



# Espace-Loisirs

**PROGRAMME AVRIL 2022**



## Temps forts du mois :

Samedi 30 avril

***Tournoi de Uno***



## A vos agendas :

Dimanche 1<sup>er</sup> MAI

**Journée au Parc Floral  
de Paris  
Avec pique-nique**



**Du vendredi 24 au  
dimanche 26 juin  
Mini séjour à Houlgate**



**SI VOUS ETES INSCRIT A UNE SORTIE :**  
**VOUS DEVEZ APPORTER UN TITRE DE TRANSPORT**  
**ESPACE LOISIRS NE POURRA PLUS VOUS**  
**DEPANNER DE TICKET**

**SANS TITRE DE TRANSPORT,**  
**VOUS NE POURREZ PAS PARTICIPER A LA SORTIE.**





Les gestes barrières c'est

TOUT LE TEMPS :

port du masque,

lavage des mains

respect des distanciations



# Atelier Théâtre

Animé par Nicolas MÊGE



L'Atelier a lieu 2 samedis  
matins par mois



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



Rendez-vous	10 h15 au bureau Espace Loisirs
Tarif	120 € par période par : chèque à l'ordre de « Régie Espace Loisirs » / espèces / virement A régler en début de période
	Fin de l'atelier à 12h30



Dates	Horaires	Activités	Prix	RDV ext	RDV ilvr
Atelier théâtre à l'année : 2 samedis par mois					
<b>mercredi 5</b>	PAS DE PERMANENCE				
<b>vendredi 8</b>	16h-18h	Culture du cœur	Gratuit		
	17h45-19h	Tai Chi	8 €		
<b>samedi 9</b>	Voir Horaire dans le programme	Sculpture le matin	14 €		
		Sculpture toute la journée	25 €		
		Sculpture l'après midi	14 €		
	11h-12h30	Atelier socio esthétique : soins bucco dentaire	12 €		
	10h15-12h	Sport-Initiation au basket	5 €		
	12h30-14h	Je mange sur place, j'apporte mon repas	Gratuit		
	14h-16h	Tournoi de Uno	3 €		
	14h-16h	Sport-Initiation au basket	5 €		
16h-17h	Collation sucrée salée	5 €			
<b>mercredi 13</b>	17h-19h	Permanence sur inscription	Gratuit		
<b>samedi 16</b>	10h15-12h30	Atelier Mandala	5 €		
	12h30-14h	Je mange sur place, j'apporte mon repas	Gratuit		
	14h30-15h45	Promenade dans la nature	Gratuit		
	14-16h15	Atelier Mandala	5 €		
<b>dimanche 17</b>	9h30-10h45	Djembé	4 €		
	10h45-12h	Djembé	4 €		
	PAS DE LIEU DE CONVIVALITE				
	14h-17h45	Randonnée Bords de Marne	Gratuit		
<b>mercredi 20</b>	17h-19h	Permanence sur inscription	Gratuit		
<b>mercredi 27</b>	17h-19h	Permanence sur inscription	Gratuit		
<b>Vendredi 29</b>	17h15-18h15	Informatique internet	4 €		
	16h-17h	snoezelen	Gratuit		
	17h15-18h15	snoezelen	Gratuit		
<b>Samedi 30</b>	9h-13h	Musée Carnavalet	10 €		
	10h15-12h30	Atelier dessin-peinture	10 €		
	10h45-12h	Informatique initiation	4 €		
	12h30-14h	Je mange sur place, j'apporte mon repas	Gratuit		
	14h00-16h	Carnet de sortie	6 €		
	13h45-15h	Lecture	Gratuit		
	14h-16h15	Atelier dessin-peinture	10 €		
	14h15-16h	Haïku	10 €		
16h15-17h	Collation de Pâques	5 €			
Nom :		Prenom :			





Vendredi 8 avril

## Permanence Culture du Cœur



CULTURES  
DU CŒUR

Animée par l'équipe



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



Rendez-vous	16 h au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	Gratuit
	Fin 18 h

## Tai Chi

Animé par Laëtitia



« 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



# Atelier sculpture



Accompagné par l'équipe et animé avec Yves

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	<b>9h45 au départ de l'institut</b> Ou <b>11 h directement à l'atelier</b> 8 rue Docteur Charcot 93130 Noisy Le Sec
Tarif	14 € + trajet : Bus jusqu'au RER Vincennes, puis RER Vincennes jusqu'à Noisy le sec
	
Fin de l'atelier 13 h	


### 2. L'après-midi



Rendez-vous	<b>14 h à l'atelier</b>
Tarif	14 €
	
Fin de l'atelier 16 h	

### 3. La journée complète



Rendez-vous	<b>9h45 au départ de l'institut</b> Ou <b>11 h directement à l'atelier</b> 8 rue Docteur Charcot 93130 Noisy Le Sec
Tarif	25 € + trajet aller/retour
	
Fin de la journée 16 h à l'atelier ou 17h à l'ILVM	

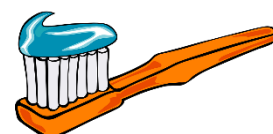
Samedi 9 avril (suite)

## Atelier Socio – Esthétique Hygiène dentaire

Animé par Mérama



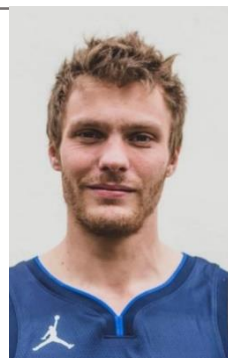
Venez participer à l'atelier socio-esthétique pour une séance sur le thème : **hygiène dentaire**.  
Un atelier qui a du mordant!



Rendez-vous	11 h au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	12 €
Fin 12 h 30	

## Sport- Initiation au basket

Animé par Basile



**Tenue confortable  
indispensable !!!**

**N'oubliez pas la  
bouteille d'eau.**



Rendez-vous	10 h 15 au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin à 12 h	

**12 h 30 - 14 h Je mange sur place,  
j'apporte mon repas**





Samedi 9 avril (suite)

## Tournoi de Uno



Animé par l'équipe

Le célèbre jeu de cartes associant les couleurs et les chiffres. Cartes Action et Joker spéciales pour créer de vrais retournements de situation !



Rendez-vous	14 h au bureau
Tarif	3 €
Fin du jeu 16 h	

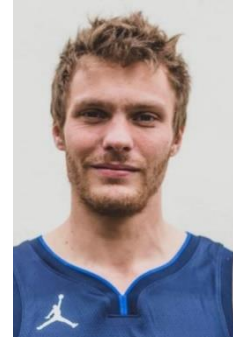
## Sport- Initiation au basket

Animé par Basile



Tenue confortable  
indispensable !!!

N'oubliez pas  
la bouteille d'eau.



Rendez-vous	14 h au bureau Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin à 16 h	

Samedi 9 avril (suite)

## Collation sucrée-salée

Animé par l'équipe



Venez passer un moment convivial autour de « grignotages » sucrés et salés. Il y en aura pour tous les goûts !



Rendez-vous	16 h au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin 17 h	

Mercredi 13 avril

## Permanence sur inscription

Animée par l'équipe



**Ce temps d'accueil vous permet de :**

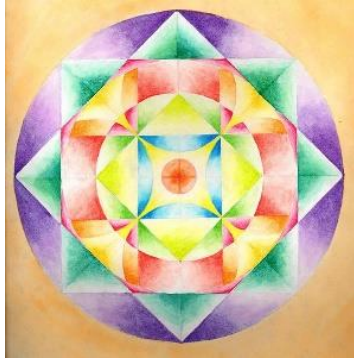
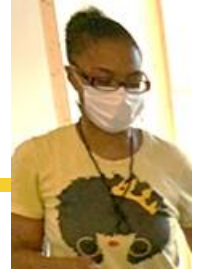
- Vous rencontrer et partager un moment convivial et de détente
- Trouver de la documentation et des informations
- Partager un jeu de société
- Vous inscrire aux activités



Rendez-vous	17 h au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	Gratuit
Fin 19 h	

Samedi 16 avril

## Atelier Mandala



Animé par Sabrina

Venez créer votre propre mandala,  
Ou colorier les modèles à votre  
disposition.



Rendez-vous	10 h 15 au bureau
Tarif	5 €
Fin de l'activité 12 h 30	

**12 h 30 - 14 h Je mange sur place,  
j'apporte mon repas**



## Promenade dans la nature

Accompagné par Brice



Une balade tranquille pour profiter de  
la nature au printemps.



Penser à une tenue  
adaptée à la météo



Rendez-vous	14 h 30 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	Gratuit
Fin 15 h 45 à l'institut	

Samedi 16 avril (suite)

## Atelier Mandala



Animé par Sabrina

Venez créer votre propre mandala,  
Ou colorier les modèles à votre  
disposition.



Rendez-vous	14 h au bureau
Tarif	5 €
Fin de l'activité 16 h 15	

Dimanche 17 avril

## Djembé



Animé par Brice



Initiation à la technique  
des percussions.

2 horaires au choix :



Rendez-vous	9h30 au bureau d'Espce Loisirs
Tarif	4 €
Fin 10 h 45	

Rendez-vous	10h45 au bureau d'Espce Loisirs
Tarif	4 €
Fin 12 h	

Pas de lieu de convivialité



Dimanche 17 avril (suite)

## Randonnée Bords de Marne

Accompagnée par l'équipe



Une randonnée pour les bons marcheurs le long des bords de Marne, au départ de Neuilly plaisance.



Penser à une tenue adaptée à la météo



Rendez-vous

14 h devant le RER A - Neuilly plaisance

Sortie n°1 : Place de la Gare

Tarif

Gratuit+ trajet



Fin 17 h45 au RER de Neuilly Plaisance

Mercredi 20 avril

## Permanence sur inscription

Animée par l'équipe



Ce temps d'accueil vous permet de :

- Vous rencontrer et partager un moment convivial et de détente
- Trouver de la documentation et des informations
- Partager un jeu de société
- Vous inscrire aux activités



Rendez-vous

17 h au bureau d'Espace Loisirs

Tarif

Gratuit

Fin 19 h



Mercredi 27 avril

## Permanence sur inscription

Animée par l'équipe



**Ce temps d'accueil vous permet de :**

- Vous rencontrer et partager un moment convivial et de détente
- Trouver de la documentation et des informations
- Partager un jeu de société
- Vous inscrire aux activités

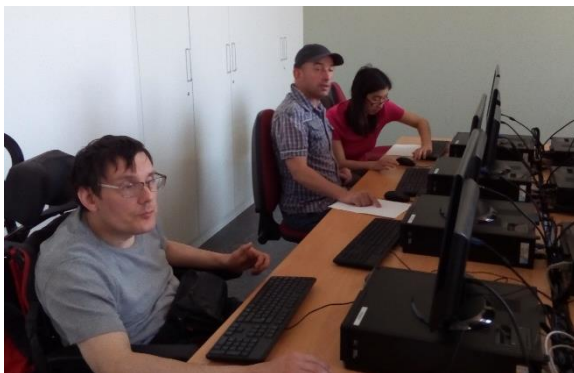


Rendez-vous	17 h au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	Gratuit
	Fin 19 h

Vendredi 29 avril

## Informatique Internet

Animé par l'équipe



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 15 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	4 €
	Fin 18 h 15



Vendredi 29 avril (suite)

## 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.

2 horaires au choix :



Rendez-vous	16 h au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	gratuit
Fin 17 h	

Rendez-vous	17 h 15 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	gratuit
Fin 18 h 15	

Samedi 30 avril

## Visite conférence au Musée de Carnavalet

2<sup>ème</sup> partie

Accompagnée par l'équipe et animée par Corinne



Après plusieurs années de travaux, le musée Carnavalet a ouvert dans un très bel hôtel particulier du Marais.

Allons découvrir une partie de l'histoire de la ville de Paris à travers les peintures, les meubles et décors de certaines maisons détruites au 19<sup>e</sup> siècle, des statues sauvées lors des révoltes parisiennes...



Rendez-vous	9 h au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	10 € + trajet métro ligne 1 – Saint Paul Lieu : 23 Rue de Sévigné, 75003 Paris
Retour vers 13 h à l'ILVM	



Samedi 30 avril (suite)



## Dessin peinture

Animé par David

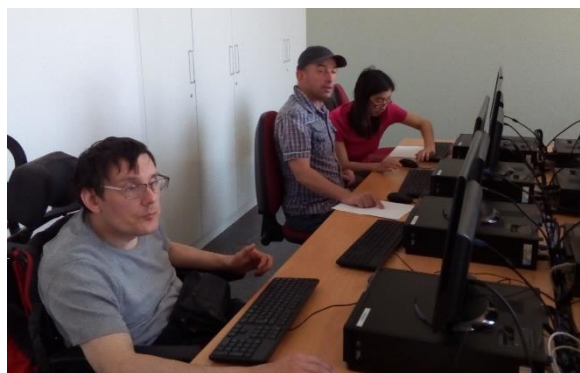
Peindre, dessiner, imaginer en apprenant des techniques artistiques.



Rendez-vous	10 h 15 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	10 €
Fin 12 h 30	

## Informatique Initiation

Animé par l'équipe



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	10 h 45 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	4 €
Fin 12 h 00	

**12 h 30 - 14 h Je mange sur place, j'apporte mon repas**





## Carnet de sorties « Musée Carnavalet »

Animé par Corinne

Réalisez sur ordinateur un « Carnet de sorties », suite à la conférence au Musée Carnavalet.

*Une version papier vous sera remise.*

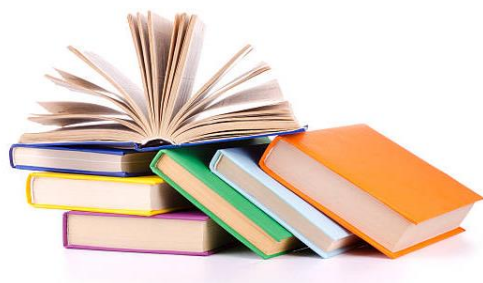
*Vous pouvez participer même si vous n'avez pas fait la visite du matin.*



Rendez-vous	14 h au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	6 €
Fin de la séance à 16 h	

## Lecture

Animée par Agnès



A travers cet 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	13 h 45 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	Gratuit
Fin 15 h	





## Dessin peinture

Animé par David

Peindre, dessiner, imaginer en apprenant des techniques artistiques.



Rendez-vous	14 h au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	10 €
Fin 16 h 15	

## Atelier « Haïku »

« Un lieu où je me sens en sécurité. »



Animé par Céline



Profitons de l'atelier pour nous connecter à un lieu où nous nous sentons en sécurité, un lieu sûr... Nous partirons à la recherche de ce lieu où nous nous sommes sentis en paix, calme ou joyeux. Puis nous imaginerons ce lieu sous la forme d'un dessin ou d'un écrit (un haïku pour le garder en mémoire, ancré en nous comme un refuge ou un lieu de bien être).



Rendez-vous	14 h 15 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	10 €
Fin 16 h	



Samedi 30 avril (suite)

## Collation de Pâques

Animée par l'équipe



Chocolat chaud, chocolats de Pâques et petits biscuits chocolatés.



Rendez-vous	16 h 15 au bureau d'Espace Loisirs
Tarif	5 €
Fin 17 h	





**Résultat de l'élection  
Du 2<sup>ème</sup> représentant  
Des usagers d'Espace Loisirs  
Au Conseil de la Vie Sociale  
(CVS)**

Suite au vote du 19 mars 2022  
de 37 usagers :

**Isabelle De Vaucelles** a été élue  
avec 22 voix  
contre 15 voix pour  
Anne Kleszczowski.