

Espace-Loisirs

PROGRAMME
MARS 2020



Les temps forts du mois

Samedi 7 et dimanche 8 mars



Temps ouvert

Exposition « Femmes d'hier et d'aujourd'hui »



Samedi 21 et Dimanche 22 mars

Stage de cirque/jonglage

Avec la Compagnie « Les chemins de travers »

Dimanche 22 mars spectacle de cirque/jonglage



Temps ouvert



A vos agendas



Vendredi 10 avril

Tournoi intergénérationnel de pétanque avec l'EHPAD de La maison Blanche, et le club de pétanque de Vincennes.



Dimanche 26 avril

Spectacle théâtral avec la compagnie « Les renversés »



7 rue Mongenot CS 50029
94165 Saint Mandé Cedex -
Tél : 06 31 43 34 23

Email :

espace.loisirs@ilvm.fr -

www.ilvm.fr

PROGRAMME MARS 2020



Dates		Horaires	Activités	Prix	RdV ILVM	RdV EXT
Atelier théâtre à l'année : 2 samedis par mois ---- en mars le 7 et le 14 mars pour les personnes déjà inscrite à l'année ---						
dimanche	1er		Pas d'activité			
mercredi	4	17h-19h	Permanence	gratuit		
samedi	7	10h-13h30	Conférence au Musée de la Monnaie avec Corinne	10 €		
		11h-17h	Exposition "Femmes" salle Picadilly et place de l'Europe	gratuit		
		12h30-17h	Lieu de convivialité	gratuit		
		13h45-15h30	Atelier chant avec Francine	8 €		
		15h-17h	Carnet de sortie avec Corinne	6 €		
		15h30-17h	Atelier conte avec Francine	8 €		
		17h-18h	Rencontre avec Françoise, autour d'un nouvel atelier : "Poésie en sons et couleurs" , suivi d'un pot.	gratuit		
Dimanche	8	11h-12h30	Balade au bois	Gratuit		
		12h30-17h	Lieu de convivialité	Gratuit		
		14h-17h	Exposition "Femmes" salle Picadilly et place de l'Europe	gratuit		
		17h-17h45	collation biscuits et boissons chaude	4 €		
mercredi	11		Pas de permanence			
vendredi	13	16h-18h	Culture du cœur	Gratuit		
		18h-19h	atelier snoezelen avec Brice	4 €		
samedi	14	10h-12h15	Jeux à la Ludothèque de St Mandé	Gratuit		
		10h30-12h30	Atelier "1 œuvre-1 technique" avec Sabrina	5 €		
		12h15-17h45	Lieu de convivialité	Gratuit		
		13h30-18h	vente photos	0,50 la photo		
		14h15-16h30	Atelier Beat Box avec Patrick	10 €		
		14h15-16h30	Atelier "1 œuvre-1 technique" avec Sabrina	5 €		
		16h30-17h45	Préparation CVS + pot	gratuit		
		17h45-19h	Atelier Tai chi avec Laetitia	8 €		
Dimanche	15		Pas d'activités			
mercredi	19	17h-19h	Permanence	gratuit		
		18h-19h	Snoezelen avec Brice	4 €		
samedi	21	14h30-16h30	Atelier musical avec Michel	10 €		
Samedi 21 et Dimanche 22		10h15-16h30	STAGE DE CIRQUE/JONGLAGE avec Manoël et Antoine de la compagnie "Les chemins de travers"	35 €		
Dimanche	22	15h15-16h30	SPECTACLE CIRQUE ET JONGLAGE Temps ouvert à tous	12 €		
mercredi	25	17h-19h	Permanence	gratuit		
samedi	28		Pas d'activités			
dimanche	29		Pas d'activité			

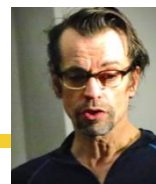
NOM :

PRÉNOM :



Atelier Théâtre

Espace Loisirs



Animé par Yves COMELIAU

L'Atelier a lieu 2 samedis matin par mois
de 10h15 à 12h30 en salle Toscane à l'Institut Le Val Mandé



Pour plus d'informations, contactez
Espace Loisirs au 06 31 43 34 23.



Rendez-vous

10h15 à la place de l'Europe



Tarif
pour l'année
2019 - 2020

120 € par trimestre par : chèque à l'ordre de « Régie
Espace Loisirs » / espèces / virement

Mercredi 4 Mars

Permanence à l'externat de la MAS

De 17 h à 19 h

Ce temps d'accueil vous permet de :

- Vous rencontrer et partager un moment de détente
- Échanger autour d'une boisson
- Trouver de la documentation et des informations
- Partager un jeu de société
- Regarder des photos ou vidéos
- Vous inscrire aux activités
- Gérer la cafétéria : chaque mercredi, 2 volontaires s'occupent de la gestion du bar et des encaissements des ventes de boissons.



Samedi 7 Mars

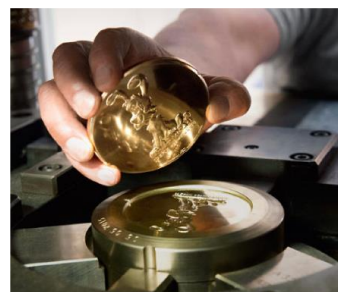
RAPPEL :

Atelier théâtre de 10h15 à 12h30
Pour les personnes déjà inscrites

Conférence au Musée de la Monnaie

Animée par Corinne

Musée consacré au **savoir-faire de la Monnaie de Paris**. Il présente des vues directes sur certains ateliers de la dernière usine dans Paris, **les techniques de fabrication** et les métaux utilisés, du matériel servant à sa fabrication.



Rendez-vous	10H00 au bureau Espace Loisirs 11H00 sur place
Lieu	La Monnaie de Paris 2, rue Guénégaud 75006 PARIS
Transport	Métro 7,4 ou 10 ou RER B : Pont neuf/Odéon/St Michel
Tarif	10€



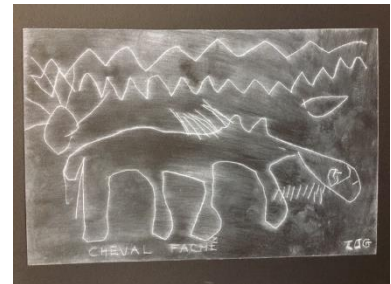
Retour à 13h30 à l'ILVM

Exposition « Femmes »

Salle Picadilly et place de l'Europe

Dans le cadre de la **Journée internationale des droits des femmes** venez découvrir l'exposition «Les femmes et la Première Guerre Mondiale».

Des œuvres du service **Espace Loisirs, du foyer de jour, et du Savie**, réalisées dans les ateliers gravure chez Erolf Totort seront également exposées, et une chronologie des événements marquants de ces 100 ans d'histoire **illustreront l'évolution du statut de la femme.**



Institutrices de l'Ecole Braille



Germaine Tillion



Claudie Haigneré



Simone Veil



FEMMES D'HIER À AUJOUR'HUI 7 mars au 12 mars 2020



Colette



Georgette Marie Azemard



Coco Chanel



Trois sœurs après la libération



Rendez-vous

de 11h00 à 17h salle Picadilly

Tarif

gratuit



Atelier chant

Animé par Francine

Le Plaisir de « CHANTER ENSEMBLE »



Rendez-vous	13h45 au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de la séance à 15h30	



Carnet de sortie

Animé par Corinne

Réalisez le « Carnet de sortie » qui vous permettra de garder en mémoire votre visite du musée de la Monnaie de Paris.



Rendez-vous	15h00 au foyer de jour
Tarif	6€
Fin de la séance à 17h00	



Atelier conte

Animé par Francine

Un moment de détente pour vous laisser porter par la magie des textes choisis pour vous.



Rendez-vous	15h30 au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de la séance à 17h00	

Rencontre autour d'un projet d'atelier : « Poésie en sons et couleurs »

Animé par Françoise



Venez rencontrer Françoise, qui vient vous présenter le projet d'atelier qu'elle va vous proposer prochainement. Rencontre suivie d'un pot.



Rendez-vous	17h00 au Foyer de Jour
Tarif	gratuit
Fin de la présentation 18h00	

Exposition « Femmes »

Salle Picadilly et place de l'Europe

Dans le cadre de la **Journée internationale des droits des femmes** venez découvrir l'exposition «Les femmes et la Première Guerre Mondiale».

Des œuvres du service **Espace Loisirs**, du **foyer de jour**, et du **Savie**, réalisées dans les ateliers gravure chez Erolf Totort seront également exposées, et une chronologie des événements marquants de ces 100 ans d'histoire illustreront l'évolution du statut de la femme.



Institutrices de l'Ecole Braille



Germaine Tillion



Claudie Haigneré



Simone Veil



FEMMES D'HIER À AUJOUR'HUI

7 mars au 12 mars 2020



Colette



Georgette Marie Azemard



Coco Chanel



Trois sœurs après la libération



Rendez-vous	de 14h00 à 17h salle Picadilly
Tarif	gratuit

Balade au bois



Pour profiter de la nature au bois de Vincennes.



Pensez à vous munir de chaussures telles que baskets ou chaussures de marche, et de vêtements adaptés à l'hiver : manteau, écharpe, gants, bonnet.



Rendez-vous	11h00 au bureau d'espace loisirs
Tarif	Gratuit
Fin de la balade 12h30	

Collation sucrée



Moment **convivial** autour de **biscuits** et **boissons chaudes**.



Rendez-vous	17h au Foyer de Jour
Tarif	4 €
Fin de la collation 17h45	

Vendredi 13 mars



Permanence

Cultures du Coeur

Animé par L'équipe

L'association « Culture du cœur » vous permet de réserver sur Internet des places gratuites. Vous vous rendez seul ou avec vos proches à la sortie choisie.

Inscription
Indispensable

Théâtre

Sport

Danse

Cinéma

Cirque

Musique



Rendez-vous	16h00 au bureau Espace Loisirs
Tarif	Gratuit
Fin de la séance à 18h00	

Atelier détente - Salle Snoezelen

Animé par Brice

Vous pourrez vous détendre dans un espace spécialement aménagé, éclairé d'une lumière tamisée et bercé d'une musique douce.



Rendez-vous	18h00 au bureau d'espace loisirs
Tarif	4 €
Fin de la séance à 19h00	

Jeux à la ludothèque

Animé par l'équipe

En partenariat avec la ludothèque de Saint-Mandé, venez vous **divertir** avec des jeux de société.



Rendez-vous	10h00 au bureau d'espace loisirs 10h30 à la ludothèque
Tarif	Gratuit
Fin de l'activité 12h Retour à l'institut 12h15	

RAPPEL :

Atelier théâtre de 10h15 à 12h30
Pour les personnes déjà inscrites

Atelier

Une œuvre, une technique

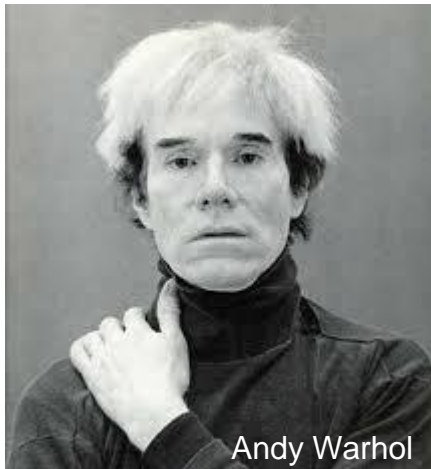
Animé par Sabrina

Vous voulez apprendre différentes techniques d'arts plastiques, enrichir votre culture générale ?

Cet atelier est fait pour vous !!

Atelier n°2 : Vos portraits à la manière d'Andy Warhol

Lors de cet atelier, vous réaliserez une œuvre individuelle inspirée d'une célèbre œuvre d'Andy Warhol « Shot Marilyns » avec vos propres portraits !



« Shot Marilyns »

Deux horaires au choix :



Rendez-vous	Foyer de jour, Matin : 10h30	Après-Midi : 14h15
Tarif		5 €
Fin de séance	Matin : 12h30	Après-midi : 16h30



>>>>>>>>> Atelier n°3 : « Les aborigènes en pointillés », le 18 avril

Vente de photos



Rendez-vous	13h30 foyer de jour
Tarif	0,50 € la photo penser à apporter de la monnaie
Fin de la vente 18h00	



Atelier BeatBox



Animé par Patrick

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



Rendez-vous	14h15 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de la séance à 16h30	



Pré-CVS suivi d'un pot

**Accompagné par vos représentants,
venez préparer le CVS d'Avril 2020**

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

Cette Réunion sera consacrée aux prochaines élections des représentants des usagers.



Rendez-vous	16h30 au Foyer de Jour
Tarif	Gratuit
Fin de la réunion à 17h45	

Atelier Taïchi

Animé par Laetitia

« Tai-chi-chuan » est un mélange de gestes et de postures. Ces mouvements, qui aident à se détendre, évoquent à la fois une danse lente et un combat au ralenti.



Tenue adaptée : Joggings - baskets.



Rendez-vous	17h45 au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de la séance à 19h00	

Atelier détente - Salle Snoezelen

Animé par Brice

Vous pourrez **vous détendre** dans un **espace spécialement aménagé**, éclairé d'une **lumière tamisée** et **bercé d'une musique douce**.



Rendez-vous	18h00 au Foyer de Jour
Tarif	4 €
Fin de la séance à 19h00	

Permanence à l'externat de la MAS

De 17 h à 19 h

Ce temps d'accueil vous permet de :

- Vous rencontrer et partager un moment de détente
- Échanger autour d'une boisson
- Trouver de la documentation et des informations
- Partager un jeu de société
- Regarder des photos ou vidéos
- Vous inscrire aux activités
- Gérer la cafétéria : chaque mercredi, 2 volontaires s'occupent de la gestion du bar et des encaissements des ventes de boissons.



Samedi 21 mars



Atelier « Expression musicale »

Animé par Michel



Au programme :
Improvisation et voyage sonore.

Découvrez des instruments :
flûtes, tamera, bols tibétains.



Rendez-vous

14h30 au Foyer de Jour

Tarif

10 €



Fin de l'atelier à 16h30

Samedi 21 et dimanche 22 mars

Stage de cirque/jonglage

Avec la Compagnie

« Les chemins de travers »

Animé par Manoël et Antoine



Avec Antoine et Manoël, vous travaillerez le jonglage comme on travaille la danse : Par le contact physique, le mouvement des corps et des balles.

Votre pratique du jonglage sera simple, et s'étoffera au fur et à mesure des deux journées. Ainsi tout le monde pourra y prendre part, sans difficulté.

Ces ateliers mettront avant tout en avant le plaisir et la joie de pratiquer cette discipline de cirque.

Programme de la journée du samedi :

10h15-12h30 => Atelier salle Picadilly

12h30-14h30 => Pause déjeuner **apporter votre pique-nique**

14h30-16h30 => Atelier salle Picadilly



Programme de la journée du dimanche :

10h15-12h30 => Atelier salle Picadilly

12h30-14h => Pause déjeuner **apporter votre pique-nique**

14h00-15h00 => Répétition salle Picadilly

15h30-16h30 => Spectacle sur la scène de Picadilly



Tarif

35 € les 2 jours de stage

Collation offerte dans l'après-midi les 2 jours



Pour votre confort, mettez une Tenue adaptée : Joggings - baskets.





Spectacle cirque / jonglage

avec la compagnie « Les chemins de travers »



Un spectacle unique !

Après 2 jours de stage intense avec Manoël et Antoine, la troupe d'espace loisirs vous présentera une petite mise en scène issue de cette initiation. C'est une technique de jonglage et de mouvement dansé, inspirée d'une vision moderne du cirque.

Spectacle suivi d'un échange avec tous les artistes.

Rendez-vous

15h salle Picadilly

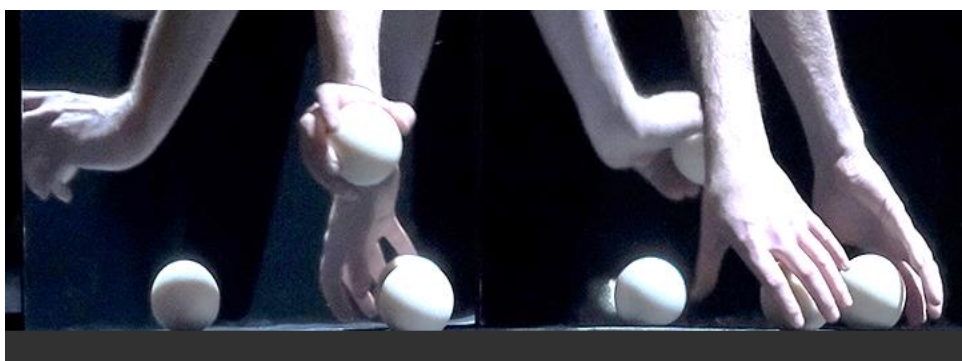
Tarif

12 € adulte / 5€ enfant



Spectacle suivi d'un pot

Fin de l'après-midi vers 17h



Permanence à l'externat de la MAS

De 17 h à 19 h



Ce temps d'accueil vous permet de :



- Vous rencontrer et partager un moment de détente
- Échanger autour d'une boisson
- Trouver de la documentation et des informations
- Partager un jeu de société
- Regarder des photos ou vidéos
- Vous inscrire aux activités
- Gérer la cafétéria : chaque mercredi, 2 volontaires s'occupent de la gestion du bar et des encaissements des ventes de boissons.

Mini séjour au « Bol Vert » du 12 au 14 juin 2020

Non loin de la Belgique, à environ 230km de Saint mandé, Le Bol vert est un centre de tourisme et loisirs situé dans le Parc Naturel Régional de l'Avesnois, dans une ancienne verrerie du XIXème Siècle.



- Dans un écrin de verdure, vous pourrez profiter de la Piscine , du tennis, du squash, du mini golf et du parc, ainsi des animaux de la ferme.

Rendez-vous	8h Place de l'Europe de l'ILVM Avec votre pique nique
Lieu	Bol Vert - Rue Clavon-Collignon - BP 16 - 59132 Trélon
Transport	CAR 
Tarif	250€ + votre pique nique 
Retour à Saint Mandé vers 18h30	

Visite de la
Verrerie



Visite de la
ferme
pédagogique

