



## Programme d'Octobre 2020



**Chers amis des Coteaux,**

Les activités aux Coteaux ont repris depuis le lundi 14 septembre. Quelle joie de vous retrouver ! Quelle joie d'entendre des bavardages et des rires dans notre petite gare aux volets bleus. Quelle joie de travailler à nouveau sur nos nouvelles programmations... Soucieux de satisfaire le plus grand nombre, nous avons cherché à rendre ce programme le plus attractif et le plus riche possible. Nous retrouvons avec grand plaisir les activités « historiques » comme les jeux, l'art plastique, l'informatique, la gymnastique douce, l'art floral..., à cela s'ajoutent la reprise des ateliers de gymnastique cérébrale, les ateliers équilibre, la Balade des amis des Coteaux (nous croisons les doigts pour la météo) et quelques nouveautés, comme « Le mot le plus long » et un après-midi avec Louis de Funès. Pour « Le mot le plus long », c'est très simple, nous procéderons à un tirage de lettres et tous ensemble, nous tenterons de trouver « Le mot le plus long ». Concernant Louis de Funès, nous revisiterons la filmographie de ce grand artiste français, de façon ludique et interactive. Des fous rires en perspective !

Merci pour votre enthousiasme et votre respect de la nouvelle organisation due aux règles sanitaires.

**Abed, Amandine et Valérie**



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

Avis aux fans de **tricot** : si cela vous dit nous vous proposons de réaliser un pull de Noël. N'hésitez pas à nous contacter pour de plus amples renseignements. 01 46 89 64 86



### JEUDI 1 OCTOBRE

**10 h 15 – 11 h 15 : Gymnastique douce.** 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le lundi 28 septembre. Chaque participant devra apporter s'il le peut son tapis.

**13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.** 10 personnes maximum. Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscription par téléphone le lundi 28 septembre.



### VENDREDI 2 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour les jeux du lundi 5 octobre. 10 personnes maximum et pour la gymnastique cérébrale du mardi 6 octobre ou du mercredi 7 octobre. 10 personnes maximum.

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



### LUNDI 5 OCTOBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone pour l'atelier libre d'arts plastiques du jeudi 8 octobre (10 personnes) et pour la gym douce du jeudi 8 octobre (10 personnes).

**13 h 30 – 17 h 00 : Jeux de société.** 10 personnes maximum. Sur inscriptions par téléphone le vendredi 2 octobre. Circuit en car prévu.



### MARDI 6 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour les jeux « Le mot le plus long » du vendredi 9 octobre. 10 personnes maximum.

**14 h 30 – 16 h 30 : Gymnastique cérébrale.** Sur inscription par téléphone le vendredi 2 octobre. (10 personnes).



### MERCREDI 7 OCTOBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone pour l'atelier d'art floral du mercredi 14 octobre (10 personnes).

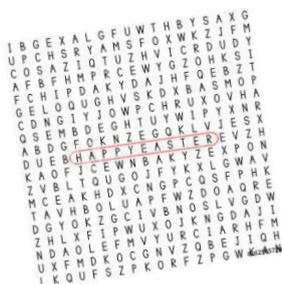
**14 h 30 – 16 h 30 : Gymnastique cérébrale.** Sur inscription par téléphone le vendredi 2 octobre. (10 personnes).



### JEUDI 8 OCTOBRE

**10 h 15 – 11 h 15 : Gymnastique douce.** 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le lundi 5 octobre. Chaque participant devra apporter s'il le peut son tapis.

**13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.** 10 personnes maximum. Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscription par téléphone le lundi 5 octobre.





### VENDREDI 9 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour **les jeux** du lundi 12 octobre (10 personnes), **arts plastiques** du mardi 13 octobre (10 personnes) ou jeudi 15 octobre (4 personnes).

**13 h 30 – 17 h 00 : Jeux « Le mot le plus long ».** Le principe est simple, on tire des lettres et on cherche tous ensemble le mot le plus long. Sur inscription par téléphone le mardi 6 octobre.



### LUNDI 12 OCTOBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone pour **la gym douce** du jeudi 15 octobre et pour **la conférence informatique niveau avancé** du jeudi 15 octobre ou jeudi 5 novembre (6 personnes).

**13 h 30 – 17 h 00 : Jeux de société.** 10 personnes maximum. Sur inscriptions par téléphone le vendredi 9 octobre. Circuit en car prévu.

### MARDI 13 OCTOBRE

**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 9 octobre.



A partir de 14 h inscription par téléphone pour **les jeux** du vendredi 16 octobre. 10 personnes maximum.

### MERCREDI 14 OCTOBRE

**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 mercredi 7 octobre.



### JEUDI 15 OCTOBRE

**10 h 15 – 11 h 15 : Gymnastique douce.** 10 personnes maximum. Sur inscription par téléphone le lundi 12 octobre. Chaque participant devra apporter s' il le peut son tapis.

**13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.** Sur inscription par téléphone le vendredi 9 octobre. (4 personnes)

**14 h 00 – 16 h 00 : Conférence informatique niveau avancé :** Sur inscriptions par téléphone le lundi 12 octobre. (6 personnes)



### VENDREDI 16 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour **un après-midi avec Louis de Funès** du lundi 19 ou du mardi 20 octobre (10 personnes) et pour **la balade des amis des Coteaux** du mercredi 21 octobre (10 personnes).

**13 h 30 – 17 h 00 : Jeux de société.** Sur inscription par téléphone le mardi 13 octobre. (10 personnes)



### LUNDI 19 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour **l'arts plastiques** du jeudi 22 octobre (10 personnes)

**13 h 30 – 17 h 00 : Un après-midi avec Louis de Funès.** Nous revisiterons ensemble de façon joyeuse et ludique l'œuvre de ce grand comique français. Rires garantis ! Sur inscription par téléphone vendredi 16 octobre. 10 personnes.



# LOUIS DE FUNÈS



## MARDI 20 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour les jeux du vendredi 23 octobre (10 personnes) et pour l'atelier informatique débutant du vendredi 23 ou vendredi 30 octobre (6 personnes).

**14 h 00 – 17 h 00 : Un après-midi avec Louis de Funès.** Nous revisiterons ensemble de façon joyeuse et ludique l'œuvre de ce grand comique français. Rires garantis ! Sur inscription par téléphone vendredi 16 octobre. 10 personnes.



## MERCREDI 21 OCTOBRE

**10 h 00 : Balade des amis des Coteaux** dans le Parc de Saint-Cloud. Si la météo le permet. Chaussures adaptées. Bouteille d'eau et masque. Sur inscriptions par téléphone le vendredi 16 octobre. 10 personnes.



A partir de 14h inscription par téléphone pour l'informatique débutant du vendredi 23 octobre ou vendredi 30 octobre. (6 personnes).



## JEUDI 22 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour les jeux du lundi 26 octobre (10 personnes)  
**13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.** Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscription par téléphone le lundi 19 octobre. 10 personnes.



## VENDREDI 23 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour les jeux du lundi 26 octobre (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.** Sur inscription par téléphone le mardi 20 octobre. 10 personnes



## LUNDI 26 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour l'arts plastiques du jeudi 29 octobre (10 personnes)

**13 h 30 – 17 h 00 : Jeux de société.** Sur inscription par téléphone le jeudi 22 octobre. 10 personnes



## MARDI 27 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour les jeux du vendredi 30 octobre. 10 personnes



## MERCREDI 28 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour l'arts plastiques du mardi 3 novembre (10 personnes) ou du jeudi 5 novembre (4 personnes)



## JEUDI 29 OCTOBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour les jeux du lundi 2 novembre (10 personnes)  
**13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.** Chaque participant devra apporter son matériel. Sur inscription par téléphone le lundi 26 octobre. 10 personnes





## VENDREDI 30 OCTOBRE

**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.** Sur inscription par téléphone le mardi 27 octobre. 10 personnes



## LUNDI 2 NOVEMBRE

A partir de 10h inscription par téléphone pour la gym douce du jeudi 5 novembre (10 personnes)

### 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**
- ✓ **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-dessous.

**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, lorsque vous êtes face au bâtiment). 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.



#146523212



#133017028



DISTANCIATION SOCIALE

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

