



Semaine Bleue, Icare et voyage à Venise

Enfin ! Quel bonheur de pouvoir à nouveau se réunir dans le cadre de la Semaine Bleue. Au programme, une semaine riche en activités placée sous le signe de la fête et de la convivialité. Nous comptons sur vous pour venir nombreux, vous amuser, vous étonner, rire, danser, partager... et témoigner de la vitalité de votre structure. **Autres temps forts, une balade commentée dans le quartier des Coteaux sur les traces des premiers aviateurs et un magnifique voyage à Venise, sans oublier de nombreux autres rendez-vous.** Deux inscriptions sont également à souligner, le lundi 3 octobre pour une visite en réalité virtuelle de l'Eternelle Notre-Dame, et le mercredi 5 octobre pour une fantastique expérience de théâtre immersif au château de Champs-sur-Marne (voir encadré). **Nous les avons testées, c'est absolument fabuleux.**

Bref, vous l'aurez compris, aux Coteaux, c'est reparti !

Abed, Amandine et Valérie



LUNDI 3 OCTOBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone au 01 46 89 64 86 pour la visite en réalité virtuelle « Eternelle Notre-Dame » de la Cathédrale Notre-Dame de Paris sur le parvis de la Grande Arche de la Défense **mercredi 9 novembre**, 14 h 30. L'occasion de vivre un inoubliable voyage dans le temps ! Grâce à cette expérience inédite, découvrez les secrets de la cathédrale, rencontrez ses personnages emblématiques, admirez ses chefs-d'œuvre. Pendant 45 minutes, plongez au cœur de Notre-Dame du XIIIe au XXIe siècle et entrez dans l'Histoire... Places limitées. Environ 20 euros. Prévoir tickets de transport.

13 h 30 – 17 h 00 : Jeux de société. Circuit en car prévu.



MARDI 4 OCTOBRE

A partir de 10 h inscription par téléphone au 01 46 89 64 86 pour une visite de l'exposition « Venise Révélée » au Grand Palais immersif **jeudi 20 octobre** à 15 h. Places limitées. Prévoir tickets de transport. 6 euros.

14 h 30 : Balade commentée dans le quartier des Coteaux avec Yves Potonet. De la statue d'Icare au Stade des Coteaux à la découverte des débuts de la navigation aérienne à Saint-Cloud à travers la vie de Santos Dumont, Marie Marvingt, Marie Surcouf et Marcel Dassault. Sur inscriptions. Prévoir tenue et chaussures adaptées en fonction de la météo.



MERCREDI 5 OCTOBRE

A partir de 10 h, inscription par téléphone au 01 46 89 64 86 pour le Grand Réveillon du Château de Champs-sur-Marne le samedi 26 novembre, 11 h. Places limitées. 23 € sans dégrèvement, 16 € avec dégrèvement de 35 %, 8 euros avec dégrèvement de 70 %. Merci de nous fournir votre avis d'imposition 2021, si vous souhaitez que l'on étudie la possibilité d'un dégrèvement. Circuit en car prévu. (voir encadré).



De 9 h 00 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 16 h 00 : Atelier d'Art Floral. Sur inscriptions. Places limitées. Participation de 35 €.

JEUDI 6 OCTOBRE

10 h 15-11 h 15 : Gymnastique douce. Sur inscriptions.

13 h 30 – 16 h 30 : Atelier libre d'arts plastiques.

VENDREDI 7 OCTOBRE

10 h – 12 h : Atelier Tremplin : atelier autour de la santé, comment rester en forme. Sur inscriptions.

13 h 30 – 17 h 00 : Jeux de société. Circuit en car prévu.





Semaine Bleue du 10 au 15 octobre

Lundi 10 octobre à partir de 9h et mardi 11 octobre matin à partir de 9h installation de l'exposition « Un festival de couleurs » et mise en place du décor floral. N'hésitez pas à venir nous aider. Sur inscriptions. Au Carré.

L'Espace d'animation des Coteaux sera fermé les lundi 10, mardi 11 toute la journée et les mercredi 12, jeudi 13 après-midi.

MARDI 11 OCTOBRE

16 h 30 : Inauguration de l'exposition « Un festival de couleurs » et ouverture de la Semaine Bleue. Sur invitation. Au Carré. Circuit en car prévu.

MERCREDI 12 OCTOBRE

10 h 30- 12 h 00 : Les couleurs de nos souvenirs. Que reste-t-il des couleurs de l'enfance ? Comment la couleur s'inscrit-elle dans le champ de notre mémoire ? A l'instar de Michel Pastoureau, grand historien de la couleur, nous nous souvenons tous de la couleur d'un vêtement, d'un jouet, d'un objet, d'une voiture, d'un vélo, d'un bijou... Ensemble, nous tirerons ces fils lors de cet atelier regroupant à la fois la mémoire et l'écriture. Possibilité de pique-niquer sur place à l'Espace d'Animation des Coteaux.

14 h 30 – 17 h 00 : Yoga du rire avec Fanny Pioffret, sophrologue.

Au programme de ce réjouissant après-midi intergénérationnel avec le centre de loisirs Saint-Exupéry, une pincée d'échauffement corporel, une marmite d'exercices de rire, une louche de fou rire et un zest de relaxation. Au final : des abdominaux, une sensation de détente profonde et beaucoup de joie à partager. Sur inscriptions. Places limitées.

JEUDI 13 OCTOBRE

14 h 30 – 16 h 30 : Grand jeu Pêle-mêle coloré aux Heures Claires. Les couleurs seront au cœur de cet après-midi ludique partagé avec les résidents des Heures Claires. Au menu : les couleurs dans les expressions françaises, dans les titres de chansons, dans les titres de films ou de livres, les drapeaux, les couleurs des fleurs, des logos publicitaires... de quoi activer neurones et zygomatiques. Circuit en car prévu.

VENDREDI 14 OCTOBRE

14 h 00 – 16 h 30 : Surprise-partie aux Coteaux. Circuit en car prévu.

16 h 30 : Buffet de clôture en présence des élus.

SAMEDI 15 OCTOBRE

08 h 30 – 12 h 30 : Une fois n'est pas coutume, l'Espace d'animation des Coteaux se délocalisera à l'aide du triporteur de la ville, sur le parvis du marché de Stella Matutina. L'équipe, accompagnée de quelques seniors, pourra ainsi présenter les activités proposées dans notre structure, évoquer l'exposition photographique « Un Festival des Couleurs » au Carré. Un jeu autour des expressions colorées sera proposé avec des badges colorés à gagner, badges qui seront fabriqués par les seniors. (Sous réserve de la météo).





VENDREDI 14 OCTOBRE

10 h 00 – 12 h 00 : **Atelier Tremplin** : atelier autour des démarches administratives et juridiques. Sur inscriptions. .



LUNDI 17 OCTOBRE

13 h 30 – 17 h 00 : **Jeux de société**. Circuit en car prévu.



MARDI 18 OCTOBRE

10 h 00 – 12 h 00 : **Conférence informatique** : Envoyer des fichiers volumineux. Sur inscriptions.

MERCREDI 19 OCTOBRE

10 h 00 : **Cercle de lecture**. Venir avec un livre que vous avez lu.



JEUDI 20 OCTOBRE

10 h 15-11 h 15 : **Gymnastique douce**. Sur inscriptions.



15 h 00 : **Visite de l'exposition « Venise Révélée » au Grand Palais immersif (Bastille)**.

Et si l'on partait à Venise ? Conçue comme un décor de théâtre, cette exposition permet aux visiteurs une plongée au cœur du Grand Canal et des somptueux palais que la Cité des Doges recèle. L'invention de Venise tient du miracle. Miracle d'ingénierie, d'architecture et miracle artistique, cette ville incomparable, construite de toutes pièces sur une lagune, lutte depuis plusieurs siècles contre la mer qui fait aussi sa richesse. Percer ses mystères, découvrir ses trésors, mesurer l'étendue de sa splendeur: c'est ce que permet Venise Révélée, au moyen d'images inédites et surprenantes, de projections géantes et immersives et de dispositifs interactifs ludiques et innovants. Sur inscriptions par téléphone à partir du mardi 4 octobre, 10 h. 6 euros. Places limitées. Prévoir tickets de transport.

VENDREDI 21 OCTOBRE



10 h 00 – 12 h 00 : **Atelier informatique avec Abed pour débutants et semi débutants** : Comment gérer et stocker mes mails ? Sur inscriptions.

10 h 00 – 12 h 00 : **Atelier Tremplin** : atelier autour de l'importance du lien social, des acteurs associatifs locaux et initiation de projets personnalisés. Sur inscriptions.

13 h 30 – 17 h 00 : **Jeux de société et anniversaires d'octobre**. Circuit en car prévu.



LUNDI 24 OCTOBRE

13 h 30 – 17 h 00 : **Jeux de société**. Circuit en car prévu.

JEUDI 27 OCTOBRE

13 h 30 – 16 h 30 : **Atelier libre d'arts plastiques**.



VENDREDI 28 OCTOBRE

13 h 30 : **Jeux de société**. Circuit en car prévu.

LUNDI 31 OCTOBRE

13 h 30 : **Jeux de société**. Circuit en car prévu.





Grand Réveillon au Château de Champs-sur-Marne Samedi 26 novembre, 11 h. « Quelques semaines avant Noël, remontez le temps et découvrez le château de Champs-sur-Marne comme vous ne l'avez jamais vu ! Enchanté par plus de 800 volontaires, acteurs, figurants, danseurs, choristes, les intérieurs du château revivent comme par le passé. Traversez les sous-sols où s'affaire une armée secrète de domestiques pour préparer la fête. La cuisine est en effervescence, à l'office un mystérieux paquet est livré au majordome... Un étage plus haut, dans les vastes salons du château, le Comte et la Comtesse Cahen d'Anvers reçoivent leurs invités dont certains ont traversé l'Europe pour vous rencontrer...Après une évocation spectaculaire du séjour de la Marquise de Pompadour au château, vous serez entraînés par les enfants de monsieur le Comte au pied d'un sapin aussi majestueux que féérique... On raconte qu'à minuit, le soir de Noël, certains jouets y prennent vie : il ne tient qu'à vous d'en être les témoins ! Pour terminer cette grande valse historique, laissez-vous porter vers le salon de musique et assistez enfin au bal du Grand Réveillon ! Venez découvrir la magie de Noël que distille ce spectacle enchanteur au gré d'un parcours d'une heure à l'intérieur du château... Préparez-vous à un véritable voyage dans le temps, emportés par un inoubliable tourbillon de décors, de costumes et de musiques. » telle est l'invitation du Château de Champs-sur-Marne que nous désirons vous proposer en novembre prochain. C'est une expérience de théâtre immersif absolument magique. **Inscriptions à partir du mercredi 5 octobre, 10 h par téléphone au 01 46 89 64 86. 23 euros. Places limitées. Circuit en car prévu.**

Appel aux couturières – Son et lumière sur la vie de Saint Clodoald

Mère Marie de Saint-Martin écrit et mettra en scène un son et lumière sur la vie de Saint Clodoald au jardin des Tourneroches le 12 mai prochain dans le cadre des 1500 ans d'histoire du petit-fils de Clovis. Ce sera un spectacle gratuit, ouvert à tous et nous ne manquerons de vous en reparler. Pour ce spectacle, l'équipe organisatrice tente de rassembler les gens de tous horizons pour que les talents puissent s'exprimer. Elle aurait besoin de quelques couturières pour réaliser quelques costumes, très simples (patrons fournis) et de dons de tissu marron et de tissus unis. N'hésitez pas à nous en parler si vous pensez pouvoir apporter votre pierre à l'édifice.

Poursuite des inscriptions pour l'année 2022.

Prévoir un certificat médical de moins de 3 mois pour la pratique de la gym douce. **Participation de 56 € pour la gym (places limitées) et 60 € pour le cyber. Paiement par carte bancaire de préférence.**

Merci de penser à nous fournir (pour ceux qui le souhaitent) vos **derniers avis d'imposition (2021)** pour éventuellement pouvoir bénéficier d'un dégrèvement lors de certaines sorties.

Rappel des règles sanitaires (sous réserve de modifications) L'accès à l'Espace d'animation des Coteaux n'est désormais plus soumis à la présentation du pass vaccinal. Le port du masque n'est plus obligatoire, mais libre à chacun de le porter ou pas. Les gestes barrière (lavage des mains...) restent d'actualité.

Programmes et photographies sont en ligne sur le site internet de la ville www.saintcloud.fr. Dans l'onglet **MON QUOTIDIEN** rubrique **Solidarité** puis **Espace Animation des Coteaux**. N'hésitez pas à nous téléphoner pour vous renseigner au 01 46 89 64

L'Espace d'animation des Coteaux est ouvert tout au long de l'année du lundi au vendredi de 9 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h (sauf jours fériés). Les amis des Coteaux y sont les bienvenus en dehors des ateliers et activités proposés, il est toutefois recommandé de se référer au programme et éventuellement de nous appeler au 01 46 89 64 86, pour éviter de trouver porte close en cas d'impératifs extérieurs de l'équipe.

