



Espace-Loisirs

**PROGRAMME
JUILLET - AOÛT 2022**



Temps forts du mois :

Samedi 9 juillet

**Nouvel atelier chant
avec Marie-Véronique**



Samedi 23 juillet

**Restitution sur écran géant de vos
photos des ateliers reportages**



Samedi 27 août

**Pique-nique
suivi d'une Croisière sur la Marne**



**Afin de finaliser vos nouvelles cartes membre,
l'équipe vous prendra en photo, individuellement, lors des
jours d'activités**

A vos agendas :

Dimanche 24 juillet et Dimanche 21 août

**Journées pique-nique
et piscine**





VOUS ETES INSCRIT A UNE SORTIE

PENSEZ A 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.

TOUT L'ÉTÉ :

APPORTER VOTRE BOUTEILLE D'EAU LORS DE CHAQUE
SORTIE ET ACTIVITE SPORTIVE.



NOUVEAU LOGO POUR LES SORTIES :

Ce petit porte-monnaie pour vous faire penser à
apporter de l'argent de poche si besoin.

Aucune obligation, c'est vous qui choisissez.





Les gestes barrières c'est

TOUT LE TEMPS :

lavage des mains

respect des distanciations

Le masque, c'est si vous voulez





Dates	Horaires	Activités	Prix	RDV ext.	RDV ILMV
Atelier théâtre à l'année : 2 samedis par mois ---- voir page 3					
Mercredi 6	17h-19h	Permanence sur inscription	Gratuit		
Samedi 9	10h-11h30	Tir à l'arc	4 €		
	11h30-13h	Tir à l'arc	4 €		
	11h-13h (sur place)	Sculpture le matin (10h pour le départ ILMV)	14 €		
	11h-16h (sur place)	Sculpture toute la journée (10h pour le départ ILMV)	25 €		
	14h-16h (sur place)	Sculpture l'après-midi (pas de départ de ILMV)	14 €		
	12h30-14h	Je mange sur place, j'apporte mon repas	Gratuit		
	14h15-16h30	Chant avec Marie-Véronique	12 €		
	15h-17h	Atelier pâte à sel : construction d'objets	5 €		
Dimanche 10	9h15-15h	Découverte d'un quartier de Paris + pique nique	10€ + pique nique		
	11h-16h30	Pique-nique et jeux au bois	5 €		
Mercredi 13	17h-19h	Permanence sur inscription	Gratuit		
Jeudi 14	14h15-16h30	Ciné club comédie musicale : "Un Américain à Paris"	Gratuit		
	14h15-16h30	Jeux de société	3 €		
	16h30-17h15	Collation glacée	4 €		
Samedi 16	10h15-12h	Culture du Cœur	Gratuit		
	10h30-12h30	Atelier pâte à sel : mise en beauté des objets créés le 9	Gratuit		
	10h30-12h30	Atelier culinaire : brochettes de fruits en formes d'animaux	Gratuit		
	12h30-14h	Je mange sur place, j'apporte mon repas	Gratuit		
	14h-15h30	Atelier socio esthétique : zéro déchet fabrication d'un déodorant fait maison	12 €		
	16h-17h30	Atelier socio esthétique : soin gourmand du visage	12 €		
	14h30-15h30	Snoezelen	4 €		
	16h-17h	Snoezelen	4 €		
Dimanche 17	17h30-18h15	Collation : Brochettes de fruits en formes d'animaux	5 €		
	10h30-17h	Jardin d'acclimatation (manèges, ménagerie, balade dans le parc) + pique nique (Pas de départ de ILMV)	25 € en espèces + pique nique		
Mercredi 20	17h-19h	Permanence sur inscription	Gratuit		
Vendredi 22	16h-17h15	Informatique initiation	4 €		
	17h30-18h45	Informatique internet	4 €		
	17h45-19h	Taichi	8 €		
Samedi 23	10h30-16h	Vente photos + restitution de vos œuvres (peintures/gravures) Venez vous faire prendre en photo par l'équipe pour votre nouvelle carte membre !	à partir de 0,50 € la photo		
	12h-14h30	Buffet collectif (chacun apporte quelques choses à partager)	Votre participation		
	14h30-16h	Restitution sur écran géant des photos prises en atelier reportage	Gratuit		
	16h-16h45	Collation sucrée	4 €		
Dimanche 24	9h45-18h	Pique nique Parc Buttes Chaumont et piscine "Pailleron"	7 €		
AOÛT					
Vendredi 19	10h30-18h30	Pique-nique au parc de Saint-Germain-en-Laye avec visite du Château	10€ + pique nique		
Samedi 20	10h15-12h	Pétanque au bois	4 €		
	10h30-12h30	Atelier culinaire (assortiment de mignardises sucrées/salées)	4 €		
	12h30-14h	Je mange sur place, j'apporte mon repas	Gratuit		
	14h-16h	Ciné club comédie musicale : "Bagares au king créole" avec Elvis Presley	Gratuit		
	16h-17h	Collation sucrée/salée	5 €		
Dimanche 21	10h30-18h	Pique-nique au Bois et piscine Roger Le Gall à Paris	10€ + pique nique		
Mercredi 24	17h-19h	Permanence sur inscription	Gratuit		
Vendredi 26	16h-18h	Atelier culinaire (tzatziki et mini-brochettes salées)	Gratuit		
	18h30-20h30	Cocktail dinatoire	12 €		
Samedi 27	11h-18h00	Pique nique suivi d'une Croisière sur la Mame avec "Au fil de l'eau"	12 €		
Mercredi 31	17h-19h	Permanence sur inscription	Gratuit		
NOM :		Prénom :			

Mercredi 6 juillet

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

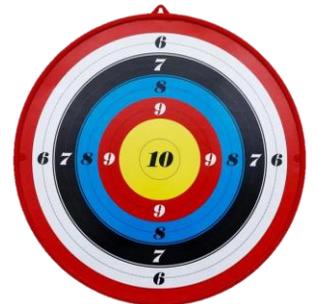


Rendez-vous	17 h à la Place de l'Europe
Tarif	Gratuit
Fin 19 h	

Samedi 9 juillet

Tir à l'arc

Animé par l'équipe



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

2 horaires au choix :



Rendez-vous	10 h à la Place de l'Europe
Tarif	4 €
Fin 11 h 30	

Rendez-vous	11 h 30 à la Place de l'Europe
Tarif	4 €
Fin 13 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

(apportez 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	9 h 45 au départ de l'institut OU 11 h directement à l'atelier 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 13 h		

2. L'après-midi

 Rendez-vous	14 h à l'atelier	
 Tarif	14 €	
Fin 16 h		

3. La journée complète

 Rendez-vous	9 h 45 au départ de l'institut OU 11 h directement à l'atelier 8 rue Docteur Charcot 93130 Noisy Le Sec	
 Tarif	25 € + trajet aller/retour	
Fin de la journée 16 h à l'atelier ou 17 h à l'ILVM		



Samedi 9 juillet (suite)

Atelier chant

Animé par Marie-Véronique



Le chant permet de se détendre.
Il implique de se concentrer sur son souffle,
de maîtriser tout son corps et d'exprimer ses émotions.
Il permet d'oublier le quotidien, de lâcher prise et d'évacuer le stress.



Rendez-vous	14 h 15 au Foyer de jour
Tarif	12 €
Fin 16 h 30	

Atelier pâte à sel

Animé par Roliane



Venez créer des objets en pâte à sel.



Rendez-vous	15 h au Foyer de jour
Tarif	5 €
Fin 17 h	

Samedi 9 juillet (suite)

Collation sucrée-salée



Animée par l'équipe



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



Rendez-vous	17 h au Foyer de jour
Tarif	4 €
Fin 17 h 45	



Dimanche 10 juillet

Découverte d'un quartier de Paris suivi d'un pique-nique

Accompagnée par l'équipe



Après nos visites au musée Carnavalet, au sujet de l'histoire de la ville de Paris, allons voir un peu ce qu'il en est dans les quartiers historiques.

Promenons-nous le nez en l'air pour retrouver les traces de la ville gallo-romaine, les vestiges médiévaux autour de Notre - Dame...

Du métro Saint-Paul, nous prendrons la direction du jardin du Luxembourg où nous partagerons un pique-nique bien mérité.

**Chaussures confortables
indispensables**



**N'oubliez pas d'apporter
votre pique-nique**



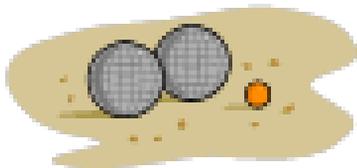
Rendez-vous	9 h 15 à la Place de l'Europe OU 10h Métro Ligne 1 - Saint Paul
Lieu	Du Métro Saint Paul au jardin du Luxembourg
Transport	Métro ligne 1 – Saint Paul
Tarif	10 € + pique-nique
Retour à l'Institut à 15 h	



Dimanche 10 juillet (suite)

Pique-nique et jeux au bois

Accompagné par l'équipe



Venez profiter des jeux en plein air et d'un bon pique-nique



N'oubliez pas d'apporter votre pique-nique



Rendez-vous	11 h à la Place de l'Europe
Tarif	5 €
Retour à l'Institut à 16 h 30	

Mercredi 13 juillet

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 à la Place de l'Europe
Tarif	Gratuit
Fin 19 h	

Jeudi 14 juillet



Ciné-club comédie musicale : "Un Américain à Paris"



Animé par l'équipe

Un jeune peintre américain vivant à Paris séduit une femme riche qui, amoureuse de lui, prend en main sa carrière.

Mais lui n'a d'yeux que pour une jeune danseuse qui doit épouser son meilleur ami.

Il parcourt les quartiers de Paris à sa recherche, retrouvant dans des tableaux inspirés des maîtres impressionnistes la trace de sa bien-aimée...



Rendez-vous

14 h 15 salle Picadilly

Tarif

Gratuit



Fin 16 h 30

Jeux de société



Animés par l'équipe

Venez vous divertir autour
d'un jeu de société



Rendez-vous

14 h 15 au Foyer de jour

Tarif

3 €



Fin 16 h 30

Jeudi 14 juillet (suite)

Collation glacée



Animée par l'équipe



Venez passer un moment convivial autour d'un esquimau.



Rendez-vous	16 h 30 au Foyer de jour
Tarif	4 €
Fin 17 h 15	

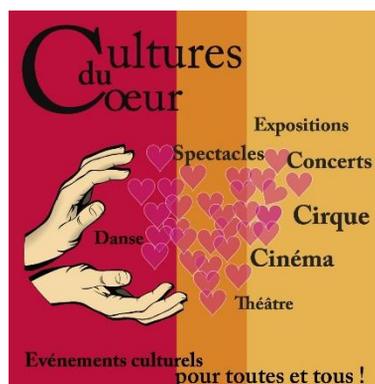
Samedi 16 juillet

Permanence Cultures 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	10 h 15 à la Place de l'Europe
Tarif	Gratuit
Fin 12 h	

Samedi 16 juillet (suite)

Atelier décoration de pâte à sel

Animé par Roliane

Venez décorer les objets
en pâte à sel que vous avez créés le 9.



Rendez-vous	10 h 30 à la Place de l'Europe
Tarif	Gratuit
Fin 12 h 30	



Samedi 16 juillet (suite)

Atelier culinaire « les animaux fruités »

Animé par Sabrina



Venez confectionner des brochettes de fruits en formes d'animaux



Rendez-vous	10 h30 à la Place de l'Europe
Tarif	Gratuit
Fin 12 h 30	



12 h 30 - 14 h

Je mange sur place, j'apporte mon repas



Atelier Socio – Esthétique Déodorant maison

Animé par Mérama



Venez participer à l'atelier socio-esthétique pour une séance sur le thème :
Zéro déchets, fabrication d'un déodorant maison



Rendez-vous	14 h au Foyer de jour
Tarif	12 €
Fin 15 h 30	

Samedi 16 juillet (suite)

Atelier Socio – Esthétique Soin gourmand du visage



Animé par Mérama



Venez participer à l'atelier socio-esthétique pour une séance sur le thème :
Soin gourmand du visage



Rendez-vous	16 h au Foyer de jour
Tarif	12 €
Fin 17 h 30	

Ateliers détente - Snoezelen

Animés 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	14 h 30 au Foyer de jour
Tarif	4 €
Fin 15 h 30	

Rendez-vous	16 h au Foyer de jour
Tarif	4 €
Fin 17 h	

Collation : « les animaux fruités »

Animée par l'équipe



Venez déguster
« les animaux fruités »
confectionnés pendant
l'atelier culinaire



Rendez-vous	17 h 30 au Foyer de jour
Tarif	5 €
Fin 18 h 15	



Dimanche 17 juillet

Parc d'attraction avec manèges, ménagerie et nature + pique-nique

Accompagné par l'équipe



Au cœur du Jardin d'Acclimatation de Paris, évadez-vous le temps d'une journée. Laissez chaque pas vous révéler un lieu inspirant par sa formidable végétation diverse en formes, en couleurs et en parfums.



Chaussures confortables indispensables



Venez vous amuser dans les manèges et différentes attractions proposées par le parc.



N'oubliez pas d'apporter votre pique-nique



Rendez-vous

10 h 30 Métro Ligne 1 Les Sablons – Sortie 2 Jardin d'Acclimatation

Lieu

Carrefour des Sablons – Bois de Boulogne



Transport

Métro ligne 1 – Les Sablons

Tarif

25 € en ESPÈCE UNIQUEMENT (pour les attractions)
Pique-nique + argent de poche

Fin activité sur place 17 h



Mercredi 20 juillet

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 à la Place de l'Europe
Tarif	Gratuit
	Fin 19 h

Vendredi 22 juillet

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	16 h à la Place de l'Europe
Tarif	4 €
	Fin 17 h15

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 30 à la Place de l'Europe
Tarif	4 €
Fin 18 h 45	



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.



Rendez-vous	17 h 45 à la Place de l'Europe
Tarif	8 €
Fin 19 h	



Samedi 23 juillet

Vente photos et restitution de vos œuvres

Animée par l'équipe



Un moment qui vous permettra
d'acheter des photos souvenirs
prises pendant les activités.

Vous pourrez, aussi, récupérer les œuvres
que vous avez réalisé
en atelier d'art plastique.



Rendez-vous

10 h 30 au Salle Picadilly



Tarif

À partir de 0,50 € la photo.
MERCI DE VENIR AVEC DE LA MONNAIE.

Fin 16 h



Buffet collectif

Animée par l'équipe

Un repas varié grâce
à ce que vous allez amener et partager.

Exemple : 1kg de fruit / 1kg de tomates /
Salade toute prête / 1 morceau de fromage
/ 4-6 tranches de jambon / poulet froid cuit
/ pizza froide cuite / pain / etc.



Rendez-vous

12 h au Foyer de jour

Tarif

Votre participation

Fin 14 h 30

Samedi 23 juillet (suite)

Restitution sur écran géant des photos prises en atelier reportage

Animée par l'équipe



Les reporters sont heureux
de vous présenter les diaporamas
de photos par thèmes.
Venez nombreux
pour ce moment de partage.



Rendez-vous	14 h 30 Salle Picadilly
Tarif	Gratuit
Fin 16 h	

Collation sucrée

Animée par l'équipe



Venez partager un moment chaleureux
autour de « grignotages »
Il y en aura pour tous les goûts



Rendez-vous	16 h au Foyer de jour
Tarif	4 €
Fin 16 h 45	

Dimanche 24 juillet

Pique-nique au Parc des Buttes-Chaumont et piscine Edouard Pailleron

Accompagné par l'équipe

Commencez la journée en pique-niquant
à la fraîcheur des arbres
du Parc des Buttes Chaumont.....



... puis finissez la journée en vous rafraichissant
à la piscine Edouard Pailleron
avec grand, petit bains et solarium



N'oubliez pas d'apporter votre pique-nique



Rendez-vous

9 h 45 à la Place de l'Europe
OU 10 h 45 sur place

Lieu

Parc des Buttes-Chaumont
1 rue Botzaris, Paris 19ème



Transport

Métro ligne 11 – Pyrénées

Tarif

7 €+ pique-nique + argent de poche

Retour à l'Institut à 18 h



Vendredi 19 août

Pique-nique au Parc de Saint-Germain-en-Laye avec visite du Château

Accompagné par l'équipe

Le parc de Saint-Germain-en-Laye, lieu idéal
pour une promenade dans des jardins
à la française et à l'anglaise !



Venez visitez le château
de Saint-Germain-en-Laye,
appelé aussi « Château Vieux »,
ancienne résidence
des rois de France



**Chaussures confortables
indispensables**



N'oubliez pas d'apporter votre pique-nique



Rendez-vous

10 h 30 à la Place de l'Europe
OU 11 h 45 sur place



Lieu

Domaine National de Saint-Germain-en-Laye

Transport

RER A Saint-Germain-en-Laye

Tarif

10 €+ pique-nique + argent de poche



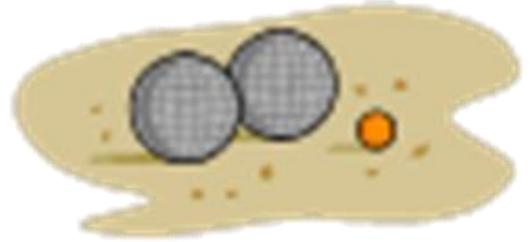
Retour à l'Institut à 18 h 30



Pétanque au bois

Animée par Brice

Moment de détente
et d'amusement



Rendez-vous	10 h 15 à la Place de l'Europe
Tarif	4 €
Fin 12 h	

Atelier culinaire : Assortiments de mignardises sucrées/salées

Animé par Sabrina

Apprenez à préparer
des mignardises sucrées/salées
simples et faciles



Miam
!!!



Rendez-vous	10 h 30 à la Place de l'Europe
Tarif	4 €
Fin 12 h 30	





Samedi 20 août (suite)

Ciné Club comédie musicale : « Bagarres au King créole »



Animée par l'équipe

La Nouvelle-Orléans, fin des années 90.
Danny s'adonne à sa passion, la musique.
Il tente de se faire connaître et trouve un
contrat dans une boîte de nuit,
mais il est harcelé par des malfrats.



Rendez-vous	14 h salle Piccadilly
Tarif	Gratuit
Fin 16 h	

Collation : Mignardises sucrées/salées



Animée par l'équipe

Venez déguster les mignardises préparées
pendant l'atelier culinaire



Rendez-vous	16 h au Foyer de jour
Tarif	5 €
Fin 17 h	



Dimanche 21 août

Pique-nique au bois de Vincennes et piscine Roger Le Gall à Paris

Accompagné par l'équipe



À 15 min
à pied de l'Institut !

Venez passer un moment convivial autour d'un pique-nique
au bois de Vincennes
puis rafraîchissez-vous en piquant une tête à la piscine



N'oubliez pas d'apporter votre pique-nique



Rendez-vous	10 h 30 à la Place de l'Europe
Lieu	34 boulevard Carnot Paris 12ème
Tarif	10 €+ pique-nique + argent de poche
Retour à l'Institut à 18 h	



Mercredi 24 août

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 à la Place de l'Europe
Tarif	Gratuit
Fin 19 h	

Vendredi 26 août

Atelier culinaire : Tzatziki et mini-brochettes salées

Animée par Martine

Pendant cet atelier,
vous apprendrez à préparer
une sauce traditionnelle grecque, le tzatziki,
ainsi que des brochettes salées.



Rendez-vous	16 h au Foyer de jour
Tarif	Gratuit
Fin 18 h 00	

Vendredi 26 août (suite)

Cocktail dinatoire

Animé par l'équipe



Venez déguster le tzatziki et les mini-brochettes salées préparés pendant l'atelier culinaire



Rendez-vous	18 h 30 au Foyer de jour
Tarif	12 €
	Fin 20 h 30



Samedi 27 août

Pique-nique Suivi d'une croisière sur la Marne

Animée par l'équipe



Croisière commentée
par l'association
« Au fil de l'eau »

-- Une occasion de mieux connaître la Marne et ses anecdotes --



N'oubliez pas d'apporter votre pique-nique



Rendez-vous	11 h à la Place de l'Europe
Tarif	12 € + argent de poche
Retour à l'Institut à 18 h	



Mercredi 31 aout

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 à la place de l'Europe
Tarif	Gratuit
	Fin 19 h

