

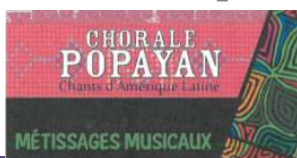
Espace Loisirs

PROGRAMME - MARS 2024

TEMPS FORTS

Dimanche 10 mars

Concert d'Amérique latine



Dimanche 24 mars

Film

« La couleur
de la victoire »



Samedi 16 mars

Exposition au Musée d'Orsay
« A travers les saisons »



Samedi 30 mars

Pot de fin de stage de Fiona



LE MOIS PROCHAIN

Dimanche 14 avril

Sortie en car au parc Astérix



Samedi 20 avril :

Visite conférence :
Ateliers des artistes de Montmartre



VOUS ÊTES INSCRIT À UNE SORTIE

PENSEZ À APPORTER UN TITRE DE TRANSPORT
ESPACE LOISIRS



NE VOUS DEPANNERA PAS DE TICKET
SANS TITRE DE TRANSPORT,
VOUS NE POURREZ PAS PARTICIPER À LA SORTIE.

PENSEZ À APPORTER

1 BOUTEILLE D'EAU LORS DE CHAQUE SORTIE ET
ACTIVITÉ SPORTIVE.



LES GESTES BARRIÈRES À MAINTENIR SONT



LE LAVAGE DES MAINS
LE RESPECT DES DISTANCIATIONS LE
PORT DU MASQUE EST LIBRE,
IL N'EST PLUS OBLIGATOIRE.

POUR NOTRE ORGANISATION,
L'INSCRIPTION AUX TEMPS OUVERT
EST OBLIGATOIRE
AU 06.31.43.34.23



Notez vos idées pour les prochains programmes !



CREDITS

Image de Freepik-Image de pixabay-Image de wirestock-Image de jcomp sur Freepik-Image de nensuria-Image de pikisuperstar-Image de rawpixel.com-Image de macrovector

Atelier Théâtre

Animé par
Nicolas MÊGE



PROCHAIN ATELIER THÉÂTRE

***LE SAMEDI 9 MARS
10H15 À 12H30**

***LE SAMEDI 30 MARS
DE 10H15 À 12H30**

Image by Pixabay

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



Rendez-vous	10h15 à la place de l'Europe
Tarif	120 € par période de 3 ou 4 mois. A régler par : chèque à l'ordre de « Régie Espace Loisirs/ espèces ou virement en début de période

Dates	Horaires	Activités	Prix	RdV ILVM	RdV EXT
Atelier théâtre : Samedi 9 et 30 mars					
Mercredi 6	17h-19h	PERMANENCE			
Samedi 9	10h15-12h	Gym douce	Gratuit		
	10h15-12h30	Dessin-peinture	10 €		
	12h30-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	13h45-15h30	Lecture	Gratuit		
	14h-16h	Dessin-peinture	10 €		
	15h15-17h30	Fabrication de bijoux	Gratuit		
	17h30-18h15	Collation sucrée	3 €		
Dimanche 10	10h15-12h30	Comité de sélection de recettes - Spécial Jeux olympiques et paralympiques - Continent Asiatique et Américain	Gratuit		
	11h-12h30	Pétanque ou Boccia	5 €		
	12h30-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	14h30-17h	Temps ouvert : Chorale POPAYAN-chants Amérique du sud, suivi d'un pot avec les choristes	10 €		
Mercredi 13	17h-19h	PERMANENCE			
Vendredi 15	16h-18h	Culture du cœur	Gratuit		
	17h45-19h	Tai chi	8 €		
Samedi 16	9h15-12h30	Sortie au Musée d'Orsay - "A travers les saisons"	10 €		
	10h15-12h	Ludothèque	Gratuit		
	12h30-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	14h-16h15	Carnet de sortie du Musée d'Orsay	6 €		
	14h30-16h15	Bao pao	Gratuit		
	14h30-16h30	Laine-broderie-couture	4 €		
Mercredi 20	PAS DE PERMANENCE				
Samedi 23	11h-12h15	Snoezelen	4 €		
	10h-12h30	Atelier culinaire, spécial Jeux Olympiques et Paralympiques, Continent Africain : Mhancha aux amandes	Gratuit		
	12h30-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	14h15-16h30	Journal "Le Saint Mandéen"	Gratuit		
	14h30-16h15	Tables rondes de Fiona	Gratuit		
	14h30-16h30	Mandala	4 €		
	16h30-17h15	Collation : Mhancha aux amandes et son jus de fruit de la passion	5 €		
Dimanche 24	10h15-12h30	Balade coulée verte	Gratuit		
	voir horaires dans le programme	Sculpture toute la journée en minibus	25 €		
		Sculpture en minibus matin	14 €		
	12h30-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	14h-17h	Temps Ouvert- Film : "La couleur de la victoire" avec un pot	3€ pour le pot		
	voir horaires dans le programme	Sculpture après-midi	14 €		
Mercredi 27	17h-19h	PERMANENCE			
Vendredi 29	15h-19h15	Exposition Haute couture au Musée des Arts décoratifs Iris Van Herpen "Sculpter les sens"	Gratuit		
Samedi 30	10h15-12h	Informatique	4 €		
	10h15-12h30	Balade nature	10 €		
	12h30-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	14h-16h15	Gravure	10 €		
	14h15-16h	Lieu de convivialité	Gratuit		
	14h30-15h45	Snoezelen	4 €		
	16h15-17h15	Pot de fin de stage de Fiona	votre participation		
NOM : _____ PRENOM : _____					



Mercredi 6 mars de 17h à 19h

Permanence

Samedi 9 mars



Gym douce

Animée par Brice

Venez-vous détendre avec cet atelier d'assouplissement et de gymnastique tout en douceur.

Tenue de sport indispensable



	Rendez-vous	10h15 à la place de l'Europe
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	12h



Dessin – Peinture

Animé par David et Ethel



Peindre, dessiner, imaginer en apprenant des techniques artistiques.

2 séances aux choix

	Rendez-vous	10h15 à la place de l'Europe	14h au foyer de jour
	Tarif	10 €	10 €
	Fin activité	12h30	16h

12 h 30 – 14h

Je mange sur place, j'apporte mon repas



Lecture

Animée par Agnès

A travers cet atelier, Agnès ,vous emmène dans l'imaginaire d'un auteur dans le plaisir d'une écoute et d'une lecture à haute voix.

	Rendez-vous	13h45 au foyer de jour
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	15h30



Samedi 9 mars



Fabrication de bijoux en capsules de café

Animée par Alice



Créons des bijoux en capsules de café et des tableaux en cannage.
Vos créations seront vendues aux Virades de l'Espoir
pour soutenir la lutte contre la mucoviscidose.
Vous pourrez participer à la vente le dimanche 29 septembre.

	Rendez-vous	15h15 au foyer de jour
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	17h30



Collation sucrée

Animée par l'équipe

Venez passer un moment convivial autour d'une collation gourmande

	Rendez-vous	17h30 au foyer de jour
	Tarif	3 €
	Fin activité	18h15




Dimanche 10 mars

Comité de sélection de recette Spécial Jeux Olympiques et Paralympiques Continent Asiatique et Américain

Accompagné par Sabrina et Olivier

Venez choisir une recette
pour chaque continent
et nous les réaliserons
en atelier culinaire.



	Rendez-vous	10h15 à la place de l'Europe
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	12h30

Dimanche 10 mars

Pétanque ou Boccia

Animée par Brice

Moment de détente et d'amusement

	Rendez-vous	11h à la place de l'Europe
	Tarif	5 €
	Fin activité	12h30



12 h 30 – 14h

Je mange sur place, j'apporte mon repas



Inscription obligatoire au :

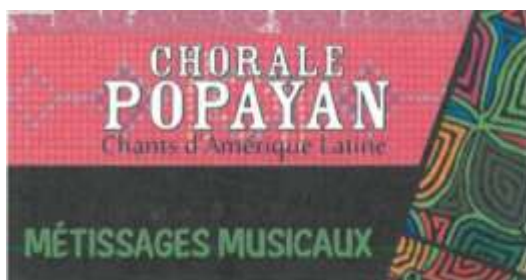
06 31 43 34 23

TEMPS OUVERT

POPAYAN

**Concert : Chant d'Amérique latine
Suivi d'un pot avec les choristes**

Accompagné par l'équipe




Le concert sera suivi
d'un échange
de questions-réponses
et d'un pot avec la troupe.

Le répertoire de la chorale se compose
de chants traditionnels et
populaires de l'Amérique latine.

Les choristes forment un groupe
hétéroclite qui partage une même passion
pour la musique latino-américaine.

Ils aiment partager ce plaisir
au cours de concerts, d'échanges et de fêtes.

	Rendez-vous	14h30 au foyer de jour
	Tarif	10€
	Fin activité	17h



Mercredi 13 mars de 17h à 19h Permanence

Vendredi 15 mars

Sortie en famille ou entre amis

Permanence culture du cœur animée par l'équipe



Grace à l'association Culture du cœur, venez réserver sur internet des places gratuites. Vous vous rendrez ensuite seul ou avec vos proches à la sortie choisie.



Rendez-vous

16h au bureau d'Espace Loisirs



Tarif

Gratuit

Fin activité

18h



Taïchi

Animé par Laetitia

« Tai-chi-chuan » est un mélange de gestes et de postures qui évoquent à la fois une danse lente et un combat au ralenti.

N'oubliez pas : une tenue adaptée et une bouteille d'eau



Rendez-vous

17h45 à la place de l'Europe



Tarif

8 €

Fin activité

19h



Samedi 16 mars

Sortie au Musée d'Orsay « A travers les saisons »

Accompagnée par Corinne



Le thème des saisons apparaît fréquemment dans la peinture ou les arts décoratifs.

Observons la diversité des moyens pour exprimer les nuances du temps, les « moments » de l'année, les phénomènes naturels et les activités humaines propres à chaque saison.



	Rendez-vous	9h15 à la place de l'Europe
	Tarif	10 €
	Fin activité	12h30 

Ludothèque

Accompagnée par Brice



Dans le calme et la convivialité, venez profiter de leurs nombreux jeux

	Rendez-vous	10h15 à la place de l'Europe
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	12h

12 h 30 – 14h

Je mange sur place, j'apporte mon repas




Samedi 16 mars

Carnet de sortie du Musée d'Orsay

Animé par Corinne

Réalisez sur ordinateur un « carnet de sortie suite à la sortie au Musée d'Orsay » À travers les saisons »

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

	Rendez-vous	14h au foyer de jour
	Tarif	6€
	Fin activité	16h15



Bao-Pao

Animé par Alice

Découvrez la magie du Bao-Pao, un instrument vibrant de mélodies captivantes.

	Rendez-vous	14h30 au foyer de jour
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	16h15



Atelier Laine – Broderie - Couture

Accompagné par Martine

Venez réaliser des créations en laine : pompons, fleurs..

Vous pouvez aussi apporter votre tricot ou votre canevas, ou faire de la broderie.

	Rendez-vous	14h30 au foyer de jour
	Tarif	4 €
	Fin activité	16h30



Samedi 23 mars

Snoezelen

Animé par Brice



Détendez-vous dans un espace spécialement aménagé, lumière tamisée et musique douce.

 	Rendez-vous	11h à la place de l'Europe
	Tarif	4 €
	Fin activité	12h15





Atelier culinaire Spécial Jeux Olympiques et Paralympiques (JOP)

Animé par Sabrina



En attendant les JOP, préparons ensemble une spécialité marocaine
la mhancha aux amandes.

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



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



Journal « Le Saint Mandéen »

Animé par Olivier

Apprenons ensemble la rédaction et la mise en page
d'articles sur l'ordinateur



 	Rendez-vous	14h15 au foyer de jour
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	16h30

Samedi 23 mars



Les tables rondes de Fiona

Animées par Fiona



Venez participer à un débat autour d'un thème choisi ensemble et qui vous intéresse

	Rendez-vous	14h30 au foyer de jour
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	16h15



Mandala

Animé par Martine

Explorer la sérénité à travers ce voyage créatif.

	Rendez-vous	14h30 au foyer de jour
	Tarif	4 €
	Fin activité	16h30

Collation

Animée par l'équipe

Venez partager un moment convivial autour de mhancha aux amandes accompagné de son jus de fruit de la passion.

	Rendez-vous	16h30 au foyer de jour
	Tarif	5 €
	Fin activité	17h15



Dimanche 24 mars

Sculpture en minibus

Accompagnée par Yves

Réalisation de sculptures en plâtre
ou en pierre dans une ambiance
chaleureuse et détendue




N'oubliez pas d'apporter votre pique-nique



Trois formules au choix :

1. Le matin



<i>Rendez-vous</i>	10h au départ de l'institut OU 11 h directement à l'atelier 8 rue Docteur Charcot 93130 Noisy Le Sec	
<i>Tarif</i>	14 € + trajet : Bus jusqu'au RER Vincennes, puis RER Vincennes jusqu'à Noisy le sec	
Fin 13 h		


2. L'après-midi



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

3. La journée complète



<i>Rendez-vous</i>	10h au départ de l'institut OU 11 h directement à l'atelier 8 rue Docteur Charcot 93130 Noisy Le Sec	
<i>Tarif</i>	25 € + trajet aller/retour	
Fin de la journée 16 h à l'atelier ou 17 h à l'ILVM		

Dimanche 24 mars

Balade coulée verte

Accompagnée par l'équipe



Baladez-vous au calme,
en ville, le long de la coulée verte,
un coin de nature en plein cœur
de l'agitation urbaine.



Rendez-vous

10h15 à la place de l'Europe

Tarif

Gratuit



Fin activité

12h30

12 h 30 – 14h

Je mange sur place, j'apporte mon repas

Inscription obligatoire au :
06 31 43 34 23



TEMPS OUVERT

Film : « La couleur de la victoire »
Suivi d'un pot

Accompagné par l'équipe

Ce film est basé sur l'histoire vraie de Jesse Owens, un athlète afro-américain qui a participé aux Jeux olympiques de 1936 à Berlin. Le film explore les défis qu'il a dû surmonter en tant que personne noire pendant l'Allemagne nazie. Malgré les préjugés et les pressions politiques, Jesse Owens a remporté quatre médailles d'or, démontrant ainsi la puissance du sport pour transcender les barrières raciales et politiques.



Rendez-vous

14h au foyer de jour

Tarif

3 € pour le pot



Fin activité

17h



Mercredi 27 mars
de 17h à 19h
Permanence et point journal





Vendredi 29 mars

Exposition au Musée des Arts décoratifs
La haute couture d'Iris Van Herpen
« Sculpter les sens »

Accompagnée par Martine et Sabrina

Cette exposition présente des vêtements incroyables
créés par la designer Iris Van Herpen.
Elle utilise des technologies spéciales
pour rendre les vêtements uniques,
presque comme des sculptures que l'on peut porter.
C'est une façon étonnante de repenser la mode
et de montrer comment la créativité
peut aller au-delà des limites habituelles.



	Rendez-vous	15h à la place de l'Europe
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	19h15

Samedi 30 mars

Informatique

Accompagné par Olivier

Familiarisez-vous à l'utilisation d'un ordinateur (souris, clavier, traitement de texte...)
et/ou faites des recherches sur internet
Amenez votre propre casque.



	Rendez-vous	10h15 à la place de l'Europe
	Tarif	4 €
	Fin activité	12h



Samedi 30 mars

Balade nature

Accompagnée par Céline





Utilisez vos sens pour découvrir des sensations nouvelles .

Observez les indices de la nature avec curiosité et joie.

N'oubliez pas de mettre une tenue adaptée et d'apporter sa bouteille d'eau.



	Rendez-vous	10h15 à la place de l'Europe
	Tarif	10 €
	Fin activité	12h30

12 h 30 – 14h

Je mange sur place, j'apporte mon repas



Gravure

Animée 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.

	Rendez-vous	14h au foyer de jour
	Tarif	10 €
	Fin activité	16h15

Samedi 30 mars

de 14h15 à 16h

Lieu de convivialité



Samedi 30 mars

Snoezelen

Animé par Brice



Détendez-vous dans un espace spécialement aménagé, lumière tamisée et musique douce.

	Rendez-vous	14h30 au foyer de jour
	Tarif	4 €
	Fin activité	15h45
		



POT DE FIN DE STAGE DE FIONA

Animé par l'équipe

Venez nombreux dire au revoir à Fiona et lui souhaiter une bonne continuation

Pensez à apporter
votre participation :
Gâteaux, fruits,
confiseries à partager
ensemble



	Rendez-vous	16h15 au foyer de jour
	Tarif	Votre participation
	Fin activité	17h15
		

PROCHAINE SORTIE DU PROGRAMME

A PARTIR DE FIN MARS

Nous vous prions de ne pas téléphoner
pour demander le prochain programme
avant le MARDI 2 AVRIL

