



Espace-Loisirs

**PROGRAMME
NOVEMBRE 2020**



Les temps forts du mois

7 et 8 novembre

8 novembre

Stage d

Activités annulées : service fermé à ces 2 dates

9 novembre

14 et 21 novembre

**Election des
représentants au
Conseil de la Vie
Sociale**



Nouveau :
**Atelier lecture
avec Agnès**



**Atelier soin des mains
avec Niakalé**

**NOUVEAU!
SAMEDI 14**



AGENDA NOVEMBRE 2020

Dates		Horaires	Activités	Prix	RdV ILVM	RdV EXT	
Atelier théâtre à l'année : 2 samedis par mois - voir page 3 - places disponibles							
mercredi	4	17h-19h	Pas de permanence				
vendredi	6	16h-18h	Culture du cœur	Gratuit			
		16h-17h	Informatique internet	4 €			
		17h-18h		4 €			
samedi	7	10h30-12h	FERMETURE EXEPTIONNELLE			5 €	
		14h30-16h				5 €	
dimanche	8	10h30-12h00	Balade au bois	gratuit			
		15h30-16h30	spectacle cirque	12 €			
mercredi	11	matin	Atelier sculpture en minibus	ANNULÉ			
		après-midi	Atelier sculpture				14 €
		journée	Atelier sculpture	25 €			
		Pas de lieu de Convivialité !					
		15h00-16h15	Djembé	4 €			
		16h30-17h45	Djembé	4 €			
		15h30-17h45	Une partie de "Times up" (jeu de société)	Gratuit			
16h30-17h45	Tai chi	8 €					
Vendredi	13	17h-19h	Ciné club	gratuit			
samedi	14	10h15-12h15	jeux de société	gratuit			
		10h15-12h	Gymnastique	5 €			
		10h- 14h30	Enquete de satisfaction				
		10h30-12h00	"Soins des mains" avec Niakalé - Nouveau !	5 €			
		Pas de lieu de Convivialité !					
		14h30-16h00	"Soins des mains" avec Niakalé - Nouveau !	5 €			
		14h45-16h15	lecture "Le petit prince" 1ère partie avec Agnès !Nouveau!	gratuit			
		14h30-16h	Jeux sportifs	5 €			
16h15-18h	préparation au CVS	ANNULÉ		Gratuit			
mercredi	18	17h-19h	Pas de permanence				
samedi	21	10h15-12h30	Atelier Dessin Peinture	10 €			
		10h15- 13h00	Enquete de satisfaction	gratuit			
		9h15-12h15	Visite guidée du château de Vincennes	ANNULÉ		5 €	
		Pas de lieu de Convivialité !					
		14h00- 17h00	Enquete de satisfaction	gratuit			
		13h30-15h00	Expression musicale	10 €			
		15h00-16h30	Expression musicale	10 €			
14h15-16h30	Atelier Dessin Peinture	10 €					
14h45-16h15	lecture "Le petit prince" 2 ème partie avec Agnès !Nouveau!	gratuit					
dimanche	22	14h30-16h30	Vidéo "Le dernier trappeur" ou "L'appel de la forêt"	Gratuit			



Atelier Théâtre

Espace Loisirs

Animé par Nicolas MÊGE

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



Permanence

Cultures du Coeur

Animé par L'équipe

L'association « Culture du cœur » permet de réaliser de grands projets.

Animation possible

FERMETURE EXEPTIONNELLE

Théâtre

Sport

Danse

Cinéma

Cirque

Musique



Rendez-vous	???? au bureau Espace Loisirs
Tarif	Gratuit
Fin de la séance à ??	



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**.

FERMETURE EXEPTIONNELLE



Rendez-vous	Espace Loisirs
Tarif	4 €
Fin de la séance à 17 h 00	



Vendredi 06 novembre (suite)



Informatique internet

Animé par Etienne

FERMETURE EXEPTIONNELLE

Cet
int
info
recherche, trouver la bonne
sur les sites.



Rendez-vous	17 h 00 au bureau Espace Loisirs
Tarif	4 €
Fin de la séance à 18 h 00	



Samedi 07 novembre



Soins des mains

Animé par Niakalé

Nouveau !

FERMETURE EXEPTIONNELLE

de
à travers le
des mains, dans une
ambiance chaleureuse ».



Rendez-vous	10 h 30 au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de la séance à 12 h 00	



Balade au bois

FERMETURE EXEPTIONNELLE

Pour profiter



une écharpe.



Rendez-vous	10 h 30 au bureau d'espace loisirs
Tarif	Gratuit
Fin de la balade 12 h 00	

Soins des mains

Animé par Niakalé



FERMETURE EXEPTIONNELLE

soin des mains, dans une ambiance chaleureuse ».



Rendez-vous	14 h 30 au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de la séance à 16 h	



Samedi 7 et dimanche 8 novembre

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 sera enrichie par des exercices d'investissement et d'invention.

FERMETURE EXCEPTIONNELLE

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



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

Les repas seront pris avec la distanciation physique

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



Dimanche 8 novembre

Spectacle cirque / jonglage

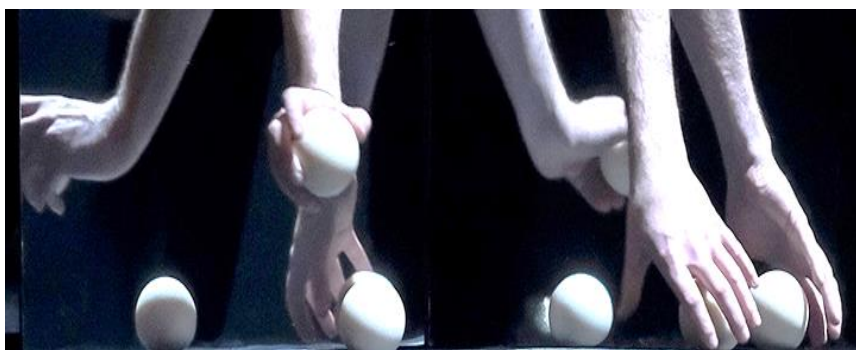
avec la compagnie « Les chemins de travers »



FERMETURE EXCEPTIONNELLE

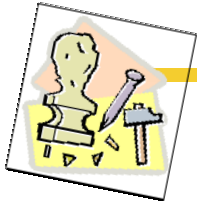
... et Antoine, la
...era une petite mise en
...on. C'est une technique de
...ent dansé, inspirée d'une vision
... moderne du cirque.
... suivi d'un échange avec tous les artistes.

Rendez-vous	15h30 salle Picadilly
Tarif	12 € adulte



Mercredi 11 novembre

Atelier sculpture



Accompagné par Yves et L'équipe

Réalisation de **sculptures en plâtre ou en pierre** dans une ambiance chaleureuse et détendue. Vous pourrez ensuite 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

Activité annulée

14 € + trajet

Fin de l'atelier 16 h

3. La journée complète



Rendez-vous	9 h 30 Ilvm trajet en minibus ou 11 h à l'atelier
Tarif	25 € + trajet
Retour à ILVM en minibus vers 17 h	

Pas de lieu de convivialité !!

Atelier Djembé



Animé par Brice



Initiation et perfectionnement à la **technique des percussions.**



Rendez-vous	15 h 00 au Foyer de Jour
Tarif	4 €
Fin de l'atelier à 16 h 15	

Jeu de société : Times up

Animé par L'ÉQUIPE



Venez vous divertir autour d'un **jeu de société de devinettes :**
Le « Time up »



Rendez-vous	15 h 30 au Foyer de Jour
Tarif	gratuit
Fin du jeu 17h45	

Atelier Djembé

Animé par Brice



Initiation et perfectionnement à la **technique des percussions.**



Rendez-vous	16 h 30 au Foyer de Jour
Tarif	4 €
Fin de l'atelier à 17 h 45	

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.

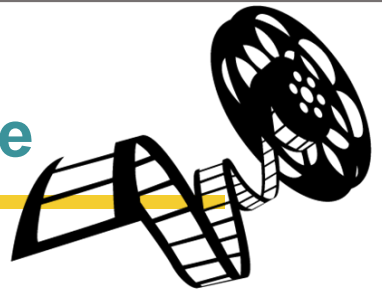


Rendez-vous	16h30 au Foyer de Jour
Tarif	8 €
Fin de la séance à 17 h 45	



Vendredi 13 Novembre

Ciné club - Comédie



« COCO »

Réalisateur Gad Elmaleh

Coco (Gad Elmaleh) est l'exemple parfait de la réussite sociale.

Pour vous, il organise « l'évènement de l'année » : la bar-mitsvah de son fils. Du jamais vu, de l'époustouflant... bref, du Coco !!!



Rendez-vous	17 h 00 au bureau espace loisirs
Tarif	gratuit
Fin de la séance à 19 h 00	

Samedi 14 novembre

Jeux de société



Animé par l'équipe

venez vous **divertir**
avec des jeux de société.



Rendez-vous	10 h 00 au bureau d'espace loisirs 10 h 30 devant la ludothèque
Tarif	Gratuit
Fin de l'activité 12h Retour à l'institut 12h15	

Gymnastique



Animée par l'équipe



Rendez-vous	10 h 15 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de l'activité 12 h	

Enquête de satisfaction



Animée par MASSAR SALL, psychologue

A travers un questionnaire, venez donner 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	10 h 00 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	gratuit
Fin de l'enquête à 14 h 30	

Pas de lieu de convivialité !!

Soins des mains

Nouveau !



Animée par Niakalé



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

2 séances au choix :

Rendez-vous	10 h 30 au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de la séance à 12 h 00	

Ou

Rendez-vous	14 h 30 au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin de la séance à 16 h	



Atelier lecture : «Le petit prince » de St Exupéry 1 ère partie

Animé par Agnès

A travers ce nouvel atelier, Agnès, bénévole depuis de longues années, vous propose de vous emmener dans l'imaginaire d'un auteur, l'humour, la poésie, et bien d'autres facettes encore dans le plaisir d'une écoute et d'une lecture à haute voix.



Rendez-vous	14 h 45 au Foyer de Jour
Tarif	gratuit
Fin de la séance à 16 h 15	

Jeux sportifs

Animés par l'équipe



Rendez-vous	14 h 30 au bureau d'espace loisirs
Tarif	5 €
Fin de l'activité 16 h	

Visite du château de Vincennes

Animée par un conférencier du château



Activité annulée

Un symbole du pouvoir royal : il protège Paris des soulèvements. Il est le lieu de détention de Louis XVI en 1792, quand Louis XIV lui préfère la Bastille. Au XVIIIe siècle et jusqu'au XIXe siècle, le château de Vincennes est le lieu de détention de Mirabeau y sont détenus. Transformé en casernes par Napoléon Ier, la forteresse protège Paris lors des insurrections de 1830 et 1848.

Un lieu de mémoire nationale. Restauré après les graves dommages subis au cours de la Seconde Guerre mondiale, le château de Vincennes abrite notamment le Service Historique de la Défense (SHD).



Rendez-vous

9 h 15 au bureau d'espace Loisirs

Lieu

Château de Vincennes

Transport

Bus 325-56 arrêt avenue du Château
Métro ligne 1 sortie avenue du château



Tarif

5 € + ticket bus ou carte de transport

Fin de l'activité vers 12 h 15 à l'institut

Atelier Dessin Peinture

Animé par l'équipe



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



Rendez-vous	10 h 15 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 12 h 30	

Pas de lieu de convivialité !!

Atelier « Expression musicale »

Animé par Michel



Au programme : **temps de détente et voyage sonore.**

Découvrez des instruments : **flûtes, tamera, bols tibétains.**



Rendez-vous	13 h 30 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 15 h 00	

Atelier « Expression musicale »

Animé par Michel



Au programme : **temps de détente et voyage sonore.**

Découvrez des instruments : **flûtes, tampura, bols tibétains.**



Rendez-vous	15 h 00 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 16 h 30	



Atelier Dessin Peinture

Animé par l'équipe

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



Rendez-vous	14 h 15 au Foyer de Jour
Tarif	10 €
Fin de l'atelier à 16 h 30	

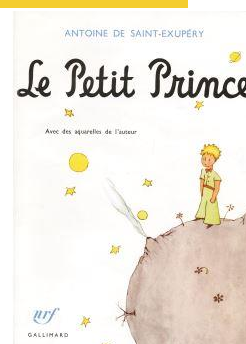
Samedi 21 novembre (suite)



Atelier lecture : « Le petit prince » de St Exupéry 2 ème partie

Animé par Agnès

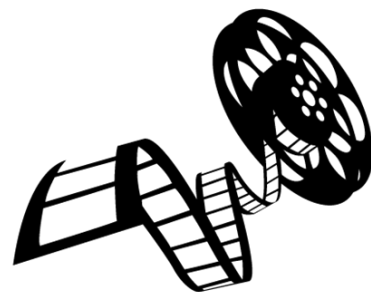
A travers ce nouvel atelier, Agnès, bénévole depuis de longues années, vous propose de vous emmener dans l'imaginaire d'un auteur, l'humour, la poésie, et bien d'autres facettes encore dans le plaisir d'une écoute et d'une lecture à haute voix.



Rendez-vous	14 h 45 au Foyer de Jour
Tarif	gratuit
Fin de la séance à 16 h 15	

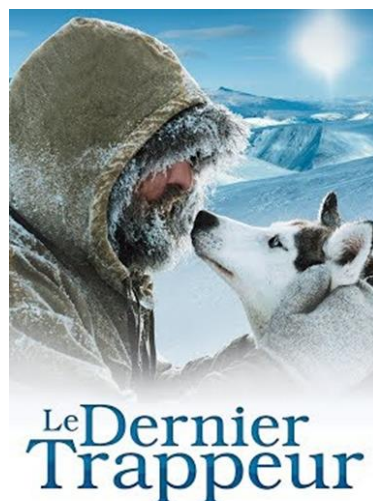
Dimanche 22 novembre

Ciné club

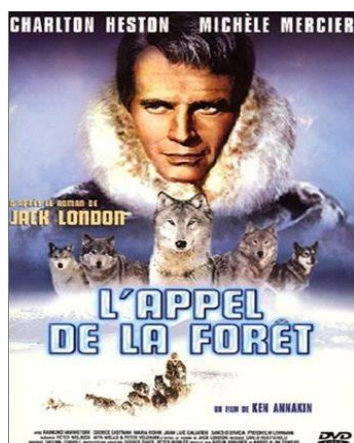


« Le dernier Trappeur »

Réalisateur Nicolas Vanier



OU



« L'appel de la forêt »

Réalisateur Ken Annakin

D'après le roman de Jack London



Rendez-vous	14h30 au bureau espace loisirs
Tarif	gratuit
Fin de la séance à 16h30	