

# PLUS DE LIENS 91

JUIN 2011 - N°138

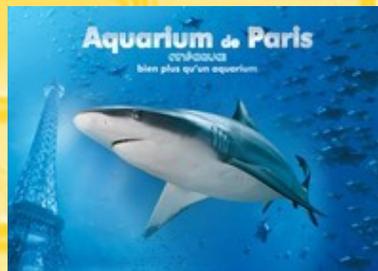
**Dans ce numéro :**

Zoom sur ... p.2

Activités de la délégation p.4

Programme des sorties p.6

Fiche de réservation des sorties p.7



# ZOOM



**LES SORTIES, LES ATELIERS ET LES GROUPES INITIATIVES S'ARRETERENT DURANT L'ÉTÉ ET REPENDRONT AU MOIS DE SEPTEMBRE (P6)**

## LE CHÂTEAU DE VAUX-LE-VICOMTE

*EN SEPTEMBRE*

*visitez son musée « l'équipage » et ses jardins*

Situé sur le territoire de la commune française de Maincy (Seine-et-Marne), à 50 km au sud est de Paris près de Melun le château de Vaux-le-Vicomte est un château du XVII<sup>e</sup> siècle (1658-1661), construit pour le surintendant des finances de Louis XIV, Nicolas Fouquet.

Ce dernier fit appel aux meilleurs artistes de l'époque pour bâtir son palais : l'architecte Louis Le Vau, premier architecte du Roi (1656), le peintre Charles Le Brun, fondateur de l'Académie de Peinture (1648), le paysa-



giste André Le Nôtre, contrôleur général des bâtiments du Roi (1657) et le maître-maçon Michel Villedo.

Leur talent avait déjà été réuni par le jeune Louis XIV pour construire le château classique de Vincennes en 1651.

## LE SALON DU CHOCOLAT

*EN OCTOBRE*

*Du chocolat, du chocolat, et encore du chocolat.*

Chers « chocophiles », vous l'avez demandé... le Salon du Chocolat l'a fait !

17<sup>e</sup> édition du Salon du Chocolat de Paris !

Le Salon du Chocolat est le plus grand événement mondial dédié au chocolat. Il célèbre le caractère exceptionnel et se met au service des métiers du chocolat.

Créé en 1994 par Sylvie Douce et François Jeantet, il est devenu le rendez-vous incontournable des plus gourmands, avec plus de 60 éditions dans 5 pays.

Le Salon du Chocolat rassemble à Paris quelques 400 participants et 120 000 visiteurs et exporte dans les plus grandes capitales du monde son savoir-faire et sa folie chocolat.



# SUR ....

## LA COMMISSION LOISIRS CHANGE !!!!

Les prochaines commissions loisirs auront lieu **le soir en semaine.**

Si vous souhaitez vous joindre à nous afin de nous donner des idées et partager des envies que nous pourrions mettre en place pour les sorties, n'hésitez pas à vous joindre à nous ... Contactez Julie en délégation au 01.60.78.06.63 ou [julie.cramoisy@apf91.org](mailto:julie.cramoisy@apf91.org).



Afin de faire un petit état des lieux des sorties que ce soit l'accessibilité des lieux l'organisation, l'intérêt de la sortie, etc ..... Que vous soyez accompagnateur bénévole ou simplement participant, ...

MERCI de faire un retour à Julie !

## LES "SAMEDI CONVIVIALITÉ" ONT DÉMARRÉS À LA DÉLÉGATION.

Quelques bénévoles proposent, à toutes et à tous, de venir les rejoindre afin de partager un moment de détente et de loisirs, mais aussi faire connaissance autour d'une collation.

**Témoignage** « Très rapidement la première pièce s'est avérée trop petite. Nous avons donc migré dans la plus grande pour partager, en équipes, une partie très animée de trivial poursuite, ou chacun a pu faire le point sur ses très nombreuses failles de culture générale, le tout dans une ambiance de fou-rire généralisé. A 17h Tous les participants se sont quittés en ayant apprécié ces moments privilégiés qui leur ont permis de se connaître un peu plus et de partager tout cela dans une ambiance de bonne humeur. **On en redemande ... à renouveler donc !** »



# PROGRAMME DES GROUPES INITIATIVE & ATELIERS

## COMMISSION LOISIRS



Cette commission travaille sur l'élaboration des sorties qui vous sont proposées tous les trimestres dans cette brochure. Si vous souhaitez y participer pour apporter des idées, contactez Julie au 01.60.78.06.63

Prochaines rencontres :

Planning à définir

## GROUPE PARENTS



Animé par deux psychologues de l'APF. Les thèmes sont définis en commun.

Prochaines rencontres :

10h à 12h en délégation

SAMEDI 1<sup>ER</sup> OCTOBRE 2011  
SAMEDI 5 NOVEMBRE 2011  
SAMEDI 3 DÉCEMBRE 2011

## Groupe Cadre de vie



Siège dans les commissions pour l'accessibilité, mise en place d'action de sensibilisation auprès des communes.

Prochaines rencontres :

Les 4<sup>ème</sup> jeudi du mois

14h à 16h en délégation

## ATELIER RELAXATION MEDITATIVE



La relaxation méditative permet d'accéder à un lâcher prise sur nos difficultés, nos soucis, nos tensions une agréable sensation de détente corporelle et de liberté d'esprit.

L'atelier a lieu tous les mardis en délégation de 14h30 à 15h30 inscription obligatoire auprès de Julie au 01.60.78.06.63

## ATELIER BIEN ÊTRE

Un atelier Ludiques et Interactifs sur des méthodes de Shiat-su, de Reiki, de Nuad Bo'Rarn (thaï traditionnel), de Reflexologie plantaire ... Détente absolu !



les 3<sup>ème</sup> samedis mois en délégation de 14h 30 à 17h30, découpé en 3 groupes

1<sup>er</sup> groupe 14h30 à 15h30  
2<sup>em</sup> groupe 15h30 à 16h30  
3<sup>em</sup> groupe 16h30 à 17h30

Contactez Julie au  
01.60.78.06.63

## LES SAMEDIS CONVIVIALITÉ

A partir de SEPTEMBRE, les bénévoles vous proposent de les rejoindre à la délégation afin de partager des moments de détente et de loisirs !



Un samedi par mois (planning à définir) vous pouvez venir à la délégation de 14h à 17h et profiter d'une après midi de partage avec les bénévoles

L'équipes de bénévoles espère vous retrouvez très nombreux !!

## EVENEMENTS A VENIR



Le festival « **Ensemble, Autrement Capable** » bat son plein actuellement. De nombreux évènements se sont déjà déroulés.

On ne peut vous parler de chaque évènement ici, mais après une belle soirée d'ouverture le mercredi 11 mai à Evry, un très beau **défilé de mode** s'est déroulé à Saint-Germain-les-Arpajon le samedi 28 mai ... Un très beau moment de partage et d'émotion ...

Le festival continu jusqu'à fin juin.

Nous vous invitons notamment à parti-

ciper à la soirée de clôture qui se déroulera le **mercredi 22 juin au Génocentre d'Evry**.

Vous pouvez également retrouver l'ensemble du festival, des photos et le programme sur le blog :

<http://ensemble-autrementcapable.blogs.apf.asso.fr>

Contact: Audrey au 01.60.78.06.63 ou [dd.91@apf.asso.fr](mailto:dd.91@apf.asso.fr)

## ASSEMBLEE DEPARTEMENTALE

## SUIVIE D'UN

## APRÈS-MIDI FESTIF



**N**otre assemblée départementale annuelle se déroulera le **samedi 24 septembre** à **Crosnes** et sera suivie d'une **rencontre Adhérents Bénévoles**

Tous les adhérents sont invités à cette assemblée, l'occasion pour nous de faire le point sur l'année 2010. Ce sera également l'occasion d'évoquer les projets en cours où à venir, de rencontrer vos élus et d'échanger.

**A**près cette matinée consacrée à notre assemblée, place à notre rencontre adhérents bénévoles sur ton plus ludique !!!

**On vous attend très nombreux pour cette occasion !!!!**

Vous recevrez une invitation personnalisée pour cet évènement.

## PROGRAMME DES SORTIES (en plus de celles détaillées en page 2)

15 octobre

Pénétrez dans les salles du **musée du Louvre**, contemplez les façades du palais et admirez la vue !



5 novembre

Programme non encore défini pour **La Géode**



3 décembre



**salon  
des services  
à la personne**

1<sup>er</sup> octobre

Le **Salon Zen** fera la démonstration du lien entre sensua- salon **zen** lité et spiritualité, et de l'importance des cinq sens dans le cheminement vers une meilleure connaissance de soi et des autres.

Pendant 5 jours : **15 conférences**, **35 ateliers pratiques** participa-

tion : 2€), **180 ateliers-conférences** en accès libre, **l'Espace**

**Jeux de développement personnel**, proposeront méthodes, thérapies, objets mettant à profit le développement de tous les sens pour renaître de ses manques et de ses blessures

19 novembre

Vous pourrez découvrir à l'**aquarium de Paris** 15.000 poissons de 500 espèces différentes dont des murènes, hippocampes, poissons-clowns, rascasses, mérous, poissons-pierres, mais aussi des espèces spectaculaires comme les requins et

les raies. Les poissons sont répartis dans 43 bassins, dont le plus grand fait 33



mètres de long sur 10 mètres de profondeur.

L'accès par un tunnel immergé simulera une promenade sous la mer.



# Réservation de vos sorties

Lorsque les sorties organisées par la délégation sont payantes, nous vous rappelons que le paiement s'effectue directement sur le lieu de la sortie. Il ne faut en aucun cas envoyer votre règlement à la délégation.

Bulletin d'inscription à compléter, et à renvoyer **très rapidement à la délégation.**

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

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

Téléphone : ..... E-mail : .....

Je peux faire un transfert si besoin  Fauteuil électrique

Fauteuil roulant manuel  Déambulateur

Autres  Précisé : .....

## Tableau de réservation des sorties

**Merci de prévoir votre transport aller-retour en délégation**

Sorties	Dates	Horaires	Repas à Prévoir	Départ Retour en délégation	Tarif pour 1 personne	NB de personnes
<b>CHA-TEAU DE VAUX LE VICOMTE</b>	<b>17 Septembre</b>	<b>12h/18h</b>	Oui	délégation	8€	
<b>SALON DU ZEN</b>	<b>1<sup>er</sup> Octobre</b>	<b>11h/17h30</b>	Oui	délégation	8€	
<b>LE LOUVRE</b>	<b>15 Octobre</b>	<b>10h30/18h</b>	Oui	délégation	4€	
<b>SALON DU CHOCOLAT</b>	<b>22 Octobre</b>	<b>11h/18h</b>	Oui	délégation	6€ à 12,50€	
LA GEO-DE	5 Novembre	11h/18h	Oui	délégation	Non défini	
<b>AQUARIUM DE PARIS</b>	<b>19 Novembre</b>	12h/18h	Non	délégation	10€	
SALON DES SERVICES A LA PER-	3 Décembre	10h30/18h	Oui	délégation	Non défini	

DÉLÉGATION DE L'ESSONNE

10 rue Jeanne Récamier - 91000 EVRY

du lundi au vendredi :

9h à 12h30 - 13h30 à 17h00

01.60.78.06.63

01.60.79.16.98

@ dd.91@apf.asso.fr

<http://dd91.blogs.apf.asso.fr>



# APF

## Association des Paralysés de France

Bulletin de la Délégation de l'Essonne Association des Paralysés de France

Direction, rédaction, publicité :

10, rue Jeanne Récamier, 91000 EVRY Tel : 01 60 78 06 63

DIRECTEUR DE PUBLICATION : Stéphane LANDREAU

PHOTOS ET ILLUSTRATIONS : APF 91

Reprographie : Service Maileva « La Poste » DD91

Dépôt légal à parution Tirage 500 exemplaires

En application avec la loi du 6 janvier 1978  
Informatique et liberté, si vous ne souhaitez plus recevoir ce bulletin  
départemental à votre domicile, merci de nous avertir par courrier.