



Les  *'tivités*
2018/2019
de
Saint-Rémy-lès-Chevreuse





Le mot du président

Les membres du conseil d'Administration et moi-même sommes très heureux de vous retrouver en ce début de saison.

Cette nouvelle saison devrait vous permettre de chanter, danser, marcher, vous divertir, vous exprimer, dans nos nombreux ateliers d'activités intellectuelles, manuelles, ludiques et toujours conviviaux.

Cette année, nous ouvrons six activités nouvelles :

- Un atelier Broderie au point de Fès,*
- Un atelier Création de meubles en carton,*
- Un atelier Chanson française contemporaine,*
- Un atelier Gymnastique Taoïste Circulaire,*
- Un atelier Krav Maga Ados,*
- Un atelier Mosaïque – vitrail.*

Alors, ouvrez la brochure et feuilletez-la (ou consultez notre site) et choisissez ce qui vous tente parmi nos nombreux ateliers !

Les membres du CA et moi-même vous souhaitons une bonne lecture, une bonne rentrée, une bonne ARC'tivité !

André VAN DEN BERGHE

ARC – 8 rue de la République - 78470 Saint -Rémy-lès-Chevreuse

Boîte vocale : 09 72 23 81 81 –Site internet : <http://arc-stremyleschevreuse.org>

Page Facebook : <https://www.facebook.com/ArcSaintRemy>

Mail : arcstremy@gmail.com

Association déclarée (loi du 1^{er} juillet 1901) sans but lucratif - non inscrite au registre du commerce Siret 38748144300027 – NAF 9499 Z

N° d'agrément Jeunesse et Éducation Populaire n° 78.670

SOMMAIRE

Créer, réaliser, restaurer

• Art floral	p. 4	Mosaïque	p. 10
• Arc en ciel (aquarelle)	p. 4	Mosaïque – vitrail <i>nouveau</i>	p. 10
• Broderie au point de Fès <i>nouveau</i>	p. 5	Peinture décorative	p. 11
• Cartonnage	p. 5	Peinture acrylique	p. 11
• Création de meubles en carton <i>nouveau</i>	p. 6	Peinture sur porcelaine	p. 12
• Création de bijoux (<i>ouverture 2019</i>)	p. 6	Photo	p. 12
• Débuts en aquarelle	p. 7	Poterie	p. 13
• Décopatch/ Patchwork	p. 7	Poterie club <i>complet</i>	p. 13
• Encadrement	p. 8	Réfection de sièges	p. 14
• Cours d'encadrement	p. 8	Reliure	p. 14
• Dentelle aux fuseaux	p. 9	Vidéo	p. 15
• Enluminure	p. 9		

Se cultiver, chercher, s'intéresser...

• Autour de la langue française 2 ^{ème} année	page 16
• Causerie	page 16
• Atelier chanson française contemporaine <i>nouveau</i>	page 17
• Chanter tout simplement	page 17
• Histoire de l'Art	page 18
• Généalogie	page 19
• Langues : <i>Anglais, Chinois, Russe</i>	pages 19 et 20
• Promenades culturelles à Paris	page 21
• Œnologie	page 22
• Sorties culturelles	page 22

Jouer, réfléchir, se divertir...

• Billard	page 23
• Bridge	page 23
• Échecs	page 24
• Scrabble	page 24

S'aérer, se dépenser, méditer...

• Danses de société	page 25
• Gymnastique Taoïste Circulaire <i>nouveau</i>	page 26
• Promenades découverte de champignons	page 26
• Krav Maga	page 27
• Krav Maga Ados <i>nouveau</i>	page 27
• Marches	page 28 et 29

Art floral



Eclairez votre intérieur avec des compositions florales personnalisées !

Les cours sont assurés en partie par Laurence GOUBLIN, juge internationale, diplômée de la Société Nationale d'Horticulture Française.

Lieu : Maison de Beauplan

Dates et horaires : Vendredi de 9 h 30 à 12 h
Vendredi de 13 h 30 à 16 h

21 septembre, 12 octobre, 16 novembre, 14 décembre 2018, 18 janvier, 8 février, 15 mars, 12 avril, 17 mai 2019.

Participation : 115 € + matières premières (9 séances de 2 h 30) + adhésion

Annick DELPECH ☎ 06 07 15 66 13 Mail: annickdelpech@hotmail.com

Arc en ciel - Aquarelle



L'atelier offre à chacun la possibilité de progresser en technique aquarelle et en attractivité des oeuvres en partageant les savoir-faire du groupe

Chaque semaine des sujets très variés sont proposés par courriel. Ils sont choisis pour leur intérêt technique et font l'objet, une fois par mois au moins, d'une démonstration par un volontaire de l'atelier qui apporte sa technique.

Lieu : Maison de Beauplan

Dates et horaires : Jeudi de 8 h 45 à 12 h 30 et
le 1^{er} jeudi de chaque mois de 8 h 30 à 15 h

Début des ateliers : 13 septembre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Patrick POGU ☎ 06 24 54 41 88 Mail: patrick.pogu@free.fr

Broderie au point de Fès

Initiation à la broderie au point de Fès, le point traditionnel et symbolique des femmes Marocaines.

Atelier accessible aux débutantes ou brodeuses confirmées.

Venir avec son tambour à broder, ses fils et ses aiguilles.



Lieu : Domaine de Saint Paul bâtiment 23

Dates et horaires : Mardi de 9 h 30 à 11 h 30

Début de l'atelier : 1^{er} octobre 2018

Stages : 2 h / 2 jours (les dates seront définies en cours de saison)

Participation : 175 € (24 séances de 2 h - 9 participants minimum) + adh.
40 € (par stage 6 participants minimum) + adhésion

NOUVEAU

Béatrice JACQUET ☎ 06 76.70.19.16 Mail: beatrice_jacquet@orange.fr

Cartonnage

C'est Avec presque Rien, Trouver des formes
Nouvelles, un peu d'AGilité et quelques idEes.
C'est ça le **CARTONNAGE** !

Lieu : Maison de Beauplan RDC

Dates et horaires :

• Lundi de 9 h à 12 h et 13 h à 15 h (7 séances de 5 h) - 8 octobre, 12 novembre, 10 décembre 2018, 14 janvier, 11 février, 11 mars et 8 avril 2019.

• Mardi de 13 h 30 à 16 h 30 (17 séances de 3 h) - 2 et 16 octobre, 6 et 20 novembre, 4 et 18 décembre 2018, 8 et 22 janvier, 5 et 19 février, 12 et 26 mars, 2 et 16 avril, 7 et 21 mai, 4 juin 2019

Participation : 170 € (lundi) + adhésion
180 € (mardi) + adhésion



Laurence TROTIN ☎ 06 82 99 47 30 Mail : laurence.cartonnage@gmail.com

Création de meubles en carton



Comment imaginer qu'un meuble en carton puisse être aussi solide ? Venez apprendre les bases et les techniques de cette activité accessible à tous. Petits meubles colorés, légers et sur mesure, une bonne idée pour équiper une chambre d'enfant à moindre frais en donnant une seconde vie aux matières (carton, papier, bouchon, ficelle, bois flotté...). Une initiation à ne pas manquer !

Lieu : Maison de Beauplan RDC

Dates et horaires : Lundi de 9 h à 12 h – 13 h à 15 h (stages de 5 h)
26 novembre 2018, 18 février, 13 mai 2019

Participation : 95 € + adhésion

Laurence TROTIN ☎ 06 82 99 47 30 Mail : laurence.cartonnage@gmail.com

Création de bijoux

Ouverture prévue pour la saison 2019/2020



Apprendre les techniques simples et rapides pour créer ses bijoux fantaisie.

Lieu : Atelier de l'animatrice

Dates et horaires : à définir ultérieurement

Début des cours : en septembre 2019

Participation : à définir ultérieurement + adhésion

Laurence DELAVEAU ☎ 06 11 15 03 81 Mail : laurence.delaveau@free.fr

Débuts en aquarelle

L'aquarelle mène au plaisir !

Souvent présentée comme une technique délicate, elle se pratique facilement, fait apparaître la lumière et nourrit les rêves...



Lieu : Maison de Beauplan

Dates et horaires : Mercredi de 9 h à 12 h

Début des cours : le 12 septembre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Jacques BLONDEL ☎ 06 73 09 91 48 Mail: jacquesblondel@gmail.com

Dépatch- Patchwork

Vous aimez coudre, créer, décorer ! Cet atelier est fait pour vous : venez nous rejoindre dans la limite des places disponibles (12 inscrits maximum)



Lieu : MLC

Dates et horaires : Jeudi de 10 h à 16 h

Début des cours : le 4 octobre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Christiane MAZZEGA ☎ 06 51 64 73 01 Mail: christiane.mazzega@orange.fr
Claude COURONNE Mail: cjcouronne@gmail.com

Encadrement



Venez mettre en valeur vos photos, tableaux...

Lieu : Maison de Beauplan

Dates et horaires : Jedi de 9 h 30 à 16 h

Début des cours : le 17 septembre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Sylviane BEURE ☎ 01 30 47 29 25 Mail : bsylv@free.fr

Cours d'Encadrement

Art ou technique ? Apprenez à maîtriser la technique et à exprimer votre personnalité artistique.

Débutant ou expérimenté, il y a toujours quelque chose à apprendre dans une ambiance sympathique.

Diplômée en encadrement, j'irai chercher en vous l'artiste qui s'ignore, en vous guidant techniquement.

Lieu : Maison de Beauplan RDC

Dates et horaires : Mardi de 9 h à 12 h

Début des cours : le 17 septembre 2018

Stage envisageable pendant les vacances scolaires : 80 € pour un stage de 2 jours / 4 h par jour

Participation : 240 € (20 séances de 3 h) + adhésion

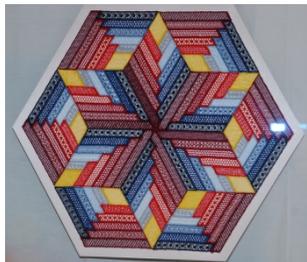
Stage envisageable pendant les vacances scolaires : 80 € pour un stage de 2 jours / 4 h par jour



NOUVEAU

Pascale CHALHOUB ☎ 06 11 48 03 85 Mail : chalhoub.pascale@gmail.com

Dentelle aux fuseaux



Grâce aux associations, l'art de la dentelle aux fuseaux connaît un renouveau depuis quelques années.

Dentellières confirmées ou débutantes, rejoignez-nous !

Lieu : Maison de Beauplan

Dates et horaires : Jeudi de 14 h à 17 h

Début des cours : le 27 septembre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Dominique LAVEAU ☎ 01 30 45 05 66 / 06 87 36 63 19 Mail : dominique.lamy533@orange.fr

Enluminure

Enluminer, c'est mettre en lumière, embellir un texte sacré ou profane par l'utilisation des images et de l'or. Une luminosité incroyable, des couleurs éclatantes, des lignes pleines de vie, des courbes réjouissantes, un patrimoine graphique inouï, la noblesse des ors, la précision des traits, la finesse des détails, voici ce que je souhaite vous faire découvrir.

Vous travaillerez sur parchemin de chevreau, poserez feuille d'or et poudre d'or, procéderez au broyage de vos pigments, dans le respect des traditions millénaires. Il n'est pas nécessaire de savoir dessiner pour vous initier à cet art.



Lieu des cours : Atelier de l'animatrice à Gif-sur-Yvette

Dates et Horaires : les dates et horaires seront fixés lors du forum

Les stages ont lieu sur 2 jours (2 fois 6 h)

Participation : 145 € + adhésion (fournitures incluses)

Marie-Pierre MUSSEAU ☎ 06 30 27 68 73 / 01 69 18 16 95

Mail : mariemusseau@yahoo.fr

Mosaïque



Avec patience et minutie vous créez des "objets" personnalisés

Lieu : Domaine de Saint Paul bâtiment 23

Dates et horaires : Mardi de 9 h 30 à 12 h 30
prolongation jusqu'à 16 h certains jours.

Début des cours : le 11 septembre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Stages : envisageables pendant les vacances scolaires

Jeanine LARGE ☎ 01 30 52 42 23

Mosaïque vitrail

Lieu des cours : Domaine de Saint Paul bâtiment 23

Dates et Horaires : Mercredi de 9 h 30 à 12 h 30

3 et 17 octobre, 7 et 21 novembre, 5 et 19 décembre 2018, 9 et 23 janvier, 5 et 20 février, 13 et 27 mars, 3 et 17 avril 2019.

Stages : envisageables pendant les vacances scolaires

3 h par jour sur 5 jours : 9 h 30 à 12 h 30 (vacances de Toussaint 2018 du 22 au 27 octobre et vacances printemps 2019 du 29 avril au 3 mai)

Participation : 190 € + adhésion + fournitures à la charge des élèves

70 € + adhésion pour les stages + fournitures à la charge des élèves

Isabelle DELOMMEL ☎ 06 32 76 60 64 Mail : isadelommel@orange.fr

Isabelle DELOMMEL - professeur de mosaïque et vitrail qui enseigne au CCMP de Bures-sur-Yvette, et enseigne à l'Atelier d'artiste et d'enseignement à Dieppe (info : www.lesmosaiquesdelamadre.wordpress.com).

Peinture Décorative

La peinture décorative est un **atelier libre** destiné à des personnes ayant déjà pratiqué cette activité qui permet de jouer avec les couleurs, les matières, les techniques variées, adaptées à chacun.



Lieu : Domaine de Saint Paul, salle "poterie"

Dates et horaires : Mercredi de 10 h à 16 h, une ou 2 fois par mois

Début des cours : le 3 octobre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Pierrette BOURDON ☎ 06 62 61 41 97 Mail : pierrette.bourdon@wanadoo.fr
Bernadette DELACRE ☎ 06 48 58 79 10 Mail : delacre.bernadette@orange.fr

Peinture acrylique tous supports

Atelier accessible aux personnes ayant déjà pratiqué et désireuses de se perfectionner.
Réalisation de tableaux, décoration de meubles et objets : plateaux, coffrets, corbeilles, lampes sur bois, métal, terre cuite, tissus ...



Lieu : Maison de Beauplan

Dates et horaires : Jedi de 9 h 30 à 16 h non-stop (repas pris sur place) dont 30 h avec l'animatrice)

Début des cours : le 20 septembre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Animatrice : Claire HOCHEREAU

Sylviane BEURE ☎ 01 30 47 29 25 Mail : bsylv@free.fr
Claire HOCHEREAU ☎ 01 30 43 79 82
Mail : claire.hochereau@numericable.fr

Peinture sur porcelaine



Inutile de savoir dessiner pour réaliser des merveilles en peinture sur porcelaine.

Rejoignez-nous et apprenez, dans une ambiance très sympathique, les techniques qui vous permettront d'exprimer vos goûts. Quelques séances sont consacrées au verre et à la faïence.

Lieu : Atelier de l'animatrice

Dates et horaires : Mardi de 9 h à 12 h
Vendredi de 9 h 30 à 12 h 30 ou de 13 h 45 à 16 h 45

Début des cours : 25 septembre 2018

Participation : 280 € (25 séances de 3h) + adhésion

Laurence DELAVEAU ☎ 06 11 15 03 81 Mail : laurence.delaveau@free.fr

Photo



Vous désirez maîtriser votre appareil et les logiciels de post-traitement, acquérir les bases photographiques indispensables (composition de scène, cadrage, etc...), les techniques de prise de vues, vous familiariser avec Photoshop, les prises de vue (portrait, paysage, photo de rue et de monument, etc...), CET ATELIER EST FAIT POUR VOUS !

Lieu : MLC

Dates et horaires : 1^{er} et 3^{ème} mardi de chaque mois de 9 h 30 à 12 h

Début des ateliers : 2 octobre 2018

Participation : 35 € + adhésion

Gérald ROULLET ☎ 06 85 02 04 35 Mail : groullet@orange.fr

Site de l'animateur : www.gerald-roullet-photos.com

Poterie

Réaliser des objets avec de l'argile, c'est la POTERIE. Dans une ambiance sympathique, vous apprendrez à façonner et émailler vos pièces (bols, vases, cruches, plats, vide-poches, pieds de lampe, nichoirs, sculptures.....), à travailler l'argile avec des tournettes, à monter des pièces aux colombins ou à la plaque. Depuis des millénaires, les hommes ont façonné et cuit des vases et plats d'argile et ont gravé ou peint sur la terre des animaux et des personnages. Le contact de la terre est relaxant ! ALORS, VENEZ ESSAYER...



Lieu : Domaine de Saint-Paul salle "poterie"

Dates et horaires : Lundi de 9 h à 12 h, jeudi de 9 h à 12 h
Vendredi de 9 h à 12 h

Début des cours : 1^{er} octobre 2018

Participation : 280 € (27 séances de 3 h) + adhésion

Noëlie MOULONGUET ☎ 06 52 63 68 12 Mail : noelie.moulonguet@free.fr

Poterie club

Le Club, au complet pour la saison 2018 / 2019, est un atelier libre pour des personnes ayant une très bonne connaissance de la poterie.

Lieu : Domaine de Saint Paul salle "poterie"

Dates et horaires : Lundi de 13 h 30 à 16 h 30

Début des ateliers : 10 septembre 2018

Participation : 75 € + adhésion



COMPLET

Maguy NGUYEN-THANH ☎ 06 60 51 26 20
Mail : maguy.nguyen-thanh@orange.fr

Réfection de sièges



Emploi de matériaux nobles, méthode et gestes d'autrefois, tel est le secret de la restauration à l'ancienne.

Trois stages d'une semaine sont envisagés la première semaine des vacances scolaires au domaine de Saint Paul (*dates à confirmer en fonction du nombre de participants*).

Lieu : Maison de Beauplan

Dates et horaires : Samedi de 10 h à 18 h, tous les 15 jours

Début des cours : 22 septembre 2018

Participation : 420 € + adhésion

Stages de 5 jours : 300 € + adhésion, du 25 février au 1^{er} mars 2019 et du 8 au 12 juillet 2019 (mini stages possibles 60 € / jour + adhésion)

Martine PILOT ☎ 06 12 58 08 26 Mail : martine_pilot@orange.fr

Reliure



Dans cet atelier, animé depuis 1975 par Anne Périssaguet, se réunissent les amoureux du support papier, de la lecture, ceux qui possèdent des livres anciens qu'ils veulent restaurer après les avoir massacrés dans leur jeunesse, avant de les transmettre à leurs enfants. Aucune cause n'est perdue, tout est affaire de patience dans l'ordre d'aborder les problèmes. En une année, selon les cas, chaque participant peut réaliser entre 3 et 8 reliures.

Lieu : M.L.C.

Dates et horaires : Lundi de 14 h à 17 h

Participation : 260 € (24 séances de 3 h) + adhésion
+ forfait fournitures 5 € par livre

Début des cours : 17 septembre 2018

Anne PERISSAGUET ☎ 01 30 52 77 55 Mail : cleper@aol.com

Vidéo

Réalisation de vos films vidéo familiaux : préparation (scénario, mise en scène), tournage, son, minutage et production.



Lieu : Maison de Beauplan

Dates et horaires : Lundi de 9 h à 12 h

Début : 10 septembre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Jean Robert STENVOT ☎ 06 99 61 89 31 Mail : jeanrob40@aol.com



Vainqueurs du "Coup de Cœur" de l'Exposition des Arts créatifs 2018.

Autour de la langue française



Vous qui avez participé à cet atelier la saison dernière, vous qui aimez la langue française, désirez approfondir ou améliorer vos connaissances en orthographe et grammaire, cet atelier reprend pour vous une seconde année !

Vous pourrez ainsi participer brillamment à la dictée annuelle de l'ARC le dimanche 17 mars 2019 !

2^{ème} année

Lieu : Ancienne mairie

Dates et horaires : Vendredi de 10 h à 12 h tous les quinze jours

Début des ateliers : 21 septembre 2018

Atelier libre / Participation : 20 € + adhésion

Bernadette POUPARD ☎ 01 30 52 45 09 Mail : bernadette.poupard@orange.fr

Causerie



Marie-Pierre Musseau vous propose au printemps 2019 une "causerie" culturelle et amicale ayant pour thème : "Femmes remarquables et remarquées de l'Antiquité au siècle des Lumières".

Lieu : Ancienne mairie

Dates et horaires : Samedi à 20 h 30 ou dimanche à 15 h
La date sera précisée ultérieurement

Participation : 10 €

Marie-Pierre MUSSEAU ☎ 06 30 27 68 73 / 01 69 18 16 95
Mail : mariemusseau@yahoo.fr

Chanson française contemporaine

Un atelier chansons où le travail polyphonique est centré sur la chanson française contemporaine.

Lieu : Ancienne Mairie

Dates et horaires : Mercredi de 15 h à 17 h

Début des répétitions : 19 septembre 2018

Participation : 25 € (24 séances + concert) + adhésion + partitions fournies



NOUVEAU

Pierre FOURCADE ☎ 06 52 32 58 82 Mail : fourcade.pierre@yahoo.fr

Chanter tout simplement

Cette activité n'est pas une chorale. Elle est ouverte à toute personne ayant envie de chanter. Aucune connaissance musicale n'est nécessaire.

En chantant (même faux !), notre corps produit des hormones bénéfiques, qui nous apportent détente et joie de vivre. Le chant est également bienfaisant pour la respiration et le rythme cardiaque.

Lieu : Ancienne Mairie RDC.

Dates et horaires : Mardi de 15 h 45 à 16 h 45 - 18 septembre, 2 et 9 octobre, 6, 20 et 27 novembre, 4 et 18 décembre 2018, 8, 22 et 29 janvier, 5 et 19 février, 19 et 26 mars, 2 et 16 avril, 7, 21 et 28 mai, 4, 11, 18 et 25 juin 2019.

Début des répétitions : 18 septembre 2018

Participation : 155 € (24 séances + concert) + adhésion + partitions fournies

Animateur : Beate DECHELOTTE (musicothérapeute)

Beate DECHELOTTE ☎ 06 88 75 88 38 Mail : dechelotte.beate@orange

ANNULÉ

Histoire de l'art



Initiation aux multiples visages de l'art moderne et contemporain, en écho à l'actualité avec Raphaël Fonfroide, historien d'art, conférencier en art moderne et contemporain.

Lieu : Ancienne Mairie

Dates et horaires : Mardi de 14 h à 16 h – voir le programme page-suivante dont tous les détails sont disponibles sur le site de l'ARC : <http://arc-stremyleschevreuse.org>

Participation : 100 € pour 9 conférences + adhésion
Début des séances : 25 septembre 2018

Raphaël FONFROIDE Mail : raphael.fonfroide@gmail.com

Programme

25 septembre 2018 : l'Expressionnisme viennois

16 octobre 2018 : cycle Trésors des collections parisiennes, XIX^e - XXI^e siècle
Section 1 : le Musée d'Orsay

13 novembre 2018 : cycle Trésors des collections parisiennes, XIX^e - XXI^e siècle
Section 2 : le Musée d'Orsay

11 décembre 2018 : cycle Trésors des collections parisiennes, XIX^e - XXI^e siècle
Section 3 : le Musée National d'Art Moderne (MNAM), centre Pompidou

15 janvier 2019 : *Fernand Khnopff*

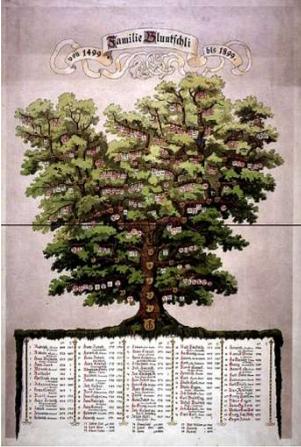
12 février 2019 : cycle Trésors des collections parisiennes, XIX^e - XXI^e siècle
Section 4 : le Musée National d'Art Moderne (MNAM) Centre Pompidou

12 mars 2019 : femmes artistes

9 avril 2019 : cycle Trésors des collections parisiennes, XIX^e - XXI^e siècle
Section 5 : le Musée d'Art Moderne de la Ville de Paris (MAMVP)

14 mai 2019 : cycle Trésors des collections parisiennes, XIX^e - XXI^e siècle
Section 5 : le Musée d'Art Moderne de la Ville de Paris (MAMVP)

Généalogie



Vous désirez retrouver vos origines et dresser **votre** arbre généalogique mais vous avez besoin d'aide, **venez nous rejoindre !**

Lieu : chez l'animateur

Dates et horaires : Vendredi de 9 h à 12 h

Début des répétitions : début octobre 2018

Participation : 20 € + adhésion

Robert KLITTING ☎ 01 30 47 27 18 / 06 30 12 80 56

Mail : robert.klitting@free.fr

Langues

Anglais

Let's speak English or improve YOUR English!

Lieu : ancienne mairie - salle à l'étage

Dates et horaires : Lundi de 9 h 15 à 10 h 45
Lundi de 10 h 45 à 12 h 15
Mardi de 9 h 15 à 10 h 45



Début des cours : 10 septembre 2018

Participation : 230 € + adhésion

Sandi NOBLE. ☎ 07 89 64 70 76 Mail : welshdwarf@hotmail.com

Chinois



L'apprentissage de la langue chinoise est une aventure captivante qui permet de s'ouvrir à une des plus anciennes cultures et aide à comprendre un pays en pleine expansion.

Lieu : le samedi à l'ancienne Mairie - salle à l'étage et le mardi chez l'animatrice.

Dates et horaires : samedi de 10 h 30 – 12 h (Intermédiaire) et mardi de 14 h à 15 h 30 (faux débutants).

Début des cours : mardi 25 septembre 2018 et samedi 22 septembre 2018

Participation : 245 € pour 26 cours + adhésion

Mei GUERIN ☎ 06 26 76 55 05 / 01 30 47 36 45
Mail : mei.yun@free.fr

Russe



Si vous souhaitez découvrir la culture russe, l'histoire et les traditions au travers de l'apprentissage de la langue, inscrivez-vous à ces cours pour débutants ou faux débutants.

Lieu : Ancienne Mairie - salle à l'étage

Dates et horaires : Mercredi de 19 h à 20 h 30

Début des cours : 12 septembre 2018

Participation : 245 € pour 26 cours + adhésion

Dodo MANDJAVIDZE ☎ 01 30 47 22 29 / 06 18 97 70 77
Mail : dodo.djaochvili@laposte.net

Promenades Culturelles à Paris

Colette Guétienne, titulaire d'une maîtrise en histoire de l'Art, diplômée de l'Ecole du Louvre, assure chacune des sorties inscrites au programme.

Lieu : départ gare RER de Saint-Rémy vers 9h30

Durée : entre 1 h 30 et 2 h

Participation : 25 € + adhésion - Transport à la charge des participants - nombre de participants limité à 20 par promenade. Inscriptions au Forum.

Dates et horaires : voir le programme



Colette GUÉTIENNE ☎ 01 60 12 25 98 / 06 03 90 26 25
Mail : colette.guetienne@wanadoo.fr

Programme

Le vendredi matin

19 et 26 octobre : Autour de la place de la Réunion

16 et 30 novembre : Autour de la place Jeanne d'Arc

7 et 14 décembre : L'art nouveau dans le XVI^e arrondissement

18 et 25 janvier 2019 : Le Sentier

15 et 22 février : Le quartier chinois

8 et 22 mars : Le petit Montrouge

5 et 26 avril : Le village de Passy

17 et 24 mai : Le Parc de la Villette

14 et 21 juin : Autour de la Place de l'Abbé Hénocque.

Enologie

Vous découvrirez les secrets du monde vinicole au travers des différents vignobles français.

Nous aborderons la dégustation, les cépages, la vinification, le Bordelais, la Champagne, les vins doux naturels, les Côtes du Rhône, les vins du Pays de Loire, l'Alsace, la Bourgogne, les rosés.



Il est conseillé d'apporter quelques petites choses à grignoter...

Lieu : Domaine de Saint-Paul

Dates et horaires : Lundi à 11 h et à 14 h – 24 septembre, 15 octobre, 26 novembre, 17 décembre 2018, 28 janvier, 18 février, 25 mars, 15 avril, 27 mai et 24 juin 2019.

Participation : 100 € pour 10 séances de 1 h – 3 vins + adhésion

Marian OLIPHRENKO ☎ 06 15 16 68 69

Mail : mriff@hotmail.fr

Sorties Culturelles



L'équipe des Sorties Culturelles vous propose trois programmes trimestriels, dans lesquels vous pouvez faire votre choix : théâtre, expositions, sorties à la journée, découvertes patrimoine, escapades nature... N'hésitez pas à vous inscrire !

Tout nouvel inscrit pour une saison reçoit un premier programme en décembre pour les sorties du 1er trimestre de l'année suivante, en mars pour celles du 2ème trimestre et en août pour celles du 4ème trimestre.



Tous les renseignements complémentaires sont disponibles sur le site de l'ARC : <http://arc-stremyleschevreuse.org>

A .R.C SORTIES CULTURELLES

Chantal MONIN ☎ 06 71 11 09 87 (répondeur) Mail : arcsortiesculturelles@gmail.com

Billard

*Une activité de détente mais sportive aussi.
Qui ? Toutes, tous et de tous âges : amateurs,
débutants et super débutants.
Quoi ? Carambolier (ou simplement pousser la
boule) sur un billard français.*



Lieu : Rotonde du domaine de Saint-Paul

Dates et horaires : Lundi au jeudi de 10 h à 12 h et de 15 h à 17 h
Vendredi de 10 h à 12 h

Participation : 20 € + adhésion

Michel HERAUDEAU ☎ 06 76 80 68 65 Mail : michel.heraudeau@free.fr

Bridge Initiation

Première année ouverte aux débutants ou à des joueurs qui veulent reprendre après une longue interruption.

Deuxième année ouverte aux participants ayant suivi la première année et/ou à des joueurs connaissant les enchères de base. Le cours est basé sur le Système d'Enseignement Français (S.E.F).



Lieu : Ancienne Mairie - salle à l'étage

Dates et horaires : Mercredi de 16 h 30 à 18 h 30

Début des cours : 12 septembre 2018

Participation : 20 € + adhésion

Jean MARTINI ☎ 06 78 48 23 01 Mail : jean.martini@wanadoo.fr

Echecs



"Il y a plus d'aventures sur un échiquier que sur toutes les mers du monde"

Les compagnons de route : des joueurs aguerris ou néophytes. Tous passionnés et accueillants

Les échecs se pratiquent même pendant les vacances scolaires

Lieu : Domaine de Saint Paul bât 23

Dates et horaires : Lundi de 17 h à 20 h et vendredi de 20 h à 23 h

Lieu : Ancienne Mairie - salle à l'étage

Dates et horaires : Dimanche de 15 h à 18 h

Début des cours : 10 septembre 2018

Participation : 20 € + adhésion

ElisabethTCHOUKHINE ☎ 01 30 52 26 26

Mail : elisabeth.tchoukhine123@orange.fr

Scrabble



Trouver les meilleurs mots, faire le meilleur score mais toujours avec humour et dans une ambiance de compétition amicale.

Lieu : Ancienne Mairie

Dates et horaires : Mardi de 13 h 30 à 16 h

Début : 11 septembre 2018

Participation : 20 € + adhésion

Denise LEVEQUE ☎ 01 30 52 07 26 Mail : den.leveque@gmail.com

Danses de société

Pour vous amuser lors de dîners dansants, fêtes de famille, bals, soirées entre amis : APPRENEZ tango, valse, paso, rock, cha-cha-cha, salsa...

Notre approche est progressive, ouverte et adaptée à chacune et chacun (un professeur diplômé et un autre animateur à l'écoute de 30 élèves maximum).



Nous puisons dans l'expérience des danses de salon de nos bals, la technique des danses sportives, la communication affinée en salsa, tango ou rock, les origines culturelles et les richesses de la musique...pour transmettre le plaisir de danser ensemble !

Bal annuel de l'ARC : date 16 février 2019

Lieu : Ancienne mairie

Dates et horaires : Vendredi de 19 h 45 à 20 h 45 - débutants
Vendredi de 21 h à 22 h – inter-avancés

Début des cours : 14 septembre 2018 – le premier cours d'essai est GRATUIT.

Participation :

155 € pour 1 personne (32 séances dont 30h de cours) + adhésion

300 € pour 2 personnes de la même famille + adhésion



Séances de pratique : 1 par période scolaire (soit 5 dans l'année) le vendredi soir ou le samedi après-midi (renseignement à prendre auprès du professeur.

Stéphanie DALE ☎ 06 81 43 63 18 Mail : stephaniedale@wanadoo.fr
<https://sites.google.com/arcstremydanse沙龙>

Gymnastique taoïste circulaire



La GTC est une pratique basée sur le travail en mouvements circulaires ayant pour objectif de faire circuler harmonieusement le Qi (énergie) et le sang dans le corps. Selon la médecine orientale, quand il y a douleur, cette circulation est ralentie ou entravée. La levée de ce blocage entraînera le rétablissement de la sensation de bien-être.

La GTC est à la fois préventive et curative. Elle vous apprendra à connaître votre corps et vous permettra de mieux gérer votre santé par une pratique régulière repoussant les effets du vieillissement.

Lieu : Ancienne mairie

Dates et horaires : Jeudi de 9 h 30 à 11 h - 20 septembre, 4 et 18 octobre, 8 et 22 novembre, 6 décembre 2018, 10 et 24 janvier, 7 et 21 février, 14 et 28 mars, 11 avril, 16 mai, 13 juin 2019.

Participation : 90 € + adhésion + **Certificat médical obligatoire**

Catherine BLANCHARD ☎ 06 77 07 00 84
Mail : catherine.blanchard21@orange.fr

Promenades découverte de champignons.



Venez-vous promener et identifier les champignons les plus courants.

Le premier rendez-vous aura lieu le 12 septembre 2018 Maison de Beauplan.

Première sortie prévue le 19 septembre 2018.

Les autres rendez-vous seront fixés en fonction des conditions météorologiques et seront communiqués aux adhérents environ une semaine à l'avance.

Programme : 6 promenades le mercredi de 9 h à 12 h Le nombre de participants par sortie est limité à 30, répartis en deux groupes.

Participation : gratuite pour les adhérents à jour de leur cotisation.

Jean Robert STENVOT ☎ 06 99 61 89 31 Mail : jeanrob40@aol.com

Krav Maga

Le Krav Maga n'est pas qu'une méthode d'auto-défense, il permet aussi d'avoir confiance en soi, de développer plus d'assurance et d'apprendre à gérer calmement des situations de tension et de stress. Les cours de Krav Maga vous poussent à développer et à entretenir une bonne condition physique, mais nul besoin d'être musclé(e) ni sportif (ve) pour s'y mettre.



Lieu : Maison de Beauplan **Début des cours :** 11 septembre 2018
Dates et horaires : Mardi de 19 h 30 à 20 h 45 et jeudi de 19 h 30 à 20 h 45
(cours mixte)

Participation : 1 cours/semaine = 265 € - 2 cours/semaine = 325 € + Adh.

Krav Maga ados

Vos enfants peuvent eux-aussi apprendre à se défendre !

Méthode **complète et efficace**, toutes les techniques et les mouvements enseignés par le Krav Maga sont naturels et instinctifs.

Le **Krav Maga** permet également d'avoir **confiance en soi** et de développer une plus grande assurance ainsi que d'apprendre à gérer calmement des situations de tension et de stress.

Vos enfants seront pris en charge par Nathalie pour transmettre les bases du Krav Maga.

- **cours dynamiques et ludiques**
- **prise en compte de leurs problématiques (différentes de celles des adultes)**
- **développement de la confiance en soi, de leur qualité physique**



NOUVEAU

Lieu : C3R Complexe des 3 Rivières **Début :** 3 octobre 2018
Dates et horaires : Mercredi de 14 h 00 à 16 h 45
Participation : 1 cours/semaine : 265 € + adhésion

1^{er} cours d'essai GRATUIT (mixte et Ados) - Certificat médical obligatoire

NATHALIE ☎ 06 61 83 97 07 Mail : n.salem0112@gmail.com
Site : www.nrjdefense.com

Marches

Les marches ont lieu même pendant les vacances scolaires.

Lundi matin : 8 à 12 km

Départ à 9 h précises rue Jean Darboux (entre le cimetière et la rue du Dr. Bourdon

Retour vers 12 h

Jean Pierre SUSSET ☎ 01 30 52 01 95 Mail : jpsusset@free.fr

Mardi matin : 11 à 13 km

Départ à 8 h 45 précises parking résidence St Lubin à Chevreuse

Retour vers 12h30

Pierre TOUTON ☎ 01 30 52 73 92 Mail : toutonpierre@orange.fr

Mardi après-midi : 4 à 6 km (balade facile)

Départ à 14 h précises à l'angle des rues Jean Darboux et Docteur Bourdon

Retour vers 16 h 30

Jean-Robert STENVOT ☎ 01 30 52 64 94 Mail : jeanrob40@aol.com

Mardi après-midi : 6 à 8 km (marche et dénivelé modérés mais côtes possibles)

Départ à 14 h précises rue Jean Darboux en face de l'entrée du cimetière

Retour vers 17h

André Van Den Berghe ☎ 01 30 52 66 02 Mail: andre.vandenbergh@neuf.fr

Mardi après-midi : 8 à 10 km

Départ à 13 h 30 précises Parking de la "Mare aux canards" à Chevreuse.

Retour vers 16 h 30

Joël GUERNIGOU ☎ 01 30 52 34 66 / 06 07 01 97 72

Mail : joel.guernigou@orange.fr

Mardi après-midi : 10 à 12 km

Départ à 13 h 30 précises Parking de la "Mare aux canards" à Chevreuse.

Retour entre 17 h et 18 h

Roland BREBANT ☎ 01 30 52 14 97

Jeudi après-midi : 9 à 11 km (allure modérée)

Départ à 13 h 45 précises Parking Résidence Saint Lubin à Chevreuse.

Retour entre 17 h

Philippe TROUSLARD ☎ 06 89 71 87 45 / 01 30 47 21 36

Mail : 256tpz@gmail.com

Jeudi après-midi : Rando découverte nouveaux circuits 6 à 8 km (facile avec côtes)

Départ à 14 h précises rue Jean Darboux en face de l'entrée du cimetière

Retour vers 17 h

Dates de randonnées précisées par courriel envoyé aux inscrits

André Van Den Berghe ☎ 01 30 52 66 02 Mail: andre.vandenberghe@neuf.fr

Vendredi après-midi : 15 km

Départ Parking Résidence Saint Lubin à Chevreuse à 13 h du 23 novembre au 25 janvier et à 13 h 30 les autres jours.

Retour après 17 h 30

Martine PAIZEAU ☎ 01 69 82 97 87 / 06 82 91 11 07

Mail : marlio.jr47@orange.fr

Mardi Journée : 17 à 22 km

Prévoir un repas

Départ à 8 h 45 précises - parking face à la poste de Saint Rémy

Retour vers 16 h

Gilles TOUPET ☎ 01 30 52 16 70 / 06 84 51 93 60

Mail : gilles.toupet@gmail.com

Participation gratuite pour les adhérents à jour de leur cotisation



INFORMATIONS PRATIQUES :

❖ Adhésion à l'association :

23 € par personne quelle que soit la commune de résidence ou 10 € pour les moins de 18 ans.

L'adhésion à l'ARC de Saint-Rémy permet de participer à toutes les activités de l'ARC de Chevreuse et implique l'engagement de respecter le règlement intérieur.

Paiement par chèque recommandé.

❖ Frais de participation aux ateliers :

Montant : voir l'activité concernée. Un minimum de participants est requis pour la création d'un nouvel atelier (nombre variable). Prévoir une participation en fonction de l'activité choisie.

Pour les ateliers dont la participation est supérieure à 120 €, il est possible de payer en trois chèques (débités en octobre, janvier et avril).

Toute année commencée est due en entier !

❖ Ateliers libres :

20 € par personne quel que soit l'atelier sauf exception.

Ces ateliers n'incluent pas de cours dispensés par un animateur et sont donc destinés à des personnes expérimentées ayant déjà pratiqué l'activité !

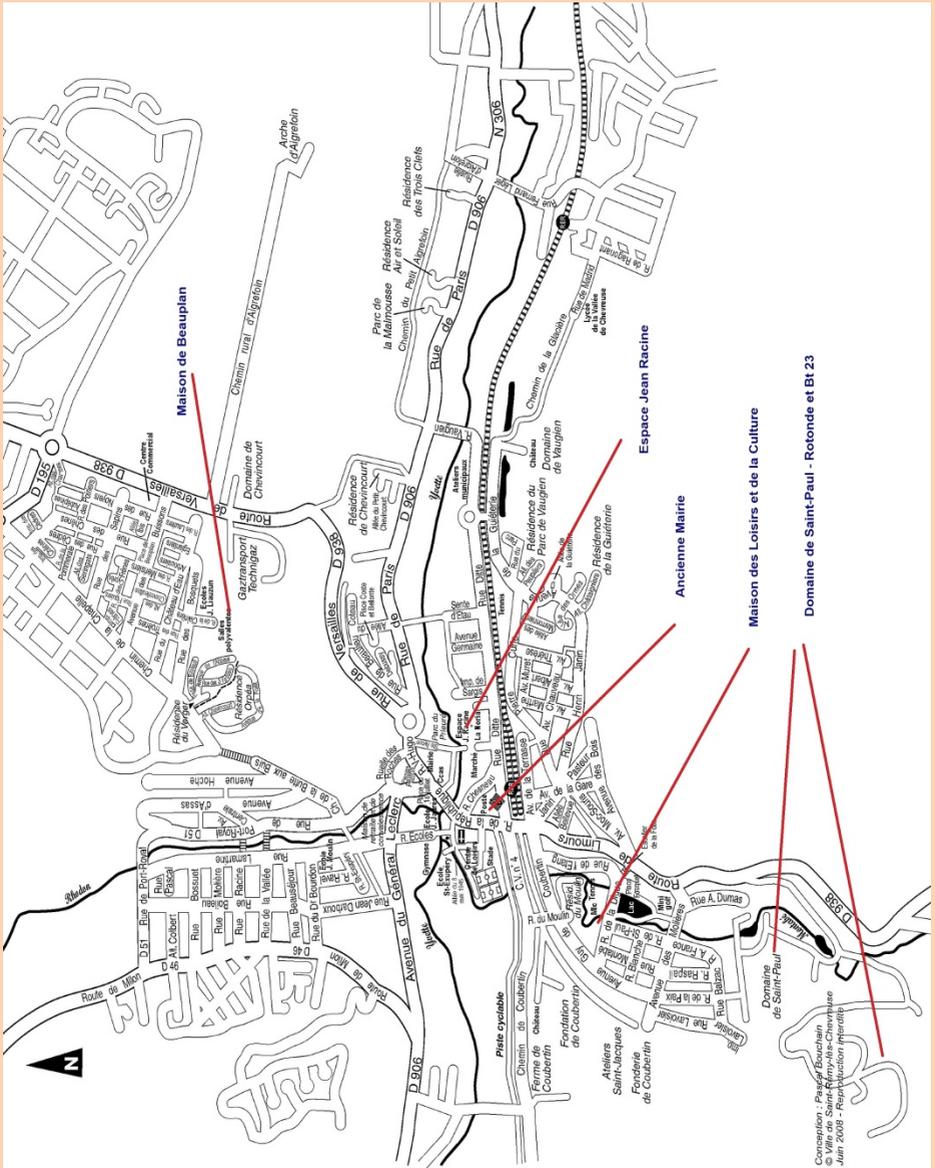
❖ Modalités de paiement :

Les chèques d'adhésion peuvent être remis aux animateurs ou lors du Forum ou envoyés au siège social :

***ARC de Saint-Rémy, 8 rue de la République
78470 Saint-Rémy-lès-Chevreuse***

❖ Contact :

Par courrier au siège social de l'association (adresse ci-dessus) ou par mail : arcsaintremy@gmail.com ou par ☎ : 09 72 23 81 81



Localisation des locaux utilisés

- Maison de Beauplan : rue de la Clairière (près de l'école Jacques Liauzun)
- Ancienne mairie : 1 rue Ditte (face à la gare du RER)
- MLC : 14 rue de la Digue (face au lac de Beauséjour)
- Domaine de Saint-Paul : route de Limours.

Agenda 2018 | 2019

Forum : dimanche 9 septembre 2018 à Saint-Paul Bat N° 8

Repas de l'ARC : 28 septembre 201

Exposition photo : 18 novembre 2018

AG : 22 novembre 2018.

Fête des "Bénévoles" : 14 février 2019

Bal de l'ARC : 16 février 2019

Dictée : 17 mars 2019

Pique-nique : 13 juin 2019

