Initiation à la peinture décorative sur bois

Pour adultes débutants les jeudis de 14 à 15h30.

Technique de peinture décorative sur bois. Pour cela, il n'est pas indispensable de savoir dessiner, mais… avoir du goût et de la patience est nécessaire.

Techniques variées.

Réalisations : boîtes à thé, à mouchoirs, à aiguilles à tricoter,

plateaux, etc…

Atelier animé par madame GNEMA

Sol Antilles Event vous propose

Cours de Musique et danses des Antilles "le Gwoka"

lundi et mercredi de 18 à 20h et le samedi pour les enfants de 14h00 à 16h00.

Pour les inscriptions vous pouvez nous contacter au 06 60 13 57 81 ou par mail sur solantilles.event@gmail.com pour plus d'infos sur nos activités et nos évènements connectez vous sur le site internet www.solantillesevent.com.

NESSARTITI

C'est un jeu sur les mots et expressions de la langue française

Il fait appel à la culture générale de chaque participant, qui apporte ses connaissances et les partage avec les autres membres, dans une ambiance conviviale.

Il permet à chacun de faire travailler sa mémoire ainsi que sa vivacité d'esprit.

Il est ouvert au large public d'adultes, tout âge confondu (de 25 à 81 ans), qui aime la langue française.

Chaque membre devient tour à tour acteur puis spectateur tout au long d'une partie.

Les lundis de 18 à 20h

Christiane GIBERT
et Françoise GRATESSOLLE
Contact : 06.76.79.43.04

Les **samedis matin,** une équipe de parents bénévoles organise un ***atelier Football*** pour les enfants de 5 à 8 ans.

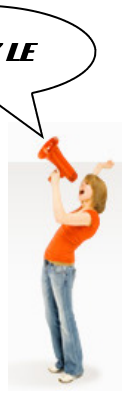
De même une activité initiation ***danse Modern Jazz*** est organisée le **samedi matin** par des bénévoles à 10h. Cette activité s'adresse aux adultes jeunes ou moins jeunes.

Pour ces 2 activités, la première aura lieu le samedi 28 septembre, n'hésitez pas à venir rencontrer les animateurs pour plus de détails.

La p'tite LETTRE des Essarts

Octobre 2013 Numéro 318

Maison des Essarts 21, rue du Parc 69500 Bron
04 78 74 25 37 - maisonessarts@wanadoo.fr



CENTRE DE LOISIRS

Pour les vacances de la Toussaint, du 21 au 31 octobre, pensez à inscrire vos enfants 3/5 ans et 6/12 ans.

QI QONG

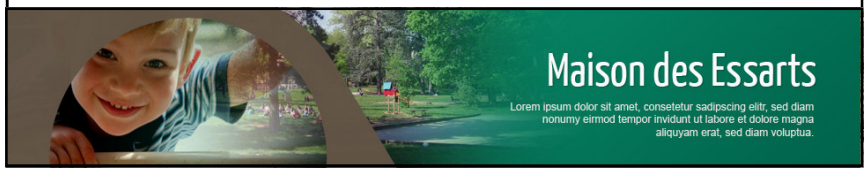
Début des ateliers le mardi 24/09

ABC CHANSONS

Dimanche 27 octobre après midi

SITE INTERNET http://www.maisondesessarts.fr

Consultez le site internet de la maison des Essarts pour plus d'infos et le calendrier des animations



AGENDA de la P'TITE LETTRE

Remise de vos articles ou de vos suggestions avant le vendredi 11/10. dans le tiroir « petite lettre » près d'Annie à l'accueil ou par e-mail à l'adresse suivante : jpmsimon@free.fr

- Comité de rédaction : lundi 7/10 à 18h15
- Impression tirage : Mardi 22/10
- Pliage encartage : jeudi 24/10
- Distribution : à partir de jeudi 24/10

VOYAGE ANNUEL DE LA « GV »

Eh oui ! Les vacances sont terminées et les adeptes de la gymnastique volontaire ont repris leurs activités aux Essarts. Mais avant que chacun de nous rejoigne son atelier nous avons pu apprécier le voyage d'une journée en Bresse-Bourguignonne.

Direction LOUHANS, visite de l'Hôtel-Dieu, ensemble architectural en pierre rose de Prétu, tenu par des religieuses recueillant malades et indigents, dans deux grandes salles garnies de lits à ruelles séparées, pour hommes et femmes, jusqu'en 1977. L'Hôtel-Dieu garde son authenticité avec la richesse de son mobilier et surtout la somptueuse collection d'apothicaire et ses faïences des 15ème et 16ème siècles. Un vrai trésor !

Après un pique-nique ensoleillé au bord de la rivière, durant une heure nous avons navigué en Vedette sur la Seille, admirant au passage la végétation, les oiseaux et surtout l'écluse. Et en route pour Tournus et son Abbaye St Philibert, des 10ème et 12ème siècles, abbaye impressionnante par sa construction cossue ; au fil de ses travées on découvre les chapelles des différents saints, entre leurs impressionnantes colonnes.

Quelle belle balade ! Ce souvenir restera dans nos têtes. Et maintenant, allons dérouiller nos articulations avec la GV ……!

Je m'iniSigne

Je m'iniSigne continue ses ateliers et stage de découverte et d'initiation à la langue des signes pour l'année 2013-2014.

Les ateliers démarreront mi septembre à la maison des Essarts à Bron les lundis soirs de 19h à 21h, les vendredis soirs de 18h30 à 20h30, et les mercredis après-midi.

Les stages ne sont pas encore définis dans la mesure où je les organise selon les demandes d'inscriptions.

Nathalie SOUVRAS

Un animateur "jeunes garçons" a pris ses fonctions :

Cela faisait un certain temps que la Maison de Quartier attendait ce moment. Aussi, nous n'avons pas voulu laisser passer l'occasion créée par la mise en place des "Emplois d'avenir" sans la saisir. Précisons à ce sujet que deux de nos anciens emplois-jeunes, en fonction il y a une dizaine d'année sont maintenant bien ancrés dans la profession.

Depuis juillet et pour trois ans, Hadi a été embauché. Beaucoup le connaissent déjà puisqu'il intervenait depuis plusieurs mois dans l'animation des activités Centre de Loisirs de notre équipement. Précisons aussi que la prise en charge de son poste est partagée entre l'Etat et la Ville de Bron pour le salaire brut et la Maison de Quartier pour les charges sociales.

La P'tite Lettre (LPL) l'a rencontré et lui a posé quelques questions auxquelles il a répondu sans détour. Nous vous livrons cet échange :

-LPL – *Hadi, peux-tu d'abord nous indiquer par quelle voie tu as été retenu au poste d'animateur que tu occupes ?*

-Hadi – *Je travaillais déjà ponctuellement à la Maison de Quartier pour l'animation des activités du mercredi et celles des vacances avec des groupes de différentes tranches d'âge, de 3 ans aux préadolescents de 12 ans. Mon recrutement a été géré par la Mission locale.*

-LPL – *As-tu eu d'autres expériences professionnelles ?*

-Hadi – *Oui avant j'ai conduit des activités sportives dans les écoles de Bron au cours des animations du mercredi.*

-LPL - *En dehors donc de ces expériences, as-tu déjà suivi une première formation diplômante dans le métier d'animateur ?*

-Hadi – *Oui, j'ai pu en effet passer le BAFA (Brevet d'Admission aux Fonctions d'Animateur).*

- LPL – *Ton poste "emploi d'avenir" doit s'accompagner d'une formation qualifiante. Comment vas-tu la réaliser ?*

-Hadi – *Effectivement, je suis en recherche d'un organisme pour préparer le diplôme de "Brevet professionnel de la Jeunesse de l'Education Populaire et des Sports"*

-LPL *– Tu vas donc le préparer par une alternance : poste de travail-organisme de formation.*

-Hadi – *C'est exact, je ne serai pas présent en permanence à la Maison de Quartier puisque je devrai suivre cette formation sur mon temps de présence ici.*

-LPL – *Peux-tu nous donner quelques précisions sur le contrat de travail qui te lie à la Maison de Quartier ?*

-Hadi – *J'ai un contrat à durée déterminée de trois ans à raison de 35 H de travail par semaine.*

-LPL- *Est-ce que l'ambiance de travail te plait ?*

-Hadi – *Certainement, je suis même très content d'avoir eu ce poste. J'apprécie particulièrement l'ambiance familiale qui y règne et où les parents sont très présents.*

-LPL – *Merci de nous avoir ainsi répondu et bonne réussite dans tes fonctions.*

LA VIE AU PLEIN AIR

La sortie du 8 septembre a du être annulée en fonction de la météo mais il ne faut pas se décourager, il y en aura d'autres ainsi :

-Les 5 et 6 octobre, week-end à Gresse-en-Vercors avec deux randos de niveau moyen. Compter 4 à 5 H de marche selon les choix de dernière heure faits sur place.
Gresse se situe à 150 km de Bron et la route est facile.
-le 20 octobre, sortie à Sainte Anne sur Gervonde (Isère). Dénivelée de 250 m. et 14 km à faire, soit une sortie de niveau facile.
La distance de Bron n'est que de 50 km.

l'association Dàna Tibet organise, le dimanche 29 septembre 10h/17h à la Maison des Essarts.

1ère journée du Tibet et des peuples du Ladakh

-Rencontre et dédicaces avec

Simon Allix (Paris) réalisateur,
Tenzin Wangmo conférencière Tibétaine de Suisse
et conteuse de contes originaux Tibétains pour enfants
Olivier Ferra auteur de bandes dessinées (Bourgoin Jallieu)

-Stands associatifs partenaires et présentation des actions humanitaires et solidaires en faveur des enfants Tibétains.

Exposition de la New School de Lyon 8ème sur un projet graphique proposé par Dàna Tibet, sur le thème des couleurs du Tibet avec la technique de l'ARC (l'art du recyclage créatif) et exposition des tableaux de Fabrice Vacherot (Tarare)

-Un atelier créatif et des jeux pour enfants seront aussi proposés sur cette journée, avec une petite restauration dégustation de recettes Tibétaines et de thé Massala Indo-Népalais

Annie Désenfant, présidente
Association Dàna Tibet Bron
06 64 49 05 10

Respirez le mieux-être au quotidien avec la SOPHROLOGIE

La Sophrologie est une méthode de bien-être pratique et accessible à tous basée sur une série d'exercices corporels et de visualisation positive synchronisés à la respiration.

Vers une HARMONIE physique, mentale et émotionnelle

Apprendre à mieux RESPIRER permet une meilleure connaissance de soi et le développement de ses CAPACITES D'ACTION POSITIVE sur ses émotions et ses réactions.

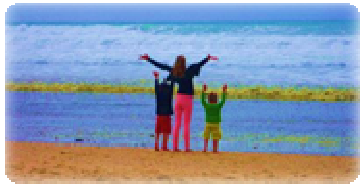
Pratique :

Dans un état de **RELAXATION,** les yeux fermés (si possible), les exercices se pratiquent généralement en position assise ou debout afin de permettre aux pratiquants d'utiliser les techniques facilement dans leur quotidien à la maison ou au travail.
Le sophrologue apprend à chacun à respirer afin de maitriser ses émotions, à relâcher ses tensions tout en conservant une tonicité juste, (re)trouver sa bonne posture, travailler l'équilibre, la concentration et la présence.

A travers la détente, la personne prend un moment pour elle pour reprendre contact avec son corps, ses sensations, ses émotions, décharger ses tensions et renouveler son énergie.

Organisation :

Le lundi de 19h à 20h (exceptionnellement certaines séances peuvent durer 1h30).
En groupe, dans une ambiance conviviale les séances se déroulent toujours



de la même manière : un temps de parole au début de la séance, la pratique, l'écoute des feed-back des participants et un dialogue de fin de séance.
Tenue confortable conseillée.

Contact :

Céline SEGUY – 06 52 83 63 70
ou par mail
celine.seguy@sequencesophro.com