



Institut le Val Mandé
PROMOTION DE LA PERSONNE HANDICAPEE

Service d'accompagnement à la culture et aux Loisirs

Espace-Loisirs

PROGRAMME AOÛT 2021



**Le service sera fermé
du 31 juillet au 17 août inclus**

À la rentrée

En septembre

Atelier Haïku
Petit poème japonais

Nouvel
atelier



Du Lundi 13 au vendredi 17 septembre

**Stage Théâtre et danse d'une
semaine avec création d'un
spectacle pour les
« Rencontres A Part Entière »**



Samedi 18 septembre

Festival : 'les Rencontres A part Entière'
**Spectacle Théâtre et danse
à Ivry**



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

Email : espace.loisirs@ilvm.fr - www.ilvm.fr

Malgré les récentes annonces
gouvernementales l'organisation reste
identique:

Merci de venir à l'heure exacte de vos
activités

Merci de ne pas arriver en avance

Merci de ne pas arriver en retard



Prise de température à votre arrivée
Le port du masque est obligatoire
Les activités se feront en groupes de 10 selon la
nature de l'activité
sauf en salle Piccadilly
Merci d'avance.





Atelier Théâtre

Espace Loisirs

Animé par Nicolas MÊGE

L'Atelier a lieu 2 samedis matins par mois

1 seul groupe : de 10h15 à 12h30



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



Rendez-vous	10 h15 au bureau espace loisirs
Tarif	120 € par trimestre par : chèque à l'ordre de « Régie Espace Loisirs » / espèces / virement



Agenda Aout 2021

Dates	Horaires	Activités	Prix	RdV ILVM	RdV EXT
Atelier théâtre à l'année : 2 samedis par mois - voir page 3					
Mercredi 18	17h00-19h30	BALADE AU DEPART DE L'INSTITUT	gratuit		
Vendredi 20	13h15-18h15	BATEAUX-MOUCHES SUR LES CANAUX PARISIENS	10 €		
Samedi 21	10h00-12h30	PETIT DEJEUNER AVEC VIDEO	5 €		
	PAS DE LIEU DE CONVIVIALITE				
	14h00-15h00	SNOEZELEN	gratuit		
	15h00-16h00	SNOEZELEN	gratuit		
	15h30-17h30	ARTS PLASTIQUES	5 €		
Dimanche 22	9h30-16h30	RANDONNEE BORDS DE MARNE + PIQUE NIQUE	gratuit		
Vendredi 27	14H30-18h30	EXPOSITION SALGADO	gratuit		
	16h15-17h30	DETENTE MUSCULAIRE	gratuit		
Samedi 28	10h00-12h30	MOLKY AVEC BASILE	gratuit		
	10h15-11h30	BAO PAO	4 €		
	11h45-13h	BAO PAO	4 €		
	PAS DE LIEU DE CONVIVIALITE				
	14h00-16h00	TIR A L'ARC AVEC BASILE	gratuit		
	14h00-18h00	PISCINE	5 €		
	15h00-17h00	FILM	gratuit		
	17h45-19h00	TAI CHI AVEC LAETITIA	8 €		
Nom :		Prenom :			

Les sorties en transport reprennent : pensez à apporter votre carte de transport ou des tickets !!

Pour vous protéger de la chaleur : un chapeau et une bouteille d'eau !!



Mercredi 18 août

Balade au départ de l'Institut

Accompagnée par l'équipe



Pensez à vous munir de chaussures telles que baskets ou chaussures de marche et d'un chapeau.



Rendez-vous	17 h 30 au bureau d'espace loisirs
Tarif	Gratuit
Fin 19 h 30	



Vendredi 20 août

Bateaux Mouches

Accompagné par l'équipe



Une promenade romantique et insolite de 2h30, qui raconte, l'histoire des quartiers du "Paris des parisiens". Vous découvrirez le canal Saint Martin aux eaux tranquilles, bordé d'arbres centenaires, enjambé par d'élégantes passerelles.



Rendez-vous	13 h 15 au bureau d'espace loisirs
Tarif	10 € + trajet
Fin 18 h 15	



Samedi 21 août



Petit déjeuner- vidéo



Accompagné par l'équipe



Moment convivial autour d'un petit déjeuner suivi d'une vidéo

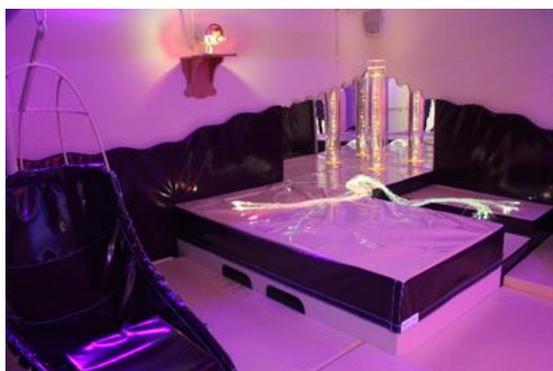


Rendez-vous	10 h au bureau d'espace loisirs
Tarif	5 €
Fin 12 h 30	

Pas de lieu de convivialité !!

Atelier détente - Snoezelen

Accompagné par Brice



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



Rendez-vous	14 h au bureau d'espace loisirs
Tarif	gratuit
Fin 15 h	

Samedi 21 août

Atelier détente - Snoezelen

Accompagné par Brice



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



Rendez-vous	15 h au bureau d'espace loisirs
Tarif	gratuit
Fin 16 h	

Atelier art plastique

Accompagné par Martine



Peindre, dessiner, imaginer en apprenant des techniques artistiques.



Rendez-vous	15 h 30 au bureau d'espace loisirs
Tarif	5 €
Fin 17 h 30	

Dimanche 22 août

Randonnée au bord de Marne

Accompagnée par l'équipe



Une journée en pleine nature où vous pourrez découvrir les bords de marne et partager un moment convivial pendant le pique-nique.

Pensez à vous munir de chaussures telles que baskets ou chaussures de marche et d'un chapeau.



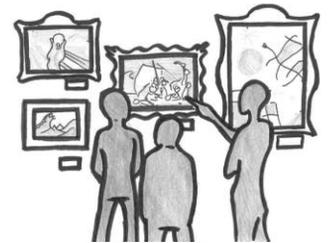
Rendez-vous	9 h 30 au bureau d'espace loisirs
Tarif	Gratuit + trajet
Fin 16 h 30	



Vendredi 27 août

Exposition Salgado

Accompagnée par l'équipe



Accompagnée d'une création sonore, véritable symphonie-monde imaginée par Jean-Michel Jarre à partir des sons concrets de la forêt, l'exposition de Sebastião et Lélia Salgado restitue aussi la voix et le témoignage des communautés amérindiennes photographiées.



Rendez-vous	14 h 30 au bureau d'espace loisirs
Tarif	Gratuit + trajet
Fin 18 h 30	

Vendredi 27 août

Détente musculaire

Accompagnée par l'équipe



La détente est un mélange d'exercices de respiration, de mouvements inspirés du yoga, du tai chi, ou de la gymnastique douce. Elle se termine par un moment méditatif et calme..



Rendez-vous	16 h 15 au bureau d'espace loisirs
Tarif	Gratuit
Fin 17 h 30	



Samedi 28 août

Mölky

Accompagné par Basile



Venez vous détendre et vous amuser autour d'une partie de Mölky.

Pensez à vous munir d'une tenue confortable



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



Samedi 28 août

BAO PAO

Accompagné par Étienne



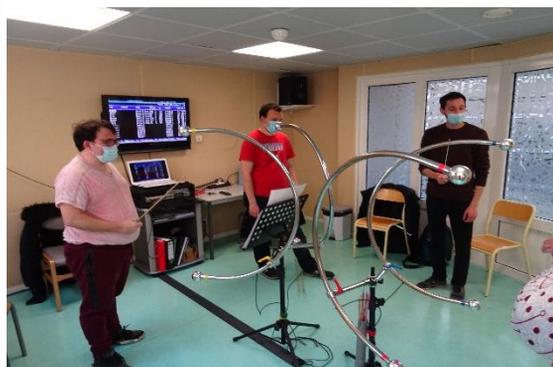
Une initiation à cet instrument de musique adapté à tous, créé par l'association « La puce à l'oreille ». Vous pourrez créer un rythme, suivre la mélodie de vos chansons préférées !



Rendez-vous	10 h 15 au bureau d'espace loisirs
Tarif	4 €
Fin 11 h 30	

BAO PAO

Accompagné par Étienne



Une initiation à cet instrument de musique adapté à tous, créé par l'association « La puce à l'oreille ». Vous pourrez créer un rythme, suivre la mélodie de vos chansons préférées !



Rendez-vous	11h 45 au bureau d'espace loisirs
Tarif	4 €
Fin 13 h	

Pas de lieu de convivialité !!

Samedi 28 août

Tir à l'arc

Accompagné par Basile



Venez vous initier ou vous perfectionner au tir à l'arc



Rendez-vous	14 h au bureau d'espace loisirs
Tarif	Gratuit
Fin 16 h	

Piscine

Accompagnée par l'équipe



Un bassin sportif de 25 m par 15 m, un bassin d'apprentissage et ludique de 325 m² avec jets massants et fontaines, à Fontenay-sous-Bois.

N'oubliez pas votre bonnet de bain !



Rendez-vous	14 h au bureau d'espace loisirs
Tarif	5 € + trajet + argent de poche si vous n'avez pas de bonnet de bain
Fin 18 h	



Samedi 28 août

Film : L'été de Kikujiro



Accompagné par Étienne



Masao s'ennuie. Les vacances scolaires sont là. Ses amis sont partis. Il habite Tokyo avec sa grand-mère. Grâce à une amie de la vieille femme, Masao rencontre Kikujiro, un yakusa vieillissant, qui décide de l'accompagner à la recherche de sa mère qu'il ne connaît pas. C'est le début d'un été pas comme les autres pour Masao...



Rendez-vous	15 h au bureau d'espace loisirs
Tarif	gratuit
Fin 17 h	

Atelier Taïchi

Accompagné 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.



Rendez-vous	17 h 45 au bureau d'espace loisirs
Tarif	8 €
Fin 19 h	