



## Programme de Novembre 2020



### Chers amis des Coteaux,

Nous tenions tout d'abord à vous adresser un grand merci pour le respect de l'organisation que nous avons dû mettre en place en cette période de crise sanitaire. C'est l'affaire de tous et une fois de plus les amis des Coteaux se montrent à la hauteur ! Merci, merci.

C'est donc avec joie que nous vous présentons notre programmation du mois de novembre. Au menu de ce beau mois d'automne, croisons les doigts, quelques temps forts. Les drôles d'expressions françaises autour du corps humain, initialement prévues en octobre, une visite commentée de l'exposition *La Princesse Palatine, la plume et le soleil* au musée des Avelines, un thé-ciné aux 3 Pierrots avec *Antoinette dans les Cévennes* (très drôle), un Petit Bac, et un après-midi au Palais de l'Elysée. Vive la culture ! A ceci s'ajoutent bien évidemment les jeux de société, l'informatique, les ateliers d'équilibre, la gymnastique cérébrale, les arts plastiques et l'atelier d'art floral (ouvert à tous)... La gymnastique douce est pour le moment en suspens.

Toutes les modalités d'inscription sont indiquées dans le programme. Si vous avez des questions, n'hésitez surtout pas à nous contacter, nous sommes là pour vous renseigner. Et si vous avez besoin ou envie de bavarder, nous répondons également présents, c'est votre maison.

Haut les cœurs, prenons tous bien soin de nous !

**Abed, Amandine et Valérie**



Petite précision pour les personnes utilisant **les cars de la ville** pour venir aux Coteaux ou pour participer à nos activités sur Saint-Cloud, il est recommandé de ne pas vous asseoir les uns à côté des autres. Il semble en effet, là aussi, plus prudent de garder de la distanciation sociale. Le masque est évidemment de rigueur, bien porté sur le haut du nez et le menton, car sinon cela ne sert à rien...

Avis aux amateurs de **bridge**, si vous désirez constituer une table de bridgeurs, n'hésitez pas à nous le faire savoir. 01 46 89 64 86

Les inscriptions pour le **Thé-ciné du lundi 16 novembre** *Antoinette dans les Cévennes* sont ouvertes dès maintenant. 01 46 89 64 86

Pour votre information, le **vendredi 18 décembre** prochain sera consacré à la **prévention**. Nos collègues de la **Police Municipale** animeront deux ateliers (11 h ou 14 h) pour vous aider à mieux vous défendre en cas d'agressions dans la rue ou à votre domicile. La fin de l'année approchant, avec les retraits d'argent pour les étrennes et les éventuelles ventes de calendrier à domicile, il nous semblait important de refaire le point à ce sujet. Inscriptions à partir du mercredi 2 décembre à 10 h. 10 personnes maxi par atelier.





### LUNDI 2 NOVEMBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour l'atelier informatique débutant du vendredi 6 ou vendredi 13 novembre (6 personnes).

13 h 30 – 17 h 00 : **Jeux de société.** 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le jeudi 29 octobre. Circuit en car prévu.



### MARDI 3 NOVEMBRE

10 h 00 – 11 h 00 : **Atelier PRIF équilibre en mouvement.** Complet. 10 personnes maximum.

13 h 30 – 16 h 30 : **Atelier libre d'arts plastiques.** 10 personnes maximum. Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscriptions par téléphone le mardi 27 octobre.



### MERCREDI 4 NOVEMBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour les jeux du vendredi 6 novembre (10 personnes)

A partir de 14h inscription par téléphone pour « Drôles d'expressions » du lundi 9 novembre ou du mardi 10 novembre (10 personnes).

### JEUDI 5 NOVEMBRE

13 h 30 – 16 h 30 : **Atelier libre d'arts plastiques.** 4 personnes maximum. Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscription par téléphone le mercredi 28 octobre.

14 h 00 – 16 h 00 : **Conférence informatique niveau avancé : Smartphone. Les applications, réglages et paramètres.** Sur inscriptions par téléphone le lundi 12 octobre. (6 personnes)



### VENDREDI 6 NOVEMBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone pour la visite guidée de l'exposition sur la Palatine du jeudi 12 novembre (10 personnes) ou du vendredi 13 novembre (10 personnes).

10 h 00 – 11 h 30 : **Atelier informatique pour débutants.** Sur inscriptions par téléphone le mardi 20 octobre. 6 personnes.

13 h 30 – 17 h 00 : **Jeux de société.** 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le mercredi 4 novembre. Circuit en car prévu.



### LUNDI 9 NOVEMBRE

A partir de 9 h inscription par téléphone pour l'atelier d'art floral du mercredi 18 novembre (10 personnes).

13 h 30 – 17 h 00 : **Drôles d'expressions :** l'occasion de (re)découvrir ensemble de façon ludique la signification et l'origine d'un grand nombre d'expressions françaises autour du corps humain que l'on utilise tous les jours sans vraiment les connaître. 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le mercredi 4 novembre. Circuit en car prévu.





## MARDI 10 NOVEMBRE

**10 h 00 – 11 h 00 : Atelier PRIF équilibre en mouvement.** Complet. 10 personnes maximum.

**13 h 30 – 17 h 00 : Drôles d'expressions :** l'occasion de (re)découvrir ensemble de façon ludique la signification et l'origine d'un grand nombre d'expressions françaises autour du corps humain que l'on utilise tous les jours sans vraiment les connaître. 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le mercredi 4 novembre.

## JEUDI 12 NOVEMBRE

**14 h 30 : Visite guidée au Musée des Avelines de l'exposition sur la Palatine.** Sur inscription par téléphone le vendredi 6 novembre. 10 personnes maximum.



## VENDREDI 13 NOVEMBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone pour l'atelier libre d'arts plastiques du mardi 17 novembre (10 personnes) et du jeudi 19 novembre (4 personnes)

**10 h 00 – 11 h 30 : Atelier informatique pour débutants.** Sur inscriptions par téléphone le mardi 20 octobre. 6 personnes.

**14 h 30 : Visite guidée au Musée des Avelines de l'exposition sur la Palatine.** Sur inscription par téléphone le vendredi 6 novembre. Circuit en car prévu. 10 personnes maximum.

## LUNDI 16 NOVEMBRE



A partir de 10h inscription par téléphone pour la conférence informatique niveau avancé du jeudi 19 novembre (6 personnes).

**14 h 15 : Thé-ciné, « Antoinette dans les Cévennes » comédie** de Caroline Vignal avec Laure Calamy. *« Des mois qu'Antoinette attend l'été et la promesse d'une semaine en amoureux avec son amant, Vladimir. Alors quand celui-ci annule leurs vacances pour partir marcher dans les Cévennes avec sa femme et sa fille, Antoinette ne réfléchit pas longtemps : elle part sur ses traces ! Mais à son arrivée, point de Vladimir - seulement Patrick, un âne récalcitrant qui va l'accompagner dans son singulier périple... »* 4,50 € à régler le jour-même aux 3 Pierrots. Sur inscriptions. Circuit en car prévu. [Vous pouvez vous inscrire dès maintenant.](#) Le port du masque sera obligatoire, une distanciation sociale sera observée. L'Espace d'Animation des Coteaux sera fermé l'après-midi.



## MARDI 17 NOVEMBRE

**10 h 00 – 11 h 00 : Atelier PRIF équilibre en mouvement.** Complet. 10 personnes maximum.

**13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.** 10 personnes maximum. Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscriptions par téléphone le vendredi 13 novembre.



## MERCREDI 18 NOVEMBRE

**De 9 h 00 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 16 h 00 : Atelier d'Art Floral.** Participation de 35€. 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le lundi 9 novembre.



A partir de 10h inscription par téléphone pour les jeux du vendredi 20 novembre (10 personnes)

A partir de 14h inscription par téléphone pour « Le petit bac » du lundi 23 novembre (10 personnes) et pour la gymnastique cérébrale du mardi 24 novembre (10 personnes) ou du mercredi 25 novembre (10 personnes).





## JEUDI 19 NOVEMBRE

**13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.** 4 personnes maximum. Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscription par téléphone le vendredi 13 novembre.

**14 h 00 – 16 h 00 : Conférence informatique niveau avancé : Smartphone suite.** Sur inscriptions par téléphone le lundi 16 novembre. (6 personnes maximum)



## VENDREDI 20 NOVEMBRE

**13 h 30 – 17 h 00 : Jeux de société.** 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le mercredi 18 novembre. Circuit en car prévu.



## LUNDI 23 NOVEMBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone pour l'atelier libre d'arts plastiques du jeudi 26 novembre (10 personnes), et pour les jeux du vendredi 27 novembre (10 personnes)

**13 h 30 – 17 h 00 : Petit bac :** N'ayez crainte, nous ne vous demanderons pas de rédiger une dissertation d'histoire ou de philosophie, ni de résoudre des problèmes mathématiques ! Nous déterminerons des thèmes et il vous faudra trouver des mots commençant par des lettres alphabétiques données. Simple et ludique. 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le mercredi 18 novembre. Circuit en car prévu.



## MARDI 24 NOVEMBRE

**10 h 00 – 11 h 00 : Atelier PRIF équilibre en mouvement.** Complet. 10 personnes maximum.

**14 h 30 – 16 h 30 : Gymnastique cérébrale.** Sur inscription par téléphone le mercredi 18 novembre. (10 personnes).



## MERCREDI 25 NOVEMBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone pour « Un après-midi au Palais de l'Elysée » du lundi 30 novembre ou du mercredi 2 décembre (10 personnes).

**14 h 30 – 16 h 30 : Gymnastique cérébrale.** Sur inscription par téléphone le mercredi 18 novembre. (10 personnes).



## JEUDI 26 NOVEMBRE

**13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.** 10 personnes maximum. Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscriptions par téléphone le lundi 23 novembre.

## VENDREDI 27 NOVEMBRE

**13 h 30 – 17 h 00 : Jeux de société.** 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le lundi 23 novembre. Circuit en car prévu.



## LUNDI 30 NOVEMBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone pour la conférence informatique niveau avancé du jeudi 3 décembre (6 personnes) ou jeudi 17 décembre (6 personnes) et pour l'atelier libre d'arts plastiques du mardi 1<sup>er</sup> (10 personnes) et du jeudi 3 décembre (4 personnes).

**13 h 30 – 17 h 00 : « Un après-midi au Palais de l'Elysée »** A défaut de pouvoir nous rendre au 55 rue Faubourg Saint-Honoré, nous vous proposons une visite virtuelle participative du Palais de l'Elysée. Le patrimoine français sera donc à l'honneur, sans oublier le fonctionnement de cette grande maison et quelques anecdotes présidentielles. 10 personnes. Sur inscription par téléphone le mercredi 25 novembre. Circuit en car prévu.





 **MARDI 1 DECEMBRE**  
A partir de 10 h inscription par téléphone pour les jeux du vendredi 4 décembre. (10 personnes)

**13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.** 10 personnes maximum. Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscriptions par téléphone le lundi 30 novembre.

### MERCREDI 2 DECEMBRE

**13 h 30 – 17 h 00 : « Un après-midi au Palais de l'Elysée »** A défaut de pouvoir nous rendre au 55 rue Faubourg Saint-Honoré, nous vous proposons une visite virtuelle participative du Palais de l'Elysée. Le patrimoine français sera donc à l'honneur, sans oublier le fonctionnement de cette grande maison et quelques anecdotes présidentielles. 10 personnes. Sur inscription par téléphone le mercredi 25 novembre.



# GESTES-BARRIÈRES

### Rappel des règles sanitaires

Comme nous vous l'avons indiqué sur le programme de septembre, pour le bien-être de tous et par mesure de sécurité, des règles sanitaires ont dû être établies

- ✓ **Accueil limité à 10 personnes dans notre Espace d'animation des Coteaux**
- ✓ **Port du masque obligatoire. Il doit couvrir le nez et le menton.**
- ✓ **Mesures d'hygiène (lavage des mains)**
- ✓ **Distanciation sociale**



Pour respecter ces règles, **toutes les activités libres et payantes sont donc obligatoirement soumises à une inscription individuelle par téléphone (uniquement sur le fixe 01 46 89 64 86).** Toutes les dates sont indiquées dans le programme ci-dessus. **Ce dispositif est tout aussi contraignant pour vous que pour nous, mais avec la bonne volonté de tous, nous y arriverons, l'essentiel étant de reprendre la vie aux Coteaux.** Comme vous pouvez l'imaginer, nous ferons bien évidemment notre maximum pour satisfaire le plus grand nombre. N'hésitez donc pas à téléphoner pour vous inscrire aux activités, **les personnes positionnées sur les listes d'attente seront prioritaires pour l'atelier suivant.** En fonction des demandes, nous adapterons notre programmation. Certains ateliers sont dédoublés, d'autres, comme par exemple la gymnastique douce, sont externalisés, au centre de loisirs Saint-Exupéry. Fort heureusement, nous pouvons aussi vous accueillir lorsque vous passez individuellement aux Coteaux. De préférence, dans la salle du bas et en dehors des ateliers. **Si la porte est fermée, n'hésitez pas à sonner** (côté gauche du bâtiment, à côté de la boîte aux lettres). Nous serons ravis de vous recevoir. Lorsque cela vous semble possible, n'hésitez pas à nous prévenir de votre venue. Notre organisation étant soumise à l'évolution des mesures sanitaires, nous nous adapterons au fil du temps.



Programmes et photographies sont en ligne sur le site internet de la ville [www.saintcloud.fr](http://www.saintcloud.fr).  
N'hésitez pas à nous téléphoner pour vous renseigner au 01 46 89 64 86

