



PROGRAMME - SEPTEMBRE 2024

TEMPS FORTS

Samedi 21 septembre

Journée du patrimoine à Provins
avec le SAVIE.

Dimanche 29 septembre

Les Virades de l'espoir
au parc Montreau de Montreuil



MOIS PROCHAIN

Samedi 12 octobre

Conférence

Société Saint Mandéenne d'Histoire
à l'Auditorium du Cresco

« Sur les traces de Pathé à Vincennes »



Dimanche 13 octobre

L'Atelier des Lumières :
L'Égypte des Pharaons



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 OUVERTS EST OBLIGATOIRE
AU 06.31.43.34.23



Notez vos idées pour les prochains programmes !

CREDITS

Image de Freepik-Image de pixabay-Image de nensuria-Image de brgfx-Image de macrovector

Atelier Théâtre

Animé par
Nicolas MÈGE



PROCHAIN ATELIER THÉÂTRE

***LE SAMEDI 7 SEPTEMBRE
10H15 À 12H30**

***LE SAMEDI 14 SEPTEMBRE
DE 10H15 À 12H30**

**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 : 7 et 14 septembre					
Mercredi 4	PERMANENCE SUR INSCRIPTION + Culture du cœur		Gratuit		
Samedi 7 (théâtre)	9h15-12h30 10h30 sur	Visite la Basilique de Saint Denis	10 €		
	10h30-12h30	Les meilleurs moments de l'histoire des Jeux Olympiques et Paralympiques	Gratuit		
	12h30-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	14h-18h	Les meilleurs moments des jeux Paralympiques	Gratuit		
	14h30-16h30	Carnet de sortie	6 €		
Dimanche 8	10h -12h30	Atelier culinaire : Les anneaux olympiques	Gratuit		
	10h15-12h30	Tables rondes : Spéciale Jeux Olympiques et Parlympiques	Gratuit		
	12h30-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	14h30-16h30	Expression musicale	10 €		
	14h30-17h30	Les meilleurs moments des Jeux Paralympiques	Gratuit		
	17h30-18h15	Collation "Cérémonie de clôture des Jeux Paralympiques"	5 €		
Mercredi 11	PAS DE PERMANENCE				
Vendredi 13	16h-17h15	Informatique	4 €		
	17h15-18h30	Préparation au CVS Pôle Proximité	Gratuit		
Samedi 14 (Théâtre)	10h15-11h30	Taichi	8 €		
	10h15-12h30	Couture - Laine - Broderie	4 €		
	12h30-13h45	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	13h45-15h30	Fête de l'Automne avec la ludothèque	Gratuit		
	14h15-16h	Boxe	12 €		
	16h-20h15	Théâtre de l'aquarium "Les fusées"	12 €		
Mercredi 18	PERMANENCE SUR INSCRIPTION		Gratuit		
Samedi 21	9h30-18h00 	Journée du patrimoine à PROVINS avec le SAVIE	communiqué première semaine de septembre		
Dimanche 22	Voir horaires dans le programme	Journée sculpture	25 €		
		Sculpture le matin	14 €		
	10h15-12h30	Journal	Gratuit		
	10h30-12h30	Peinture	10 €		
	12h30-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	Voir horaires dans le programme	Sculpture l'après-midi	14 €		
	14h-16h	Peinture	10 €		
	14h-16h30	Atelier culinaire : Financiers à emporter	5 €		
Mercredi 25	PERMANENCE SUR INSCRIPTION		Gratuit		
Vendredi 27	16h45-17h45	Snoezelen	4 €		
	17h-18h15	Yoga	12 €		
Samedi 28	9h45-12h15	Petite randonnée	Gratuit		
	12h15-14h	J'apporte mon repas - Je mange sur place			
	14h15-16h30	Film : "La forêt d'émeraude" de John Boorman (1h50) et rafraichissement	Gratuit		
Dimanche 29	10h-18h à l'Institut 11h-17h sur place	"Les Virades de l'Espoir" à Montreuil	20€ en espèces pour repas, dons et achats		

NOM :

PRENOM :

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

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



Mercredi 4 septembre de 17h à 19h



Permanence et Culture du cœur

Samedi 7 septembre

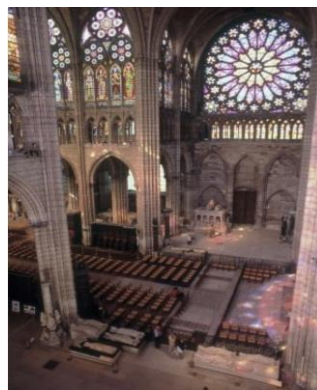
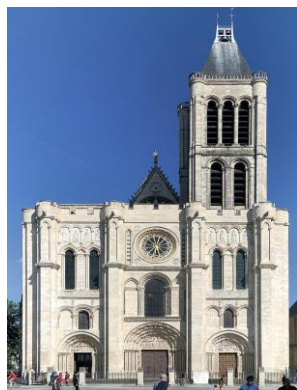
Visite de la basilique de Saint-Denis



Animée et accompagnée par Corinne et Brice

Venez découvrir ce joyau de l'histoire de France et son chantier de reconstruction d'une de ses tours.
C'est une basilique car elle contient des reliques de Denis, 1^{er} évêque de Paris.

C'est une abbatale car elle était l'église d'un monastère
C'est aussi une cathédrale depuis 1962 !



C'est à Saint Denis qu'est née l'architecture gothique et que sont enterrés presque tous les rois de France.

Rendez-vous



9h15 à la place de l'Europe



OU 10h30 sur place / 1 rue de la légion

d'Honneur 93200 Saint Denis / Métro 13 :

arrêt Basilique de Saint Denis



Tarif

10 € + argent de poche



Fin activité

12h30 à l'Institut

Samedi 7 septembre



Les meilleurs moments de l'histoire des Jeux Olympiques et Paralympiques

Animés par Olivier et Sabrina

Revivons ensemble les meilleurs moments des
Jeux Olympiques et Paralympiques.

Vente
de canettes
à 1 €



Rendez-vous

10h30 Place de l'Europe



Tarif

Gratuit + argent de poche

Fin activité

12h30



12 h 30 – 14h

Je mange sur place, j'apporte mon repas



Samedi 7 septembre



Les meilleurs moments des Jeux Paralympiques

Animés par Olivier et Sabrina

Revivons ensemble les meilleurs moments
des Jeux Olympiques et Paralympiques.

Vente
de canettes
à 1 €



Rendez-vous

14h au foyer de jour



Tarif

Gratuit + argent de poche

Fin activité

18h



Samedi 7 septembre

**Carnet de sortie :
Basilique de Saint Denis**

Animé par Corinne



Réalisez sur ordinateur un carnet de sortie suite à la visite de la Basilique de Saint Denis.

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

	Rendez-vous	14h30 au foyer de jour
	Tarif	6€
	Fin activité	16h30

Samedi 7 septembre

Chant

Animé par Marie-Véronique



Le chant permet de se détendre, 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 son stress.

	Rendez-vous	14h30 au foyer de Jour
	Tarif	12 €
	Fin activité	16h30

Dimanche 8 septembre



Atelier culinaire

Spécial Jeux Olympiques et Paralympiques : « Les anneaux olympiques »

Animé par Sabrina

Préparons ensemble une flamme olympique
pour clôturer

les Jeux Olympiques et Paralympiques 2024



Rendez-vous

10h Place de l'Europe



Tarif

Gratuit

Fin activité

12h30

Dimanche 8 septembre

Les tables rondes de Fiona

Spéciales Jeux Olympiques et Paralympiques

Animées par Olivier

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



Rendez-vous

10h15 au foyer de jour

Tarif

Gratuit



Fin activité

12h30

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



Dimanche 8 septembre



Expression musicale

Animée par Michel



Au programme :

Temps de détente et voyage sonore.

Découverte des instruments :
flûtes, tampura, bols tibétains ...

 Rendez-vous	14h30 au foyer de jour
 Tarif	10 €
Fin activité	16h30

Dimanche 8 septembre

Les meilleurs moments des Jeux Paralympiques



Animés par Olivier et Sabrina

Revivons ensemble les meilleurs moments
des Jeux Olympiques et Paralympiques.

Vente
de canettes
à 1 €



 Rendez-vous	14h30 au foyer de jour
 Tarif	Gratuit + argent de poche
Fin activité	17h30



Dimanche 8 septembre

**Collation : Les anneaux Olympiques
« Cérémonie de clôture des Jeux Olympiques
et Paralympiques »**

Animée par l'équipe

Venez passer un moment convivial et déguster ce qui a été préparé pendant l'atelier culinaire.



Rendez-vous

17h30 au foyer de jour



Tarif

5 €

Fin activité

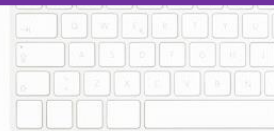
18h15

Vendredi 13 septembre



Informatique

Animé par Olivier



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

N'oubliez pas d'apporter vos écouteurs.



Rendez-vous

16h à la place de l'Europe



Tarif

4 €

Fin activité

17h15

Vendredi 13 septembre



Préparation au CVS du 19 septembre

Animée par les représentants des usagers
et l'équipe

Retrouvez vos représentants et l'équipe afin :

- **d'avoir les réponses du dernier CVS ;**
- **poser des questions sur les activités, le service ;**
- **proposer de nouvelles activités**

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

Samedi 14 septembre



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	10h15 à la place de l'Europe
	Tarif	8 €
	Fin activité	11h30



Samedi 14 septembre

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	10h15 Place de l'Europe
 Tarif	4 €
Fin activité	12h30

12h30 – 13h45

Je mange sur place, j'apporte mon repas



Samedi 14 septembre

Fête de l'automne avec la ludothèque

Accompagné par Brice et Olivier

Venez profiter des nombreux jeux de la
ludothèque en extérieur

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



Samedi 14 septembre

Théâtre de l'aquarium

« Fusées, la vie brèves » - Jeanne Candel

Accompagné par l'équipe



Deux hommes, Kyril et Boris, sont perdus dans le cosmos.

Une femme, restée sur terre, communique avec eux en vidéo-conférence.

Ces aventures galactiques se déploient autour de ce duo comique.

Plus l'un est fort, plus l'autre est faible et plus on rit.



Rendez-vous



16h au foyer de jour

**Adresse :Cartoucherie de Vincennes
M° Château de Vincennes puis navettes
(arrêt cartoucherie) toutes les 10/15
minutes**



Tarif

12 €



Fin activité

19h15 sur place Ou 20h15 à l'Institut

Mercredi 18 septembre de 17h à 19h

Permanence

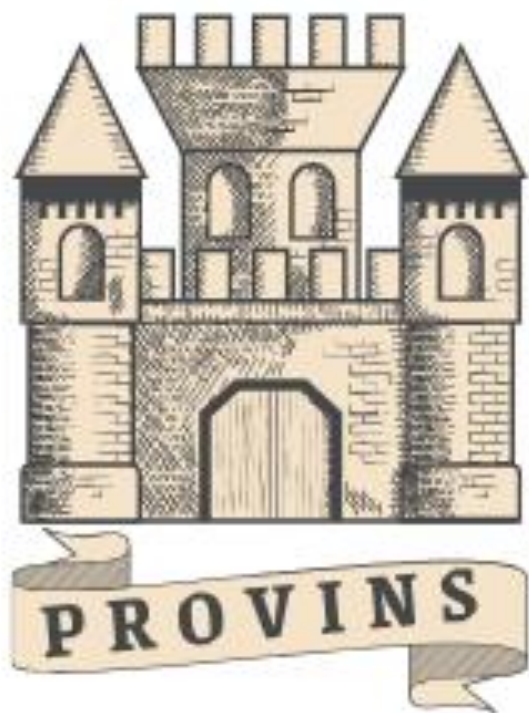


Samedi 21 septembre

**Les journées du patrimoine
à PROVINS**

**Journées
du
patrimoine**

Accompagnées par Espace Loisirs et le Savie



À l'occasion des journées
du patrimoine, passons
une journée à Provins, en
compagnie du SAVIE,
pour visiter les trésors
de cette ville médiévale

**N'oubliez pas : une tenue adaptée et des chaussures
confortables**



Rendez-vous

9h30 Place de l'Europe

Tarif

**Communiqué la première semaine
de septembre + pique-nique**



Fin activité

18h à l'Institut



Dimanche 22 septembre



Sculpture

Accompagnée par Yves et Martine

**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

 Rendez-vous	9h45 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		

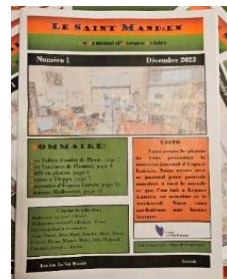
3. La journée complète

 Rendez-vous	9h45 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		

Dimanche 22 septembre

Journal « Le Saint Mandéen »

Animé par Olivier et Arnaud



Commençons le journal n°3

	Rendez-vous	10h15 Place de l'Europe
	Tarif	Gratuit
	Fin activité	12h30

Dimanche 22 septembre



Dessin - Peinture

Animé par David et Ethel



Peindre, dessiner, imaginer
en apprenant des techniques artistiques.

2 séances aux choix

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

14h au foyer de jour
10 €
16h

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



Dimanche 22 septembre



Atelier culinaire : Financier



Animé par Sabrina

**Cuisinons ensemble
de bons financiers natures.**

**Vous pourrez les emporter dans un petit ballotin que vous
aurez confectionné vous-même.**

	Rendez-vous	14h au foyer de jour
	Tarif	5 €
	Fin activité	16h30



Mercredi 25 septembre de 17h à 19h

Permanence

Vendredi 27 septembre

Snoezelen



Animé par Brice

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

	Rendez-vous	16h45 Place de l'Europe
	Tarif	4 €
	Fin activité	17h45

Vendredi 27 septembre

**NOUVEL
INTERVENANT**

Yoga

Animé par Nicola Vacca



- S'accorder du temps pour prendre soin de son corps et de son esprit
- Prendre conscience de sa respiration et relâcher les tensions.

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



Rendez-vous

17h à la place de l'Europe



Tarif

12 €

Fin activité

18h15

Samedi 28 septembre



Petite randonnée

Accompagnée par l'équipe



**Rien de meilleur qu'une petite randonnée
pour ce maintenir en forme.**

Pensez à avoir des chaussures confortables, une tenue adaptée à la météo et votre bouteille.



Rendez-vous

9h45 à la Place de l'Europe



Tarif

Gratuit

Fin activité

12h15



12 h 15 – 14h
Je mange sur place, j'apporte mon repas



Samedi 28 septembre



TEMPS OUVERT A TOUS

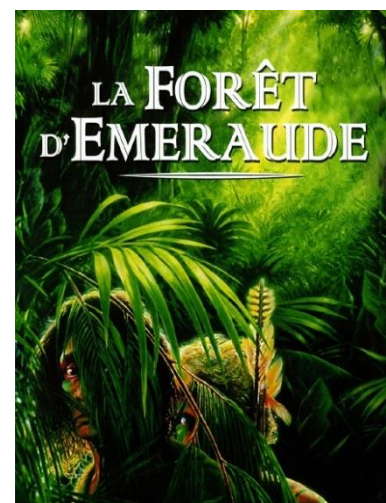
**Inscription obligatoire
au 06 31 43 34 23**



Film : La forêt d'Emeraude

Animé par l'équipe

Alors qu'il supervise la construction d'un immense barrage en Amérique du sud, un ingénieur perd son fils en pleine jungle amazonienne. Après 10 ans de recherche, il découvre qu'un jeune blanc vit au milieu des « invisibles », une tribu d'indiens chez qui la dissimulation est un art.



Film de John Boorman – Durée 1h50
Pas d'audiodescription

Suivi d'un rafraichissement



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

Dimanche 29 septembre

Les Virades de l'Espoir à Montreuil

Accompagnées par l'équipe



Un jour pour gagner des années et soigner les patients atteints de la mucoviscidose (maladie génétique qui affecte principalement le système pulmonaire).

Jeux

Pêche à la ligne,
Chamboule tout
Château gonflable,
Modelage,
Maquillage,
Enveloppes surprises...

Brocantes

Livres, jouets, vêtements...

Stand Espace Loisirs : Seconde Vie
tenu par Martine et Alice

Bijoux et magnets en capsule de café

Restauration

Boissons fraîches, café...
Hot-dog, fromage, salades...
BBQ, crêpes, pâtisseries...

Concerts/Spectacles

N'oubliez pas dans un sac à dos : une tenue adaptée, une bouteille d'eau

Rendez-vous



10h ILVM (réserver aux personnes qui ne peuvent y aller seul)

ou **11h** au parc Montreuil

31 rue Théophile Sueur 93100 Montreuil

- Mairie de Montreuil, Ligne 9 puis le Bus 122 (direction Val de Fontenay) - Arrêt : Parc Montreuil.
- RER A – Val de Fontenay puis le Bus 122 (direction Montreuil) - Arrêt : Parc Montreuil



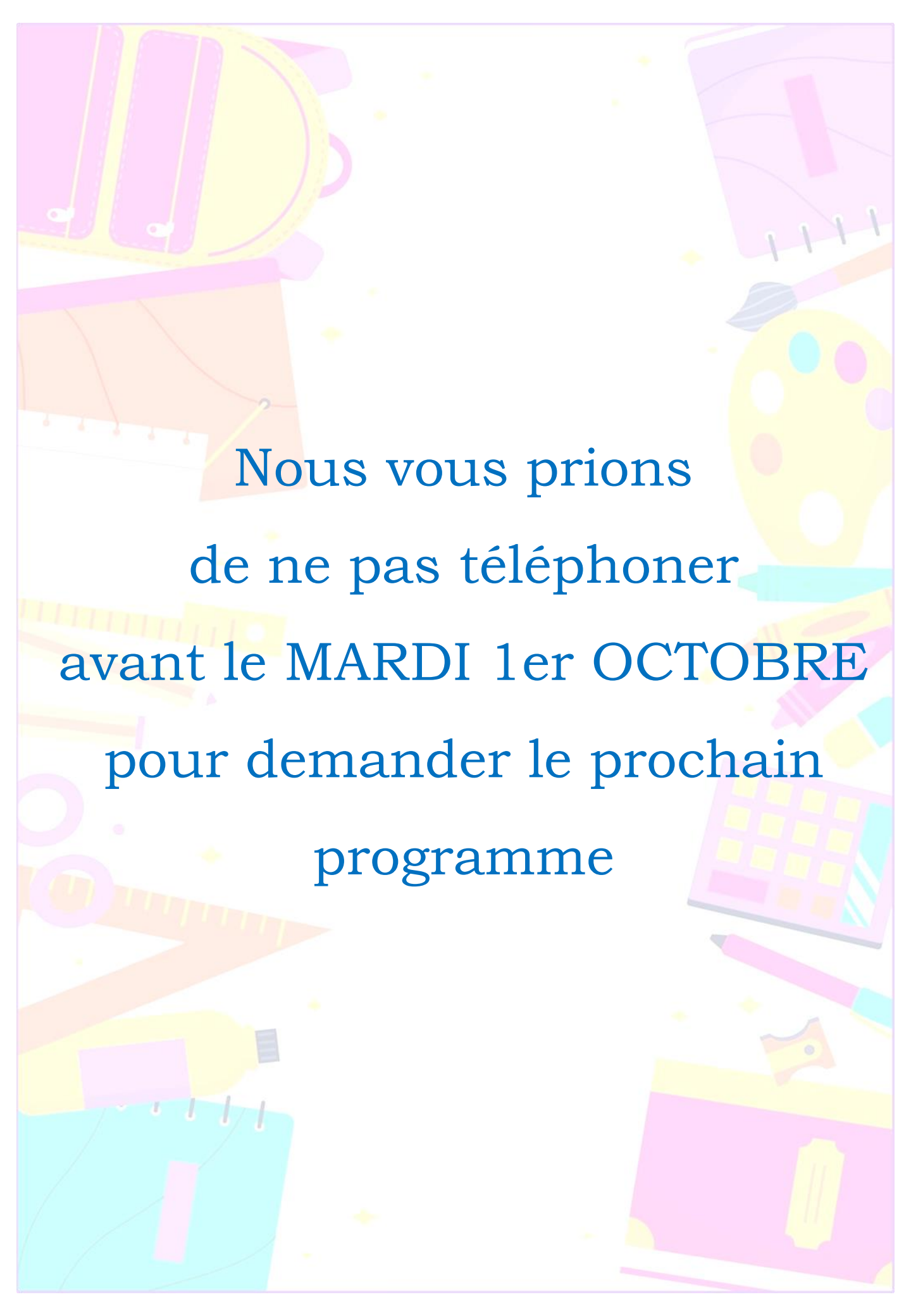
Tarif

Prévoir 20 euros en espèces pour votre repas, dons, certaines activités et achats sur place



Fin activité

17h au Parc Montreuil ou **18h** à l'ILVM



Nous vous prions
de ne pas téléphoner
avant le MARDI 1er OCTOBRE
pour demander le prochain
programme