI 7 SEPTEMBRE

*Ouverture du lieu de convivialité
De 12h30 à 14h - Accès gratuit*



ATELIER GRAVURE

Accompagné par Flore et l'équipe



*Flore TROTOT ou Erolf TOTORT,
graveuse, illustratrice et artiste,
vous fera découvrir
les techniques de gravure
et les différentes étapes nécessaires
pour arriver à réaliser une œuvre.*

*sur son stand
à l'occasion de la fête des associations,
Place Charles Digeon à Saint Mandé.*

Deux horaires au choix :

	Rendez-vous	10h15 au au Foyer de Jour
	Lieu	Stand Place Charles Digeon à Saint-Mandé
	Transport	A pieds (5mn de l'ILVM)
	Tarif	10 €
Fin de l'atelier sur place à 12h15		

	Rendez-vous	14h au Foyer de Jour
	Lieu	Stand Place Charles Digeon à Saint-Mandé
	Transport	A pieds (5mn de l'ILVM)
	Tarif	10 €
Fin de l'atelier sur place à 16h		

SAMEDI 7 SEPTEMBRE (suite)

Fête des Associations - brocante

Accompagnée par l'équipe



Brocantes, vide-greniers

Venez profiter d'une journée Saint Mandéenne et des animations proposées par la ville.

Vous pourrez découvrir les stands de diverses associations culturelles, sportives, et leurs activités.

Possibilité d'achat à la brocante.



Deux horaires au choix :



Rendez-vous	11h au Foyer de jour
Lieu	Place Charles Digeon - Saint-Mandé
Tarif	Gratuit + argent de poche
Fin de la sortie vers : 12h30 à l'ILVM	



Rendez-vous	14h au Foyer de jour
Lieu	Place Charles Digeon - Saint-Mandé
Tarif	Gratuit + argent de poche
Fin de la sortie vers : 16h à l'ILVM	

Restauration avenue du Général DE GAULLE

Accompagnée par l'équipe



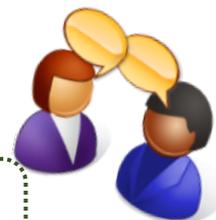
Différents commerçants de l'avenue sortent leurs terrasses pour l'occasion.



Rendez-vous	12h devant l'entrée principale de la Mairie
Lieu	Avenue de Général DE GAULLE
Tarif	Prévoir 15 € à 20 € en espèces Si vous souhaitez déjeuner dans l'avenue
Fin de la restauration à 14h	

SAMEDI 7 SEPTEMBRE (suite)

Préparation CVS



**Accompagné par vos représentants,
venez préparer le CVS du 24 septembre 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 17h30	

DIMANCHE 8 SEPTEMBRE

Temps ouvert à tous



En salle Piccadilly

Après-midi Bal TANGO

Encadrée par Claude NAMER accompagné de danseurs
et l'équipe Espace Loisirs



⇒ 1^{ère} partie : Atelier initiation Tango



Venez découvrir la technique de base de cette superbe danse née à la fin du 19^{ème} siècle dans les faubourgs populaires de Buenos Aires (Argentine) et de Montevideo (Uruguay) et qui, aujourd'hui n'a plus de frontière.

⇒ 2^{ème} partie : Bal Tango et collation

Après vous être initiés au pas du Tango, vous vous laisserez emporter par le rythme des grands classiques de ce genre musical.



Une pause autour de rafraichissements et biscuits, vous sera proposée en fin d'après-midi.

Pensez à porter une tenue confortable et des indispensables chaussures à semelles glissantes.



Rendez-vous en salle Piccadilly

de l'Institut Le Val Mandé
7 rue Mongenot -94 Saint Mandé

Tarif

1 ^{ère} partie : atelier initiation	14h	13 €
2 ^{ème} partie : Bal Tango, suivi d'une collation	16h	
Fin de l'après-midi vers 18h		

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

**Réservation au
06 31 43 34 23**

MERCREDI 11 SEPTEMBRE

Pas de Permanence ce jour



SAMEDI 14 SEPTEMBRE

Le service ne propose pas d'activité.



MERCREDI 18 SEPTEMBRE

De 17h à 19h

Permanence à l'Externat de la MAS

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
- partager un jeu de société
- regarder des photos ou vidéos
- Gérer avec l'équipe la cafétéria



VENDREDI 20 SEPTEMBRE



Atelier Initiation à l'informatique

Animé par Etienne

Cet atelier vous permettra de vous **initier à l'outil informatique** :

- se familiariser au maniement de l'ordinateur
- utiliser le traitement de texte, la souris...



Rendez-vous	16h15 au local Espace Loisirs
Tarif	4 €
Fin de l'atelier à 17h30	

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	17h45 au local Espace Loisirs
Tarif	4 €
Fin de l'atelier à 19h	

SAMEDI 21 SEPTEMBRE

*Ouverture du lieu de convivialité
De 13h à 16h - Accès gratuit*



Séance d'entraînement football

Sortie accompagnée par Emilie Lorand de l'Association FC Paris Arc en Ciel,
et l'équipe



Au bois de Vincennes.

Au cours de cette séance vous
vous initierez aux différentes
techniques d'entraînement :
jeu de balle, passes, tir...



Tenue de sport : Jogging - baskets.



N'oubliez pas la bouteille d'eau



Rendez-vous 9h30 au Foyer de Jour

Lieu PLAINE de JEUX POLYGONE

Transport Bus : 112 – Arrêt Plaine de la Faluère

Tarif Gratuit + tickets pour le bus / métro

Fin de la sortie : vers 13h à L'ILVM



SAMEDI 21 SEPTEMBRE (suite)

Atelier BeatBox

Animé par Patrick



Au cours de cet atelier,
Patrick vous propose, de vous initier
ou de vous perfectionner à cette technique.



Le Human beatbox se réalise principalement à partir de la
voix que chacun utilise comme une boîte à rythme.

Issu du mouvement Hip Hop, qui a vu le jour à New York dans les années 80, le Human beatbox est pratiqué aujourd'hui dans le monde entier et permet de faire de la musique sans instrument en laissant libre cours à son imagination.



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

SAMEDI 21 SEPTEMBRE (suite)



Pot de départ de Marie Christine HATTIER



Temps ouvert



À tous les usagers du service depuis l'ouverture,
ainsi qu'aux familles, prestataires, bénévoles, travailleurs sociaux.....

Après avoir mené et développé le service pendant plus de 20 ans,
Marie Christine HATTIER part pour une retraite bien méritée.

Pendant toutes ces années, beaucoup d'entre-vous ont eu
l'occasion de participer ou assister à de nombreux
événements mis en place tels que :

- séjours annuels,
- spectacles diversifiés,
- activités variées,



Venez nombreux la remercier et fêter ce moment dans la joie
et la bonne humeur.

*autour de petits fours
et cocktail de fruits.*



Rendez-vous 16h en salle Piccadilly

Tarif Gratuit

Fin vers : 18h

MERCREDI 25 SEPTEMBRE

De 17h à 19h

Permanence

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
- gérer avec l'équipe la cafétéria.....



SAMEDI 28 SEPTEMBRE

*Ouverture du lieu de convivialité
De 12h30 à 15h30 - Accès gratuit*



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 »
8 rue du Dr Charcot, 93 Noisy le Sec

LIEU

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

SAMEDI 28 SEPTEMBRE (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	10h45 au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de l'atelier à 12h30	



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

SAMEDI 28 SEPTEMBRE (suite)

ATELIER DETENTE et RELAXATION

Animé par Brice

Salle Snoezelen



Vous vous relaxerez dans un espace spécialement aménagé, éclairé d'une lumière tamisée et bercé d'une musique douce. Vous pourrez vous adonner à des expériences sensorielles, favorisant la stimulation des sens et le bien-être.

Deux horaires au choix :



Rendez-vous	13h45 au Foyer de Jour
Tarif	4 €
Fin de la séance à 14h45	



Rendez-vous	15h au Foyer de Jour
Tarif	4 €
Fin de la séance à 16h	

DIMANCHE 29 SEPTEMBRE



Virades de l'espoir

Votre don permet l'accès au parc et aux attractions

Un jour pour gagner des années et soigner les patients atteints de la mucoviscidose
maladie génétique qui affecte principalement le système pulmonaire

**AU
PROGRAMME**

Restauration sur place

Nombreux stands et animations



- ▶ Buffet
- ▶ Jeux
- ▶ brocante /Tombola
- ▶ concerts / spectacles



Pensez à porter des chaussures
et vêtements confortables



N'oubliez pas dans un sac à dos,
d'emporter une bouteille d'eau,
et selon la météo : chapeau, kaway ou parapluie



RENDEZ-VOUS	à 11h au Parc MONTREAU
LIEU	Entrée du PARC MONTREAU -31 rue Théophile Sueur -Montreuil-sous-Bois 93
TRANSPORT	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Soit, Mairie de Montreuil, Ligne 9 Puis le Bus 122. Direction Val de Fontenay Arrêt : Parc Montreau. ▪ Soit, RER A – Val de Fontenay Puis le Bus 122. Arrêt : Parc Montreau
TARIF	Prévoir entre 10 et 20 euros en espèces, pour votre don, certaines activités + votre restauration

Fin de la journée vers 18h au Parc Montreau

Pas de départ ni de retour à l'ILVM