



Espace-Loisirs

PROGRAMME DÉCEMBRE 2020



Les temps forts du mois

Samedi 12 ou 19 décembre

Pensez à prendre rendez vous
pour remplir l'enquête de
satisfaction avec Massar,
psychologue de l'ILVM



Dimanche 13 décembre

Journée
thématique
ateliers sur le
thème de Noël



Mardi 22 décembre

Film d'animation
2 séances



Mercredi 23 décembre

Fabrication de bottes de
Noël en tissu à accrocher



Pas de lieu de convivialité !!



En raison des normes
sanitaires,
Pas de permanence
ni de lieu de convivialité
tout le mois de décembre



En raison des normes sanitaires,
Nous vous accueillerons à l'heure exacte de vos
activités.

Merci de veiller à ne pas arriver en avance ou en
retard, pour ne pas gêner la bonne organisation
de votre arrivée.

Vous ne pourrez pas rentrer dans l'institut
avant l'heure de vos activités.

Une prise de température sera effectuée à votre
arrivée.

Les activités se feront en petits groupes de 6
maximum.

Nous ne pouvons pas accueillir les personnes
prises en charge dans les foyers de l'ILVM. Nous
vous informerons dès que ce sera possible.

Le port du masque est obligatoire pendant toute
la durée des activités.

Merci d'avance.



AGENDA DÉCEMBRE 2020

Atelier théâtre à l'année : 2 samedis par mois - voir page 4 - places disponibles							
samedi	5	9h30-11h	Perles	8 €			
		11h-12h30	Perles	8 €			
		10h00-11h30	Gravure	10 €			
		11h30-13H00	Gravure	10 €			
		Pas de lieu de Convivialité !					
		13h30-15h	Jeux de société	gratuit			
		14h00-15h30	Gravure	10 €			
		15h-16H30	Perles	8 €			
		16h00-17H15	Taïchi	8 €			
Vendredi	11	16h-17h	Informatique initiation	gratuit			
		17h-18h	Informatique internet	gratuit			
samedi	12	matin	Enquete de satisfaction sur rendez-vous ?				
		10h-11h30	Écoute d'un conte	gratuit			
		11h-12h30	soin des mains avec Niakalé	5 €			
		Pas de lieu de Convivialité !					
		après-midi	Enquete de satisfaction sur rendez-vous ?				
		13h15-14h45	Danse	10 €			
		14H45-16H15	Danse	10 €			
		14h-16h	Beat Box	10 €			
		15h-16h30	soin des mains avec Niakalé	5 €			
16h30-17h45	Yoga	10 €					
dimanche	13	11h-12h45	atelier cartes de vœux	5 €			
		10h30-12h	petites histoires à inventer sur le thème Noël	gratuit			
		Pas de lieu de Convivialité !					
		14h15-16h	atelier cartes de vœux	5 €			
		15h-16h30	Lecture contes de Noël avec Agnès	gratuit			
samedi	19	matin	Enquete de satisfaction sur rendez-vous ?				
		10h-11h30	Peinture	10 €			
		11h30-13h	Peinture	10 €			
		Pas de lieu de Convivialité !					
		après-midi	Enquete de satisfaction sur rendez-vous ?				
		14h30-16h	Peinture	10 €			
		13h30-15h	Expression musicale	10 €			
		15h30-17h	Expression musicale	10 €			
dimanche	20	voir horaires dans le programme	Sculpture matin	14 €			
			Sculpture après-midi	14 €			
			Sculpture journée	25 €			
		10h30-12h	Jeux d'adresse avec Charlotte	gratuit			
		Pas de lieu de Convivialité !					
		14h-15h30	Jeux d'adresse avec Charlotte	gratuit			
		14h30-16h	Atelier guirlandes en crépon avec Nina et Niakalé	gratuit			
		15h-16h30	Atelier guirlandes en crépon avec Nina et Niakalé	gratuit			
Mardi	22	14h-16h30	Film d'animation	gratuit			
		14h30-17h	Film d'animation	gratuit			
Mercredi	23	14h15-16h30	Atelier bottes de Noël avec Nina	5 €			
		14h45-17h	Atelier bottes de Noël avec Nina	5 €			
Nom :			Prénom :				



Atelier Théâtre

Espace Loisirs

Animé par Nicolas MÊGE

L'Atelier a lieu 2 samedis matin par mois
Exceptionnellement en 2 groupes en novembre et décembre.



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

Samedi 5 décembre

Atelier « Perles »

Animé par Martine



Un atelier de création au cours duquel vous confectionnerez colliers, bracelets, bagues, porte-clés... pour vous ou pour vos proches.

2 séances au choix



Rendez-vous	9h30 au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de la séance à 11h	

Rendez-vous	11h au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de la séance à 12h30	

Nouveau lieu

Atelier Gravure / Monotype



Animé par Flore

Flore TROTOT ou Erolf TOTORT, graveuse, illustratrice et artiste, vous fait découvrir les techniques de la gravure, du monotype, et les différentes étapes nécessaires pour réaliser une œuvre.



2 séances au choix



Rendez-vous	10 h
Lieu	Foyer de jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à l'ILVM vers 11h30	

Rendez-vous	11h30
Lieu	Foyer de jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à l'ILVM vers 13h	



Jeux de société



Animé par l'équipe

Un moment de détente
Autour de jeux de société.



Rendez-vous	13h30 au foyer de jour
Tarif	Gratuit
Fin de l'activité 15 h	

Atelier Gravure / Monotype

Animé par Flore



Flore TROTOT ou Erolf TOTORT, graveuse, illustratrice et artiste, vous fait découvrir les techniques de la gravure monotype, et les différentes étapes nécessaires pour réaliser une œuvre.



Rendez-vous	14 h au foyer de jour
Lieu	Foyer de jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à l'ILVM vers 15h30	

Nouveau lieu

Atelier « Perles »

Animé par Martine



Un **atelier de création** au cours duquel vous **confectionnerez colliers, bracelets, bagues, porte-clés...** pour vous ou pour vos proches.

Le matériel est fourni



Rendez-vous	15 h au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de la séance à 16 h 30	

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 indispensable : Joggings - baskets.



N'oubliez pas la petite bouteille d'eau.



Rendez-vous	16h au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de la séance à 17h15	





Informatique initiation

Animé par Etienne

A partir d'exercices ludiques, cet atelier vous permettra de **vous familiariser avec l'ordinateur**, utiliser le traitement de texte, la souris, etc.



Rendez-vous	16 h au bureau Espace Loisirs
Tarif	Gratuit exceptionnellement
Fin de la séance à 17 h	



Informatique internet

Animé par Etienne

Cet atelier vous permettra de **faire des recherches sur internet**, d'utiliser un **moteur de recherche**, trouver la bonne information, **naviguer sur les sites**.



Rendez-vous	17 h au bureau Espace Loisirs
Tarif	Gratuit exceptionnellement
Fin de la séance à 18 h	





Soins des mains

Animé par Niakalé



« Venez profiter d'un moment de détente et de bien-être à travers le soin des mains, dans une ambiance chaleureuse ».



Rendez-vous	11h au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de la séance à 12 h 30	

Enquête de satisfaction



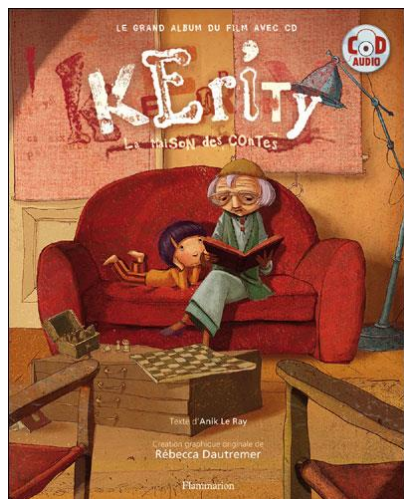
Animée par MASSAR SALL, psychologue

A travers un questionnaire, donnez votre avis sur le service et ses activités, exprimer ce qui vous plaît et ce qui vous ne plaît pas avec un nouveau psychologue.



Rendez-vous	Matin sur rendez-vous
Tarif	gratuit
Vous serez appelé pour un rendez-vous	

« Écoute d'un conte »



Animé par Martine

Natanaël a bientôt 7 ans, mais il ne sait toujours pas lire... Lorsque sa tante Eléonore lui lègue sa bibliothèque contenant des centaines de livres, Natanaël est très déçu ! Pourtant, chacun de ces contes va livrer un merveilleux secret : à la nuit tombée les petits héros, la délicieuse Alice, la méchante fée Carabosse, le terrible capitaine Crochet, sortent des livres...



Rendez-vous	10 h au Foyer de Jour
Tarif	Gratuit
Fin de l'atelier 11 h 30	

Pas de lieu de convivialité !!



Enquête de satisfaction

Animée par MASSAR SALL, psychologue

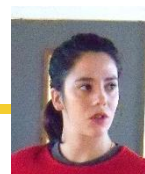
A travers un questionnaire, donnez votre avis sur le service et ses activités, exprimer ce qui vous plaît et ce qui vous ne plaît pas avec un nouveau psychologue.



Rendez-vous	Après-midi sur rendez-vous
Tarif	gratuit
Vous serez appelé pour un rendez-vous	



Atelier Danse



Animé par Delphine



Venez vous initier ou vous perfectionner à divers styles de danses, et participer à des exercices d'improvisation.

N'oubliez pas la petite bouteille d'eau.

Tenue adaptée indispensable : Joggings - baskets.



2 séances au choix



Rendez-vous

13 h 15 au Foyer de Jour

Tarif

10 €

Fin de la séance à 14 h 45



Rendez-vous

14 h 45 au Foyer de Jour

Tarif

10 €

Fin de la séance à 16 h 15



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	14 h au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de la séance à 16 h	



Soins des mains

Animé par Niakalé

Nouveau !



« Venez profiter d'un moment de détente et de bien-être à travers le soin des mains, dans une ambiance chaleureuse ».



Rendez-vous	15h au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de la séance à 16 h 30	

Samedi 12 décembre (suite)



Atelier Yoga

Animé par Delphine

Au cours de cet atelier Delphine vous propose :

- de **s'accorder du temps pour prendre soin du corps et de l'esprit.**
- de prendre conscience de sa respiration afin de se détendre et relâcher les tensions.
- de traverser **différentes postures** qui permettent de renforcer la musculature profonde et aider au bien être physiologique.



Tenue adaptée indispensable : Joggings - baskets.



Rendez-vous	16 h 30 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de la séance à 17 h 45	

N'oubliez pas la petite bouteille d'eau.



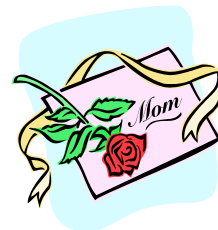
Dimanche 13 décembre

Ateliers « Cartes de vœux »

Animé par Martine

Au gré de votre inspiration, vous pourrez **confectionner différents types de cartes** : de fêtes, d'anniversaire, ou pour toute autre occasion...

Un moment de détente et de créativité.



Rendez-vous	11h au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de la séance à 12 h 45	



« Petites histoires à inventer » sur le thème de Noël

Animé par Brice



Au gré de votre inspiration, vous pourrez inventer des histoires sur le thème de Noël, **laissez parler votre imagination !**



Rendez-vous	10 h 30 au bureau Espace Loisirs
Tarif	gratuit
Fin de la séance à 12 h 00	

Pas de lieu de convivialité !!

Ateliers « Cartes de vœux »



Animé par Martine

Au gré de votre inspiration, vous pourrez **confectionner différents types de cartes** : de fêtes, d'anniversaire, ou pour toute autre occasion...



Un moment de détente et de créativité.



Rendez-vous	14 h 15 au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de la séance à 16 h	

Dimanche 13 décembre (suite)

Lecture de contes de Noël



Animé par Agnès

Venez écouter des contes et laissez vous porter par la magie de Noël.



Rendez-vous	15 h au Foyer de Jour
Tarif	gratuit
Fin de l'atelier à 16 h 30	

Samedi 19 décembre

Enquête de satisfaction



Avec MASSAR SALL, psychologue

A travers un questionnaire, **donnez votre avis** sur le service et ses activités, exprimer ce qui vous plaît et ce qui vous ne plaît pas avec un nouveau psychologue.



Rendez-vous	Sur rendez-vous toute la journée
Tarif	gratuit
Vous serez appelé par Mr. Sall pour un rendez-vous	

Samedi 19 décembre (suite)



Atelier Dessin Peinture

Animé par David



Peindre, dessiner, imaginer en apprenant des techniques artistiques, retrouvez David, peintre-dessinateur-graveur, pour un atelier inédit.

2 séances au choix



Rendez-vous	10 h au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 11 h 30	

Rendez-vous	11 h 30 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 13 h	

Pas de lieu de convivialité !!



Samedi 19 décembre (suite)



Atelier Dessin Peinture

Animé par David



Peindre, dessiner, imaginer en apprenant des techniques artistiques, retrouvez David, peintre-dessinateur-graveur, pour un atelier inédit.



Rendez-vous	14 h 30 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 16 h	

Atelier « Expression musicale »



Animé par Michel



Au programme : **temps de détente et voyage sonore.**
Découvrez des instruments :
flûtes, tampingura, bols tibétains.

2 séances au choix



Rendez-vous	13 h 30 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 15 h	

Rendez-vous	15 h 30 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 17 h	

Dimanche 20 décembre

Jeux d'adresse sportifs

Animés par Charlotte



Tenue adaptée indispensable : Joggings - baskets.

N'oubliez pas la petite bouteille d'eau.



Rendez-vous	10 h 30 au Foyer de Jour
Tarif	Gratuit exceptionnellement
Fin de l'atelier à 12 h	



Pas de lieu de convivialité !!

Jeux d'adresse sportifs

Animés par Charlotte



Tenue adaptée indispensable : Joggings - baskets.

N'oubliez pas la petite bouteille d'eau.



Rendez-vous	14 h au Foyer de Jour
Tarif	gratuit exceptionnellement
Fin de l'atelier à 15 h 30	





Atelier sculpture



Accompagné par Yves et L'équipe

Réalisation de **sculptures en plâtre ou en pierre** dans une ambiance chaleureuse et détendue.
Vous pourrez emporter votre création chez vous.

PAUSE REPAS (apporter votre pique-nique)
Les repas seront pris avec la distanciation physique
Uniquement pour les personnes inscrites à la journée complète



Trois formules au choix :

1. Le matin



Rendez-vous

11h directement à l'atelier
8 rue Docteur Charcot 93130 Noisy Le Sec



Tarif

14 € + trajet

Fin de l'atelier 13 h

2. L'après-midi



Rendez-vous

14 h à l'atelier



Tarif

14 € + trajet

Fin de l'atelier 16 h

3. La journée complète



Rendez-vous

11 h à l'atelier



Tarif

25 € + trajet

Fin de la journée 16 h à l'atelier

Pas
d'accompagnement
au trajet !!
RDV à l'atelier

Dimanche 20 décembre (suite)

Créations de vos guirlandes de Noël



Animé par Nina et Niakalé



Venez **créer votre guirlande de Noël**, à travers cet atelier emportez chez vous un petit bout de l'esprit de Noël

2 séances au choix



Rendez-vous	14h30
Tarif	gratuit
Fin de l'atelier à 16h	

Rendez-vous	15h
Tarif	gratuit
Fin de l'atelier à 16h30	

Mardi 22 décembre

Ciné club



2 Films d'animation



2 séances au choix



Rendez-vous	14h
Tarif	gratuit
Fin de la séance 16h30	

Rendez-vous	14h30
Tarif	gratuit
Fin de la séance 17h	

Atelier Créations de bottes de Noël



Animé par Nina



Venez **créer votre botte de Noël**. A travers cet atelier, emportez chez vous un petit bout de l'esprit de Noël.



2 séances au choix



Rendez-vous	14h15
Tarif	5 €
Fin de l'atelier 16h30	

Rendez-vous	14h45
Tarif	5 €
Fin de l'atelier 17h	

Le service ne propose pas d'activité à partir du 24 décembre.
Reprise des activités le 8 janvier 2021.

Envoi des dossiers de renouvellement 2021 pendant la 2^{ème} quinzaine de décembre.
L'équipe répondra à toutes vos questions.
Dépôt des dossiers :
voir les dates dans le programme de janvier.



2021