



BROCHURE DES  
ACTIVITÉS, SORTIES  
ET LOISIRS  
PROPOSÉS PAR LA  
DÉLÉGATION





# SOMMAIRE

<b>ÉVÈNEMENT !!</b> .....	<b>5</b>
<b>POLE ACTION D'INTERET COLLECTIF</b> .....	<b>6</b>
NOUVEAU : DES ATELIERS A LA DELEGATION !.....	7
MAIS N'OUBLIEZ PAS LES GROUPES ET COMMISSIONS QUI EXISTENT DEJA ! .....	10
LES LOISIRS EN JANVIER, FEVRIER, MARS .....	11
<i>Les sorties organisées par la délégation</i> .....	12
<i>Informations sorties/loisirs en Essonne</i> .....	13
RESERVATION DE VOS SORTIES.....	15
FICHE D'INSCRIPTION .....	16

*Toute l'équipe de la délégation  
vous souhaite un*



*Et une*



## ÉVÈNEMENT !!



POUR CÉLÉBRER LA NOUVELLE ANNÉE LA DÉLÉGATION VOUS INVITE À VENIR DÉGUSTER LA GALETTE DES ROIS LE SAMEDI 31 JANVIER 2009 !

CETTE APRÈS MIDI SERA PONCTUÉE DE TOURS DE MAGIE, D'UN KARAOKÉ PUIS NOUS FINIRONS LA JOURNÉE SUR LA PISTE DE DANSE !

NOUS ESPÉRONS VOUS VOIR TRÈS NOMBREUX !!



### INFORMATIONS PRATIQUES :

**DATE : LE 31 JANVIER 2009**

**LIEUX : CAT LA CHATAIGNERAIE, 4 IMPASSE DES ÉCUREUILS, 91330 YERRES**

**HORAIRES : 13H À 18H**

**Pensez à nous confirmer votre présence en renvoyant la feuille d'inscription jointe à la fin de la brochure.**

## PÔLE ACTION D'INTÉRÊT COLLECTIF

Un grand changement va s'opérer à partir de maintenant lors de la parution du Liens ! En effet, vous recevrez en même temps que le Liens la « Brochure des activités, sorties et loisirs proposés par la délégation » qui est **un document entièrement consacré à vous faire découvrir une multitude de manière d'occuper votre temps libre !**

Pour démarrer de belle manière l'année 2009, la délégation met en place dès janvier des ateliers !

Vous trouverez ci-dessous la description détaillée des ateliers qui sont d'ors et déjà programmés : l'atelier Arts plastiques et l'Atelier Création.

Néanmoins, très rapidement d'autres ateliers vont voir le jour, à savoir : un atelier Bien-être, un atelier informatique, et un atelier musique.

Vous trouverez également un rappel des différents groupes et commissions qui existent au sein de la délégation, et cela afin que chacun ait la visibilité nécessaire pour pouvoir s'investir pleinement au regard de ses envies.

Enfin, comme d'habitude vous découvrirez le planning des sorties organisées par la délégation, accompagné d'un tableau d'informations sur les différents spectacles donnés dans des lieux accessibles en Essonne.

Bonne lecture à tous et n'hésitez pas à nous solliciter et à nous proposer de nouvelles idées d'ateliers et de sorties !

Et pour que tout le monde s'y retrouve bien, petit rappel :

### **Commission :**

Je m'implique et participe au processus de décision.

### **Groupe :**

Je rencontre d'autres personnes autour d'un thème précis.

### **Atelier:**

Je participe à une activité proposée à la délégation.

***Pour conclure, n'oubliez pas de vous inscrire aux différents ateliers, groupes, commissions et sorties et surtout de nous renvoyer vos bulletins d'inscription !***

## NOUVEAU : DES ATELIERS À LA DÉLÉGATION !

### ATELIER ARTS PLASTIQUES

Cet atelier, animé par une jeune plasticienne, se propose de travailler sur la façon dont les couleurs résonnent en nous. *Ce n'est pas un cours de peinture, encore moins un cours de dessin, c'est plutôt un laboratoire, un club d'explorateur du plaisir et de la couleur.*

Les séances sont organisées de manière à mener vers des créations de plus en plus libres et abstraites.

- Séance 1 : À la délégation. Séance de présentation de l'atelier.
- Séance 2 : Au musée. Premier contact avec la peinture. Passer du temps face à une œuvre, acquérir des notions de couleurs en peinture classique, oublier la forme pour s'attacher à la couleur, observer, prendre du plaisir, oublier le dessin pour regarder la palette, découvrir un lieu d'art.
- Séance 3 : Au musée. Découvrir un lieu d'art, passer du temps face à une œuvre moderne. Explorer les couleurs, comprendre qu'il y a des éléments sensibles communs à une œuvre classique et à une œuvre moderne.
- Séance 4 : En atelier. Séance de peinture: nature morte (fruits, objet rouge).
- Séance 5 : En atelier. Séance de peinture de modèle vivant (j'aimerais inviter une danseuse qui effectuerait des poses en quelque déplacement) en habit rouge.
- Séance 6 : En atelier. Travail avec la peinture rouge : trouver son rouge (créer sa couleur), puis, le placer dans l'espace (Affiche, peinture sur objet que l'on pose quelque part etc...). Parler de son rouge, de son espace.
- Séance 7-8 : En atelier. Réfléchir à un rouge sans le rouge : représenter de manière symbolique ce que nous a évoqué cette couleur rouge avec un geste, un son, une photographie un objet, un poème. Il est interdit d'utiliser la couleur rouge.

Lieux : À la délégation

Jour : 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> jeudi de chaque mois

Horaires : 14h30 à 16h30



## ATELIER CRÉATION

Marie-Thérèse Carabasse qui animera cet atelier vous le présente :

« Passionnée de travaux d'aiguilles, je suis prête à partager ma passion et en faire découvrir la satisfaction que l'on a à confectionner différents ouvrages et surtout les compliments que l'on recueille. Quelle valorisation de soi on en tire !! Et quel bonheur de faire des petits cadeaux personnalisés et toujours appréciés.

J'ai su compenser mon handicap (mobilité réduite) par différentes activités manuelles : crochet, broderie, points de croix comptés, tricot, depuis peu de la broderie sur carton perforé et, en cours, de la broderie aux rubans.

Lorsque le handicap entre dans notre vie, il faut savoir "rebondir", se donner des buts, des objectifs, cela permet de rencontrer des personnes et de partager une passion.

A très bientôt. MarieT »



**Lieux : À la délégation**

**Jour : Tous les lundis**

**Horaires : 14h à 16h**

## ATELIER INFORMATIQUE

Un bénévole est en cours de recrutement pour animer cet atelier qui a pour objet de mettre à disposition de tous un lieu équipé et accessible pour apprendre à se servir de l'outil informatique.

Initiation à l'informatique :

- Windows
- Traitement de texte (Word)
- Gestion (Excel)
- Internet...



**Lieux : À la délégation**

**Jour : À définir**

**Horaires : À définir**



## *ATELIER BIEN ÊTRE*

Nous avons tous besoin de prendre soin de nous et cela passe par différentes pratiques : l'alimentation, la relaxation, les soins du corps... Cet atelier vous propose de venir découvrir ces différentes manières de prendre soin de vous en faisant intervenir des spécialistes aux compétences diverses et variées (esthéticiennes, professeurs de Yoga, masseurs, nutritionniste...)



**Lieux :** À la délégation  
**Jours :** À définir  
**Horaires :** À définir

## *ATELIER MUSIQUE-CHANT*

Karl (éducateur à l'IEM du Petit Tremblay), l'initiateur de « Autrement Capable » se propose d'animer à la délégation un atelier alliant musique et chant. Pour le moment, le concept de l'atelier est quelque peu flou mais il semblerait qu'on se dirige vers un atelier sous forme de « répétition/préparation » d'une représentation trimestriel ou les participants auraient l'occasion de chanter, accompagnés par un groupe de musique.



**Lieux :** À la délégation  
**Jours :** À définir  
**Horaires :** À définir

---

## MAIS N'OUBLIEZ PAS LES GROUPES ET COMMISSIONS QUI EXISTENT DÉJÀ !

### Commission loisirs et rencontres

Proposez vos idées de sorties, séjours et participez à leur organisation !

**Lieux** : À la délégation

**Jours** : 1<sup>er</sup> et 4<sup>ème</sup> vendredi de chaque mois

**Horaires** : 14h-16h

### Groupe jeunes (18 à 30 ans)

Venez échanger autour de thèmes qui vous préoccupent, proposer vos projets et faire part de vos envies.

**Lieux** : À la délégation

**Jours** : les samedis 24 Janvier 2009, 21 février 2009 et 21 mars 2009

**Horaires** : 14h-17h

### Groupe ressources

Participez activement à l'organisation des opérations ressources déjà existantes, et surtout venez en proposer de nouvelles !

### Groupe SEP

Le groupe échange sur les différents traitements, les différentes thérapeutiques et sur ce qui fait de la Sclérose en plaques une maladie commune à tous. Un groupe de parole animé par une psychologue a lieu une fois par mois à la délégation. Il a pour objectif de travailler en groupe sur le vécu individuel de la maladie et/ou du handicap.

**Lieux** : À la délégation

**Dates et heures des prochaines réunions** :

mardi 6 janvier 2009 (16h30 à 18h30);  
mardi 3 février 2009 (16h30 à 18h30) et  
le jeudi 26 mars 2009 (14h15 à 16h15).

### Groupe emploi

Réunir des informations sur l'emploi des personnes en situation de handicap, mettre en place des réflexions sur ce thème et menez des opérations de revendication dans ce domaine.

### Groupe

**sensibilisation/revendication**  
Préparation d'interventions de sensibilisation dans les établissements scolaires, les entreprises ou toute autre organisation.

### Groupe éthique

Groupe de réflexions sur les thèmes liés au handicap tel que : le regard des autres, la discrimination, la dépendance, la sexualité...

**Lieux** : À la délégation

**Jours** : Mardi 20 Janvier

**Horaires** : 14h-17h

### Groupe parents

Lieux d'échange et d'information pour l'entourage des personnes en situation de handicap.

**Lieux** : À la délégation

**Jours** : les samedis 17 Janvier 2009

**Horaires** : 10h-12h

### INFORMATIONS

A partir du mois de Janvier le fonctionnement des sorties et loisirs va changer :

- Nous allons maintenant vous proposer 2 sorties par mois avec accompagnement (gratuites ou non).
- Nous vous informons également de la programmation des différents lieux de spectacles accessibles dans le département.
- Enfin, un appel à candidature est lancé pour rejoindre la « Commission Loisirs et rencontres ». En effet à partir du mois de Mars c'est la commission qui proposera des sorties. Attention si la commission ne se réunit pas ou n'est pas active, il n'y aura pas de sorties.

### MESSAGE DE FRÉDÉRIC PIZZUTO À PROPOS DES PROCHAINS MATCHS DE FOOT DE L'ÉQUIPE DE FRANCE DE FOOTBALL

« Bonjour à vous tous,

Je viens d'avoir par fax aujourd'hui le bon de commande pour les 3 prochains matchs des bleus en football pour l'année 2009 au Stade de France :

- France - Lituanie le 1<sup>er</sup> Avril
- France - Roumanie le 5 septembre
- France - Autriche le 14 Octobre.

La promotion suivante m'a été faite : si je commande assez rapidement (c'est à dire avant la fin d'année voir mi février) le prix du PACK 3 MATCH est de 36 Euros pour une personne handicapée en fauteuil roulant et un accompagnateur pour l'ensemble des 3 matchs. »

**Si vous êtes intéressés par cette offre pensez à cocher la zone correspondante sur la feuille d'inscription et à nous la renvoyer accompagnée de votre règlement de 36 euros.**

**Pièce de Théâtre « La puce à l'oreille » de Feydeau**

- ❖ **Description** : C'est un Vaudeville, une comédie basée sur des quiproquos et des malentendus entre les personnages qui se suspectent tous d'adultère.
- ❖ **Lieux** : Théâtre de l'Agora, Place de l'Agora à EVRY.
- ❖ **Date** : Samedi 10 janvier à 19h.
- ❖ **Tarifs** : entre 22€ et 15 €.

**Ecole de Musique de Brétigny**

- ❖ **Description** : Répétition de l'ensemble de clarinette, puis repas/buffet avec les professeurs, les élèves et les parents de l'école de Musique
- ❖ **Lieux** : Ecole de Musique de Brétigny
- ❖ **Date** : Dimanche 18 Janvier à 9h.
- ❖ **Tarifs** : GRATUIT

**Concert de Clarinette**

- ❖ **Description** : concert de l'ensemble de clarinette interprété par les élèves de l'école de musique de Brétigny.
- ❖ **Lieux** : Maison de retraite de Saint-Germain les Arpajons
- ❖ **Date** : Dimanche 1<sup>er</sup> février à 14h.
- ❖ **Tarifs** : GRATUIT

**Musée de l'Air et de l'Espace**

- ❖ **Description** : visite du musée d'une durée de 2h.
- ❖ **Lieux** : Aéroport du Bourget.
- ❖ **Date** : Samedi 21 février à 11h
- ❖ **Tarifs** : GRATUIT

**Musée Grévin**

- ❖ **Description** : visite du Musée réunissant une collection impressionnante de personnage en cire.
- ❖ **Lieux** : Musée Grévin 10 bd Montmartre 75009 Paris
- ❖ **Date** : Samedi 14 Mars à 11h.
- ❖ **Tarifs** : 16.50€

**Concert**

- ❖ **Description** : concert « des sourires à portée de note » organisé par l'école de musique de Brétigny dans le cadre de notre partenariat.
- ❖ **Lieux** : Théâtre Jules Verne à Brétigny
- ❖ **Date** : Dimanche 29 Mars à 15h30.
- ❖ **Tarifs** : GRATUIT

## Informations sorties/loisirs en Essonne

### ❖ Théâtre de l'Agora

✉ : Place de l'Agora 91000 EVRY

☎ : 01-60-91-65-65

📧 : [accueil@theatreagora.com](mailto:accueil@theatreagora.com)

€ : Plein Tarif : 22€, Moins de 26 ans et plus de 60 ans : 15€

Accessibilité : Seule la grande salle est accessible. Les spectacles proposés ci-dessus se situent uniquement dans la grande salle.

Date	Genre	Présentation
<b>JANVIER</b>		
Mercredi 21 à 20h et Jeudi 22 à 19h	Dance	« POMPEI : Presque Oubliées Mais Peut-être-Immortelles » : sur scène, 3 danseurs cohabitent avec 3 images vidéo.
Mercredi 28 à 15h	Comédie	« LOL » : comédie chorégraphique hip-hop dès 6 ans
Vendredi 30 à 20h30 et Samedi 31 à 20h	Jazz	Rencontre de la jeune génération du jazz européen.
<b>FEVRIER</b>		
Mardi 3 à 20h	Danse	« DoWhileLoopS et Beatrix//Beatrice » DoWhileLoopS est un duo exploratoire sur le thème de la boucle. Beatrix//Beatrice : 2 danseuses/chanteuses dans la peau de 2 femmes exceptionnelles du siècle passé.
Mardi 10 à 20h et mercredi 11 à 20h	Théâtre	La flèche et le moineau » met en scène 7 personnes réunis pour un repas...dans un décor énigmatique et inquiétant.
<b>MARS</b>		
Mardi 3 à 20h, Mercredi 4 à 20h et Jeudi 5 à 19h	Opéra Tango	« Charbon Ardents » : Opéra contemporain
Mardi 10 à 20h	Danse, Vidéo, Arts numériques	« Narcisse & Co » : spectacle solo multimédia.
Vendredi 13 à 20h30 et samedi 14 à 20h	Théâtre	« Le jour des meurtres dans l'histoire d'Hamlet »
Vendredi 20 à 20h30 et Samedi 21 à 20h	Danse	« City Maquette » : réflexion sur la ville et ses habitants, les rapports de pouvoir, la place de l'individu...
Mercredi 25 à 20h et Jeudi 26 à 19h	Danse	« Effet papillon » : pièce chorégraphique inspirée de l'univers des jeux vidéo.
Mardi 31 à 20h	Cirque-théâtre burlesque	« Raté-Rattrapé-Raté »

### ❖ Centre Culturel Robert-Desnos

✉ : 1, allée Jean-Wiéner 91130 Ris-Orangis

☎ : 01-69-02-72-77

📧 : [resadesnos@agglo-evry.fr](mailto:resadesnos@agglo-evry.fr)

Accessibilité : Rampe d'accès pour accéder au centre. Espace prévu pour accueillir 5 fauteuils dans la salle de spectacle.

Dates	Genre	Description	Tarif
<b>JANVIER</b>			
Samedi 10 à 20h30	Théâtre	« Je veux qu'on me parle ». Drolatique, cruel, hilarant, et tragique !	14€
Vendredi 30 et samedi 31 à 20h30	Théâtre	« Hiroshima mon amour ». Une belle méditation sur la vie, l'amour et la mémoire et une création théâtrale inédite.	14€
<b>MARS</b>			
Samedi 7 à 20h30	Théâtre	« Œdipe ». « Œdipe Roi » et « Œdipe à Colonne » seront pris dans un seul et même mouvement narratif.	17€
Dimanche 8 à 18h	Théâtre	« L'amante Anglaise ». Un spectacle au mystère opaque, avec la prestation convaincante d'une comédienne fascinante.	14€
Samedi 21 à 20h30	Théâtre	« Los Démonios ». Adaptation du Roman de Valérie Boronad.	14€

❖ **Les Arènes de l'Agora**

✉ : Place des Terrasses 91000 Evry

☎ : 01-69-02-72-77

📧 : [resadesnos@agglo-evry.fr](mailto:resadesnos@agglo-evry.fr)

Dates	Genre	Description	Tarif
<b>JANVIER</b>			
Dimanche 18 à 15h15	Ballet	« Carmen ». Ballet inspiré de l'œuvre de Prosper Mérimée	27€
Dimanche 25 à 15h15	Ballet	« Les étoiles de la danse ». Nouveau spectacle composé de 10 danseurs étoile du monde entier et de 10 membres de corps de ballet.	27€
Vendredi 30 à 20h30	Ballet	« Casse-Noisette ». Ballet acrobatique en 2 actes, 3 tableaux, 15 scènes pour 32 artistes.	27€
<b>FEVRIER</b>			
Dimanche 8 à 15h15	Humour	« Marc Jolivet, Comic Symphonic Vivaldissimo » Quand l'humour et la musique font leur spectacle.	22€
<b>MARS</b>			
Dimanche 1 <sup>er</sup> à 16h	Danse Kung-fu	« Les maîtres de Shaolin ». Succession rapide de chorégraphies différentes riches en couleurs et en émotions.	
Dimanche 29 à 15h15	Ballet	« Ballet National de Géorgie ». Le ballet national est accompagné par un orchestre des instruments populaires.	27€

❖ **Espace culturel Boris Vian**

✉ : Rue du Morvan 91940 Les Ulis

☎ : 01-69-29-34-91

📧 : [espaceculturel@lesulis.fr](mailto:espaceculturel@lesulis.fr)

Accessibilité : La salle est accessible aux personnes en fauteuil.

Dates	Genre	Description	Tarifs
<b>JANVIER</b>			
Mardi 6 à 10h et à 19h30	Danse	« LOL » Rencontre amoureuse d'un jeune homme et d'une jeune fille, rythmée par la comédie et la danse hip hop	7€
Mardi 13 à 20h30	Opéra	« Les enfants terribles ». L'œuvre célèbre de Cocteau dans un « opéra de poche ».	13€
Vendredi 23 à 20h	Musique/Ciné-concert	« Intolérance ». Grand film muet de D.W Griffith sur une musique originale interprétée par l'Orchestre National d'Île de France.	13€
Mardi 27 à 20h30	Théâtre	« Au bout de la plage...le banquet ». Comédie œnologique, paillardie et philosophique sur l'amour.	13€
<b>FEVRIER</b>			
Mardi 3 à 20h30	Opéra	« Opéra de Pékin ». La meilleure troupe de CHINE pour la 1 <sup>ère</sup> fois en tournée en Europe	16€
Vendredi 6 à 20h30	Théâtre	« Inauguration ». L'épopée de'un maire au travers de ses discours... Un spectacle poétique et drôle.	7€
Mardi 10 à 20h30	Théâtre	« Britannicus ». Néron, jeune empereur romain, représente l'espoir d'un nouveau monde nouveau. Mais le goût du pouvoir guette...	13€
<b>MARS</b>			
Mardi 3 à 20h30	Musique	« Claire Diterzi ». Des parfums électro pour une chanteuse capable de toutes les audaces.	13€
Mardi 17 à 20h30	Arts-mêlés	« Convergence 1.0 ». Mélange subtil d'un univers réel et virtuel, séduisant, ludique, inquiétant.	13€
Vendredi 20 à 20h	Théâtre	« Nekrassov ». Une comédie sur fond de guerre froide signée Jean-Paul Sartre	13€
Samedi 28 à 20h30	Théâtre	« Blue.fr ». Un opéra toc ou tous tourment en rond.	13€

## RÉSERVATION DE VOS SORTIES

Bulletin d'inscription à compléter, ainsi que le tableau de réservation situé au recto et à renvoyer au plus tard : **le 10 Janvier 2009 à la délégation.**

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Ville : ..... Code Postal : .....

Téléphone : ..... E-mail : .....

Je peux faire un transfert si besoin

Fauteuil roulant manuel  Fauteuil électrique

Déambulateur  Déambulateur

Autres  Précisé : .....

**OUI JE SOUHAITE PARTICIPER A LA GALETTE DES ROIS LE 31 JANVIER 2009**  
**(évènement gratuit !)**

**Tableau de Réservations des Sorties**

N° de sortie	Thèmes des sorties	Dates De sorties	Horaires	Repas à Prévoir	Départ Retour	Besoin de Transport	Tarif pour 1 personne	NB de personnes	Prix Total
①	Théâtre « La puce à l'oreille »	Samedi 10 janvier	19h-23h	Non (manger avant)	Délégation	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	Plein Tarif : 22€, Moins de 26 ans et plus de 60 ans : 15€		À payer sur place.
②	Ecole de musique de Brétigny	Dimanche 18 Janvier	9h-15h	Non (buffet sur place)	Délégation	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	Gratuit		
③	Concert de l'ensemble de Clarinette de l'école de Musique de Brétigny	Dimanche 1 <sup>er</sup> février	14h-18h	Non	Délégation	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	Gratuit		
④	Musée de l'Air et de l'Espace Aéroport du Bourget	Samedi 21 février	11h-18h30	Oui	Délégation	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	Gratuit		
⑤	Musée Grévin	Samedi 14 Mars	11h-18h30	Oui	Délégation	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	16,50 €		À payer sur place
⑥	Concert « Des sourires à portée de notes »	Dimanche 29 Mars	15h30-19h30	Non	Délégation	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	Gratuit		
	<b>PACK 3 Matches de l'équipe de France</b>			<b>Non défini</b>			<b>36 €</b>		

---

**FICHE D'INSCRIPTION**  
**À RENVoyer AVANT LE 10 JANVIER 2009**

NOM :

PRÉNOM :

Adresse :

Tel :

Mail :

Je suis intéressé(e) par (cochez la ou les activités qui vous intéresse) :

---

**Ateliers :**

***La première séance est gratuite elle vous permet de découvrir les ateliers puis de vous inscrire en fin de séance. L'inscription est valable pour 1 an.***

Si vous vous inscrivez à plusieurs activités : la 1<sup>ère</sup> est à plein tarif et les suivantes sont à moins 50%.

Atelier Arts-Plastique (30 euros)

Atelier Bien-être (30 euros)\*

Atelier Création (30 euros)

Atelier Musique (30 euros)\*

Atelier Informatique (30 euros)\*

\* Ces ateliers se feront sous-réserve du recrutement d'un bénévole référent disponible pour animer l'atelier.

---

**Groupes**

Groupe Jeune

Groupe Sensibilisation/Revendication

Groupe Ressources

Groupe Ethique

Groupe SEP

Groupe Parents

Groupe Emploi

---

**Commission**

Commission Loisirs et Rencontre

**Pour tout renseignement contacter Audrey Dangereux**

**Tel : 01-60-78-06-63**

**Mail : [audrey.dangereux@apf91.org](mailto:audrey.dangereux@apf91.org)**