Le Gué d'Olivet

Activités culturelles, sportives
et de loisirs pour petits et grands
sur la commune de Montgermont

Saison 2024-2025

Activités Enfants Ados	Activités adultes
Arts plastiques....p11	Arts plastiques....p12
Billard (16 ans et +)....p15	Atelier aquarelle....p13
Céramique (16 ans et +)....p16	Atelier dessin....p14
Chorale (16 ans et +)....p17	Billard....p15
Couture (6 à 11 ans)....p18	Céramique....p16
Danse modern jazz *(4 ans et +)*....p20	Chorale....p17
Danse Hip Hop (7 ans et +)....p21	Couture....p18
Gymnastique loisir *(4 ans et +)*....p22	Couture Atelier (6h)....p19
Parkour acrobatique....p23	Danse modern jazz....p20
Jeux de société *(14 ans et +)*....p24	Jeux de société....p24
Randonnées pédestres	Loisirs créatifs....p25
(accompagnés d'un adulte)....p28	Oenologie à l'année....p26
Théâtre....p32	Oenologie soirées dégustation....p27
	Randonnées pédestres....p28
	Scrabble duplicate....p29
	Sophrologie....p30
	Tai chi chuan – Qi Gong....p31
	Théâtre....p32
	Yoga....p33

Divertissement, Créativité, Rencontres,…

Voici ce que le Gué d'Olivet vous propose depuis 1969. Cette association contribue, depuis toutes ces années, au bien vivre ensemble au sein de Montgermont en proposant, aux petits et grands, des activités culturelles, sportives et de loisirs.

Vous êtes nombreux à nous faire confiance tous les ans : en 2024 par exemple, nous dénombrions 350 familles adhérentes pratiquant une ou plusieurs activités (plus de 600 au total).

Cette année, peu de nouveautés. Nous nous attachons à pérenniser nos activités historiques et à conforter certaines activités avec de nouvelles propositions : cours de hip-hop supplémentaire pour accueillir des débutants, deuxième cours de Tai Chi, cours de gym pour les plus petits (4 à 6 ans), cours de théâtre pour adultes. Selon les inscriptions, nous déciderons à la rentrée le maintien ou non des différents cours proposés dans cette plaquette, ce qui pourra amener à modifier légèrement quelques plages horaires.

Des spectacles et représentations de fin d'année viendront animer notre association et, ponctuellement, nous pourront proposer des stages. Tenez-vous informés sur notre site Internet : www.leguedolivet.fr

Belle année à vous tous et au plaisir de vous voir nombreux en septembre prochain !

***

Pour en savoir plus, nous vous invitons à parcourir ces quelques pages, pour découvrir ou redécouvrir les activités que notre association vous propose pour cette année 2024- 2025.

Tous les professeurs, responsables et bénévoles sont mobilisés pour vous et votre divertissement.

Alors, bonne lecture et à bientôt pour les inscriptions au forum, sur Helloasso ou au sein de nos activités !

Pour pratiquer les activités (cours et stages), il est indispensable de s'inscrire et de payer :

- **l'adhésion annuelle** à l'association, 22 € par foyer (personnes vivant sous le même toit)
- la **participation financière** correspondant à l'activité choisie, qui peut être versée en 3 fois si paiement par chèque.
- nous acceptons la **Carte Sortir**. N'oubliez pas de venir avec votre carte le jour du forum.

Les inscriptions se feront :

• via le site HelloAsso (paiement en une seule fois) :
https://www.helloasso.com/associations/centre-d-activites-le-gue-d-olivet/adhesions/adhesion-2024-25

• en flashant ce Qrcode

• lors du forum des associations Samedi 7 septembre 2024 de 8 h à 13 h Espace Evasion—Bernard Douard.

• Permanence le mercredi 11 septembre 2023 de 17 h à 19 h

REGLEMENT INTERIEUR - Association le Gué d'Olivet

Règlement Intérieur adopté lors de l'Assemblée Générale ordinaire du 11/12/2019

Article 1 : Objet du règlement

Le présent règlement intérieur prévu à l'article 11 des statuts, complète et précise le fonctionnement de l'association.

Article 2 : Adhésion – cotisation

Toute inscription engage au paiement préalable de l'adhésion familiale et de la cotisation pour la (ou les) activité(s) choisie(s).

Les modalités de l'adhésion sont fixées chaque année par le Conseil d'Administration. Son montant maximum est fixé lors de l'assemblée générale.

Les participations financières sont annuelles ou pour la durée du stage.

Le paiement peut s'effectuer en 3 chèques par famille, encaissés les 15 octobre, 30 novembre et 28 février.

L'association est partenaire du dispositif « SORTIR ! ».

Les Chèques Vacances et Coupons Sport ANCV délivrés par les Comités d'entreprise sont acceptés.

Le paiement en espèces est accepté (prévoir l'appoint).

Le panachage des modes de règlement est possible.

Article 3 : Calendrier des cours

Les cours sont dispensés de septembre à juin et suivent le calendrier des vacances scolaires. L'association se réserve le droit d'annuler ou de modifier la programmation des cours en cas d'inscriptions insuffisantes, d'absence des animateurs et des disponibilités de leurs remplaçants.

Article 4 : Cours d'essais

Seuls les adhérents inscrits peuvent assister au premier cours. L'Association leur donne la possibilité d'effectuer 2 cours d'essai sauf contre-indication sur le livret annuel.(2 premiers cours de l'année, selon la date de reprise de l'activité). Passé ce délai, l'inscription est réputée

définitive et aucun remboursement de la cotisation et de l'adhésion ne peut être demandé pour abandon.

Article 5 : Remboursement des cotisations

Seuls les arrêts définitifs peuvent faire l'objet d'un remboursement partiel et doivent être accompagnés d'une demande écrite et d'un justificatif : certificat médical, arrêt définitif après les 2 cours d'essai de début d'année. Dans ce dernier cas, la demande devra être effectuée avant le 3ème cours (cf art.4).

Article 6 : Certificat médical

Un certificat médical de moins de 4 mois est obligatoire pour les activités sportives affiliées à une fédération. Elles sont signalées dans le livret ou sur le site.

Article 7 : Assurances

L'Association a souscrit une police d'assurance Responsabilité Civile Vie Associative qui couvre uniquement les dommages pouvant résulter des activités exercées dans les locaux mis à sa disposition. Toutefois, cette assurance ne couvre pas les risques relatifs notamment à la dégradation faite aux bâtiments et au matériel. Les éventuelles dégradations seront financièrement supportées par les responsables des faits ou leurs représentants.

Article 8: Urgence médicale

En cas d'urgence médicale pendant les activités, l'animateur est habilité à prendre toutes les dispositions nécessaires.

Article 9 : Accompagnement des mineurs

Les personnes accompagnant les adhérents mineurs doivent s'assurer de la présence de l'animateur (par ex : les accompagner à la porte de la salle de cours). Elles doivent également récupérer les enfants, à l'heure, à la fin du cours. Les animateurs et l'Association ne peuvent être considérés comme responsables des enfants en dehors des cours. En cas d'absence de l'animateur, l'Association se dégage de toute responsabilité mais fera son maximum pour avertir au plus vite les adhérents (cf. art 14).

Article 10 : Accès aux salles

Il est interdit aux personnes non inscrites à un cours précis (personnes accompagnant les enfants, adhérents inscrits à un autre cours…) de pénétrer dans les salles sans l'accord préalable de l'animateur.

Article 11 : Tenue pour les activités sportives

Les participants doivent se conformer à la tenue choisie par l'animateur et adaptée à l'activité.

Article 12 : Bonne conduite / procédure disciplinaire

Les adhérents doivent se présenter à l'heure au cours. La bonne tenue des inscrits conditionne la qualité de l'animation dispensée. Tout manquement au principe de bonne conduite à l'égard d'un animateur, d'un participant ou d'un autre membre de l'Association sera sanctionné par un avertissement. En cas de récidive, la personne pourra être exclue. Toute sanction prononcée à l'égard d'un adhérent mineur sera portée, avec indication du motif, à la connaissance des parents. Le renvoi définitif est irrévocable et ne peut faire l'objet d'aucune demande de remboursement.

Article 13 : Responsabilités

L'Association se dégage de toute responsabilité en cas de vol dans les locaux et rappelle aux adhérents de ne laisser ni argent, bijoux, téléphone portable ou autre objet de valeur dans les vestiaires ou les couloirs.

Article 14 : Absence des animateurs

En cas d'absence de l'animateur, l'Association fera tout son possible pour vous prévenir dans les meilleurs délais par téléphone, par mail ou à défaut, par affichage sur les portes des locaux. Les cours annulés pour cause d'arrêt maladie des animateurs ne sont pas rattrapés. Au-delà de 3 cours consécutifs non assurés par un animateur ou son remplaçant, ou si aucune solution de remplacement n'est trouvée, l'Association s'engage à rembourser le nombre de cours manquants (hormis les 3 premiers cours).

Article 15 : Absence des participants

Dans la mesure du possible, toute absence d'adhérent doit être signalée dans les meilleurs

délais à l'animateur ainsi qu'à l'Association.

Article 16 : Spectacles

La présence des adhérents et de leur famille est vivement souhaitée aux spectacles organisés par l'association. L'absence prévue d'un adhérent au spectacle de fin d'année de son activité doit être annoncée à l'animateur le plus tôt possible.

Article 17 : Personne à contacter / responsable de l'activité

Chaque activité a un responsable qu'il convient de contacter pour toute question relative à celle-ci. Les coordonnées du responsable sont notées dans le livret et vous êtes invités à les conserver pour la durée de la saison.

Article 18 : Droit à l'image

Tout adhérent adulte et/ou titulaire de l'autorité parentale sur un adhérent mineur devra stipuler par écrit son autorisation ou son refus de diffusion d'image pour toutes les photos et/ou vidéos prises à des fins uniques de communication et de promotion des activités de l'association sur les supports actuels (site Internet et page Facebook de l'association, vidéos de spectacles/manifestations, prospectus, flyers, affiches, journaux communaux et régionaux).

Article 19 : Utilisation des données / droits des adhérents

Hormis les prises de vue (article 18), les autres données recueillies aux inscriptions sont destinées au secrétariat dans la seule finalité de gestion administrative des adhérents. En application du Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD) entré en vigueur le 25 mai 2018, l'adhérent bénéficie d'un droit d'accès, de rectification / effacement, de limitation du traitement et d'opposition aux traitements de données à caractère personnel comportant des informations le concernant.

Covid et Pass Sanitaire *La situation s'est largement améliorée et la France est sortie de l'état d'urgence sanitaire. Nous nous réservons le droit de modifier, dès que la situation l'imposera, les règles d'accueil, le nombre d'adhérents par activité, et si nécessaire l'organisation générale de notre association.*

ARTS PLASTIQUES

Enfants Ado

Au programme cette année, la couleur :

- Sculpter la couleur avec des animaux à écailles tels que le caméléon
- Plonger dans la couleur avec des monochromes grands formats
- Dire la couleur avec un alphabet illustré
- Tisser la couleur avec des collages
- Aborder le noir avec l'univers de la bande dessinée
- Modeler la terre et la décorer avec des couleurs naturelles
- Peindre à l'aquarelle des paysages aux couleurs atmosphériques
- Les couleurs tendances dans la mode collection hiver 2024 à inventer

Animatrice : Martine TRELLU
Responsable : Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Eveil (primaire du CP au CM2)
Mardi de 16 h 45 à 17 h 45
Participation financière : 143 €

Enfants – ados (CM2 et collège)
Mardi de 18 h à 19 h 15
Participation financière : 176 €

Enfants – ados (du CE1 à la 5e)
Mercredi de 17 h 15 à 18 h 15
Participation financière : 143 €

Salle Cézembre – Espace Evasion
1re séance le 17 septembre

ARTS PLASTIQUES

Ados – Adultes

Au programme cette année, l'approfondissement du travail sur la couleur :

- Focus sur le vert végétation avec la technique du monotype, le noir avec scène de chaos et le jaune tramway.
- Les cahiers d'histoire de l'art avec l'étude d'un peintre : Egon Schiele et ses corps contraints et Toulouse Lautrec et ses corps esquissés.
- Les aventures du quotidien autour d'objets : la radio rouge, la tasse de café, la cocotte minute, les pinceaux.
- Le bestiaire de Fanch Moal, un artiste breton contemporain.

Animatrice : Martine TRELLU
Responsable : Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Ados (3e et lycée)
Mercredi de 18 h 30 à 20 h
Adultes
Mercredi de 18 h 30 à 20 h 30
Jeudi de 19 h 45 à 21 h 45

Participation financière :
Ados : 199 € Adultes : 267 €

Salle Cézembre – Espace Evasion
1res séances : 18/19 septembre

ATELIER
AQUARELLE

Les aventures du quotidien autour d'objets tels que des bijoux, un évier, des pinceaux, une tasse de café

● Les cahiers d'histoire de l'art avec l'étude des portraits de Titouan Lamazou et les silhouettes d'Egon Schiele et de Toulouse Lautrec.

● La douceur angevine avec un travail sur les reflets, les villages sur les bords de Loire dans un esprit carnet de voyage dessin aux feutres aquarellés et travail sur papier de couleurs.

Animatrice :
Martine TRELLU

Responsable :
Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Lundi de 14 h à 16 h
Participation financière : 271 €

Salle Cézembre – Espace Évasion

1re séance le 16 Septembre

Stage aquarelle sur inscription
Samedi 18 janvier 10h – 16h
avec Catherine Rey
matériel non compris.
65 € le stage
(+ 3€ si non adhérent)

ATELIER DESSIN

Adultes

Encre de chine, fusain, feutre, crayon de couleur, crayon graphite pour une diversité de technique est le programme de l'année.

- Parmi les nouveautés techniques nous explorerons les pastels gras sur papier spécial.
- C'est également le retour du portrait avec étude des proportions et des valeurs.
- L'artiste de l'année sera Fanch Moal, un peintre breton contemporain, avec son bestiaire expressionniste.
- Avec l'heure du thé et du café, nous continuerons nos séances natures mortes du quotidien

Animatrice :
Martine TRELLU

Responsable :
Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Lundi de 10 h à 12 h
17 séances
Participation financière : 155 €

Salle Cézembre – Espace Évasion

1re séance le 16 Septembre
Pas de cours d'essai

BILLARD

Ados – Adultes

Dans une ambiance détendue, tous les 15 jours, venez découvrir ou progresser au billard anglais type Pool.

Le matériel est fourni.

Des rencontres seront possibles en fin d'année avec les clubs des communes avoisinantes.

Responsable :
Raphaël REVERDY
raphaël_reverdy@hotmail.fr
06.50.12.89.37

Mercredi de 20 h 15 à 22 h 15

Participation financière : 20 €

RDC de la salle des commissions entre la mairie et la boulangerie des Arcades.

CERAMIQUE

Ados – Adultes

Terre faïence noire et blanche, engobes et émaux, barbotine de coulage et acrylique et cirage, voici le panel des matières premières utilisées pendant cette année.

Les sujets :
- DUO de bouteilles noires et blanches.
- Bas-relief DE DOS, travail de modelage et de patine.
- PAYSAGE, technique de la plaque.
- MINIATURE, exercice imposé à partir d'un socle en céramique.
- TOTEM, figure humaine stylisée Constantin Brancusi et collection du musée du quai Branly.

Animatrice : Martine TRELLU
Responsable : Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Mardi de 9 h 30 à 12 h
17 cours de 2 h 30
1re cours le 17 septembre
Participation financière : 297 €

Mercredi de 13 h 45 à 16 h 45
12 cours de 3 h
1re cours le 25 septembre
Participation financière : 256 €

Samedi de 9 h 30 à 12 h 30
12 cours de 3 h
1re cours le 21 septembre
Participation financière : 256 €
Calendrier à l'inscription

Module de 3 séances (à partir de 15 ans) : Jeudi de 14 h 00 à 16 h 30 : 14/11, 21/11, 12/12/24.
58 € + 3€ si non adhérent

Salle Cézembre - Espace Évasion
Terre, plâtre et cuisson compris.

CHORALE

Les voix de la Motte
Adultes – Ados + de 16 ans

Des chanteurs de salle de bains aux chanteurs habitués aux chants à huit voix, en passant par tous ceux qui souhaitent découvrir, soyez les bienvenus pour chanter avec nous en polyphonie !

Répertoire : chansons françaises actuelles, des années 80 à maintenant (Jean-Jacques Goldman, Kyo, Cœur de pirate, Barbara, Françoise Hardy…).

Chantons pour nous amuser et nous exprimer ensemble à travers la musique !

Cheffe de Choeur :
Isabelle MARSAC

Contact :
chorale.montgermont@gmail.com
ou Jean-Yves
06.74.68.23.18

Lundi de 19 h à 20 h 30
en période scolaire
Participation financière : 191 €

Dans les locaux de la Maison Héléna, au coin de la rue des Riedones et de la rue Pierre Texier

1re séance le 16 Septembre 2023

COUTURE
Enfants – Adultes

Vous souhaitez apprendre à coudre, vous perfectionner, ou tout simplement et surtout vous faire plaisir, que vous soyez débutants ou initiés, dans une ambiance conviviale, je vous accompagne dans la réalisation de vos projets (vêtements, accessoires, déco, customisation…).

Chacun avance à son rythme, en fonction de son niveau et de ses attentes tout en acquérant le savoir faire et les techniques nécessaires.

La machine à coudre, la surjeteuse, la lecture d'un patron, le montage du vêtement, les finitions main, l'initiation au modélisme… n'auront plus de secret pour vous !

Animatrice :
Cécile HUCHET
cecile.hu@orange.fr
Responsable : Isabelle DEU
isabelle.deu.lafosse@gmail.com
06.83.36.56.25

Adultes (18 séances/an)
Lundi 9 h 30 à 12 h 00
Lundi 19 h 45 à 22 h 15
Mardi 9 h 30 à 12 h 00
Mardi 19 h 15 à 21 h 45
Enfant 6 à 15 ans (18 séances/an)
Mercredi : 14 h 00 à 16 h 00

Participation financière :
Adultes : 272 € - Enfants : 208 €

Salle Bréhat - Espace Évasion
Calendrier à l'inscription

6 participants minimum pour ouvrir le cours. 8 participants maximum par cours. Pas de cours d'essai.

COUTURE - ATELIER

Adultes
Stages de 6h

Vous êtes disponibles quelques vendredis ou samedis de temps à autres ? Vous ne souhaitez pas vous engager sur une activité régulière, tout au long de l'année ?

Une fois par mois, nous vous proposons des « ateliers à la journée » d'une durée de 6 heures.
Vous pourrez vous initier à l'utilisation d'une machine à coudre, d'une surjeteuse, ou à la lecture d'un patron.
Ou bien, pour les plus confirmés, confectionner un vêtement sur la durée de ce stage.

Animatrice :
Cécile HUCHET
cecile.hu@orange.fr
Responsable : Isabelle DEU
isabelle.deu.lafosse@gmail.com
06.83.36.56.25

Dates fixées en concertation entre les participants et l'animatrice.

Participation financière : 50 € pour les adhérents (+ 3€ si non adhérent)

Salle Bréhat - Espace Évasion
Calendrier à l'inscription

Ouverture des ateliers en fonction de la demande, pour 6 participants minimum et 8 maximum.

DANSE MODERN JAZZ

Pour les plus petits, dès 5 ans (voire 4 ans en fonction du nombre d'inscrits), Sarah, diplômée d'état, entamera le début du travail corporel, les possibilités de déplacements en rythme dans l'espace, seul ou en groupe et l'approche des émotions.
Les cours sont destinés à tous : filles, garçons, enfants, adultes. Pour toutes et tous, la danse jazz apportera souplesse, équilibre et tonicité et permettra d'exprimer une sensibilité liée au rythme de son corps, de celui des autres et de la musique.
Quel que soit votre niveau, venez partager un moment de joie et de dépense saine. Les élèves pourront changer de groupe en fonction de leur niveau sur proposition du professeur.
La répartition par âge est indicative et pourra dépendre du nombre d'inscrits.
Une présentation publique clôturera l'année.

Professeur : Sarah JEZEQUEL
Responsables :
Anne VIMONT - Claire TEISSEDRE
danse.guedolivet@gmail.com

Lundi :
17 h 00 à 17 h 45 (3/4h), 5-7 ans
17 h 45 à 18 h 45 (1h), 8-10 ans
18 h 45 à 19 h 45 (1h), 11-15 ans
19 h 45 à 21 h 00 (1h15), débutants, dès 16 ans et adultes
21 h 00 à 22 h 30 (1h30), inter/avancé, dès 16 ans et adultes

Horaires susceptibles de modification

Participation financière :
112 € pour 3/4 h
151 € pour 1h
202 € pour 1 h 1 5
244 € pour 1 h 30

1re séance le 16 septembre
Salle Houat - Espace Évasion

Tenue : leggings, tee shirt, chaussettes (pas de chaussons rythmiques), cheveux attachés.

DANSE HIP HOP
Enfants – Ados

La danse est une partie importante de la culture Hip-Hop, regroupant différents styles et manières de la pratiquer. Le breakdance mélange danse debout, figures, danse au sol ainsi que des mouvements acrobatiques et aériens.
L'apprentissage comprend les mouvements fondamentaux, l'écoute de la musique, du rythme, de la musicalité et le développement de la créativité, ainsi que la découverte de la culture qui entoure cette danse. Venez découvrir cet univers et expérimenter également les autres styles de danse Hip-Hop. Les élèves pourront changer de groupe en fonction de leur niveau sur proposition du professeur.

Professeur :
Ivan Stanimirovic

Responsable :
En attente de volontaire !
assoleguedolivet@gmail.com

Mardi
Débutants 1re année (7 à 10 ans)
17 h 00 à 17 h 45
Enfants Niveau 1 (7-10 ans)
17 h 45 à 18 h 45
Collégiens niveaux 1 et 2
18 h 45 à 19 h 45

Participation financière :
Débutant (45') : 118 €
Avancé (1 h) : 158 €

1re séance le 17 septembre
Salle Houat- Espace Évasion

GYMNASTIQUE LOISIR

Enfants – Ados

S'amuser et progresser

Dès 6 ans.

Une activité parfaite pour toi, fille ou garçon, si tu aimes faire des figures au sol et explorer les agrès (poutre, barres…).

Tu pourras apprécier les capacités de ton corps et progresser tout en t'amusant !

Animateur:
Aubin MOIZAN
Responsable :
Marie-Bérénice ROCHER 06 81 77 00 57
marie_b_213@hotmail.com

Mercredi

- Baby Gym 4 – 6 ans : 13 h 30–14 h 40
- débutants 6 ans et + : 14 h 45–16h 10
- confirmés 6 ans et + : 16 h 15–17 h 00
- confirmés 9 ans et + : 17 h 05–18 h 30

Les horaires sont susceptibles de variation en fonction des inscriptions. Ils seront précisés en septembre.

Participation financière :
Baby Gym : 102 €
Débutant 159 € - Autres 197 €

1re séance
mercredi 18 septembre

Salle annexe des Courtines

PARKOUR ACROBATIQUE

Enfants – Ados

Tester ses limites en toute sécurité

Dès 8 ans.

Viens développer tes capacités d'adaptation physique dans un jeu d'appréhension d'obstacles et d'acrobaties techniques ! Tu apprendras à allier force et puissance dans un cadre sécurisé.

Animateur:
Aubin MOIZAN
Responsable :
Marie-Bérénice ROCHER 06 81 77 00 57
marie_b_213@hotmail.com

Mercredi
Tous niveaux 8 ans et + :
18 h 30 – 19 h 45

Les horaires exacts seront précisés en septembre, en fonction des inscriptions.

Participation financière :
173 €

1re séance
mercredi 18 septembre

Salle annexe des Courtines

JEUX DE SOCIÉTÉ MODERNE

Adultes et ados 14 ans et +

Vous cherchez des partenaires ou vous souhaitez découvrir les jeux de société actuels ?

Nous vous proposons des jeux, pour tous et aussi pour les « experts » (Terraforming Mars, Ark Nova, Barrage, Brass, Arnak, Dune, Res arcana, Scythe, Praga…).

Venez nous retrouver pour des soirées détente avec plus ou moins de challenge intellectuel selon vos goûts.

Responsables :
Bernard VALTON
bernard@valton.name
06.89.86.95.56
Gilles BERTHELÉ
g.berthele@gmail.com
06.78.76.59.73
Tous les mercredis :
20 h – 22 h 30

Participation financière : 18 €
1re séance le 11 septembre

Salle Hoedic - Espace Évasion

Nombre de places limité
(20 par groupe)

LOISIR CREATIF

Vous aimez créer, bricoler, faire plaisir et vous faire plaisir !?

L'atelier Loisirs créatifs propose, une fois par mois, divers travaux de cartonnage et d'encadrement dans une ambiance très sympathique.

Animatrice et Responsable :
Christiane MICHEL
02.99.68.83.09

Mardi de 9 h 30 à 16 h 30
Jeudi de 9 h 30 à 16 h 30
Une fois par mois : calendrier fourni à l'inscription

Participation financière : 53 €

Salle Bréhat - Espace Évasion

COURS COMPLET

OENOLOGIE

Les séances d'oenologie ont lieu le jeudi, 1 fois par mois, hors vacances scolaires.

Les séances sont animées par David, un professionnel avec triple casquette : négociant en vin, animateur de soirée dégustation et passionné… Ambiance très sympathique garantie !

A titre d'exemple, quelques thèmes abordés en 2023-2024 : Languedoc, Alsace, Margaux, Porto et Madère, Anjou blanc, dégustation à l'aveugle.

Une soirée barbecue et une sortie dans un restaurant gastronomique pourront être organisées au cours de l'année.

Responsable
Raphaël REVERDY
raphael_reverdy@hotmail.fr

Animateur :
David Galopin
david.galopin@galopvinco.com

Jeudi à 20 h 30

Participation financière :
104 €
7 séances
La 1re séance sera précisée par mail aux inscrits

Salle Belle-Ile - Espace Évasion

OENOLOGIE

Soirée dégustation

Vous souhaitez découvrir l'univers fascinant de l'oenologie ? Vous rêvez d'une soirée conviviale avec une introduction aux différentes régions viticoles, cépages et techniques de vinification ? Laissez vous guider par David, négociant en vin, animateur, œnologue et passionné. Il sélectionnera des vins avec lesquels vous apprendrez à différencier les nuances, à reconnaître les arômes et à comprendre les accords mets-vins.

Ces quatre soirées organisées dans le courant de l'année sont ouvertes à tous, néophytes ou connaisseurs.

A s'offrir ou à offrir... bonne dégustation !

Animateur et responsable :
David Galopin
david.galopin@galopvinco.com

Séance le lundi à 20h30

Participation financière pour une soirée
26€/séance (+3€ si non adhérent),

Salle Belle-Ile - Espace Évasion

Possibilité de s'inscrire aux quatre séances. Dates prévues sous réserve d'un nombre suffisant d'inscrits : 20 janvier, 17 février, 24 mars

RANDONNEES PEDESTRES

Les sorties sont programmées soit pour l'après-midi, soit pour la journée complète à la belle saison. Pour les randonneurs du dimanche, une sortie de 2 jours est organisée en mai ou juin. Le déplacement jusqu'au lieu de départ se fait en covoiturage avec participation aux frais de route. Les circuits sont variés avec des distances de 9 à 13 km pour la demi-journée, de 18 à 22 km pour la journée. Il est obligatoire de s'équiper de chaussures de randonnée.
Un calendrier est établi en début de saison et remis aux adhérents lors de la première sortie.
Les randonnées du dimanche comme celles du lundi sont ouvertes à tous les adhérents à l'activité.
1re randonnée : lundi 9 septembre.

Le lundi
Départ Parking Espace Évasion
• à 13 h 20 pour la demi-journée
• à 8 h 50 pour la journée
Responsable :
Gilberte DESBORDES 07.87.38.95.88
Chefs de file :
Maryvonne SAUSER 06.83.82.01.53
Jean Paul POURRET 06.06.78.49.98
Olivier DESBORDES 02.99.33.79.88
Pascal GUEGO 06.45.05.43.36

Le week-end (un dimanche/mois)
Départ Parking Espace Évasion
• à 13 h 15 pour la demi-journée
• à 9 h 00 pour la journée
Responsables :
Michel LEMARCHAND 06.32.43.62.65
René BOURIAU 02.99.68.81.18
Jacky JOUFFE 02.99.23.79.87

Participation financière :
39 € (licence FFRP incluse)
Certificat médical obligatoire

SCRABBLE DUPLICATE

Le duplicate est une variante du jeu de scrabble qui, contrairement au jeu de famille (ou partie libre), élimine totalement la part de hasard due aux tirages. Il garde cependant les mêmes règles quant aux mots admis et à la manière de compter les points.

Ainsi, durant toute la partie, les joueurs jouent à chaque coup avec les mêmes lettres et sur la même grille de référence, chacun totalisant ses propres points, permettant une confrontation par rapport au cumul idéal appelé «top».

Responsables :
Dominique MOUREAUD-DERRIEN
domimoureaud@gmail.com
06.95.76.79.96
le vendredi de 14 h à 16 h 30

Pierre GERMAIN
germain.pie@gmail.com
02.99.68.79.61
le lundi de 19 h 45 à 22 h

Participation financière :
10 €

1res séances le **16** et le **20** septembre
Pas de cours semaine **22** (Ascension)

Salle Hoëdic - Espace Évasion

SOPHROLOGIE

La sophrologie est une méthode qui vise la détente corporelle et mentale. Il s'agit de :

- se recentrer sur soi (la respiration, les sensations) ;
- ressentir le corps (la relaxation, les mouvements) ;
- dynamiser le positif (ce qui va bien, les ressources).

La sophrologie s'adresse à toute personne motivée, quels que soient l'âge et la condition physique. Elle est accessible à tous : la personne est libre de choisir sa position, de faire ou de ne pas faire un mouvement, d'adapter les propositions du sophrologue.

Animateur :
Bertrand CULERIER
Responsable :
Caroline GARANCHER
caroline.garancher@free.fr
06.51 01 42 84

Lundi de 18 h 30 à 19 h 30
Participation financière : 193 €
1re séance le lundi 16 septembre

Espace Evasion Salle Bartok

TAI CHI CHUAN
QI GONG

Art martial chinois, le Tai Chi Chuan s'est affiné au fil des générations en un enchaînement de mouvements lents, continus et toniques, une méditation en mouvement propre à améliorer la santé et le bien-être.

Nul besoin d'être souple ou sportif pour commencer à pratiquer, on s'accepte tel que l'on est.
« Mouvement aux trois mille remèdes », le Tai Chi Chuan conjugue concentration, calme, coordination endurance, maitrise de soi et développement de l'énergie.
Une pratique régulière renforce le système immunitaire, rend serein et alerte, affine les sens, contribue à l'harmonisation du corps, des émotions et de l'esprit.

Animatrice :
Christelle LEBRETON
06 33 15 82 89
Responsable :
Anne-Sophie Paty
annesophie.paty@free.fr
06 69 52 14 87

Groupe 1
Mardi 20 h 00 – 21 h 15
Salle Houat - Espace Évasion
Groupe 2
Vendredi 9 h 30 à 10 h 45
Salle Houat - Espace Évasion

Participation financière : 216 €
places limitées à 15 par groupe
1re séance le 17 septembre
Pas de cours semaine 22 (Ascension)

Tenue adaptée : vêtements amples en coton uni, sans impression et chaussures basses souples.

THÉÂTRE

Enfants/Ados - Adultes

Chaque tranche d'âge a son atelier théâtre. A tout âge, il est possible de jouer la comédie, découvrir comment se préparer au jeu d'acteur, créer des personnages et réaliser un spectacle pour et avec les autres.

Chaque atelier est limité à 14 participants.

Les groupes seront constitués en fonction des inscriptions.

Animateur :
Alain PETIT

Responsable :
En attente de volontaire !
assoleguedolivet@gmail.com

Lundi : 19 h 30 à 21 h 30
Adultes

Mercredi
Enfants 7-10 ans : 14 h – 15 h 30
Ados 11 ans et + : 15 h 30 – 17 h

Horaires susceptibles d'être modifiés en fonction du nombre d'inscrits.

Participation financière :
200 € pour 1 h 30 (enfants-ado)
270 € pour 2 h (adultes)

Salle Yves Montand - Espace Évasion
1er atelier le 20 septembre

YOGA

C'est un moment privilégié de rencontre avec soi-même qui allie pratique posturale et respiratoire en conscience.

Progressivement, une détente du corps, du mental, l'accueil de ce qui est là, le goût du moment présent, dans l'effort juste pour soi… peuvent apparaître durant la séance et perdurer dans le quotidien.

Professeur :Fabienne ALLAIN
Responsable : Eliane RAMBAUD
eliane.rambaud@orange.fr
06.77.86.94.76
• **Mercredi 17 h 15 à 18 h 30**
• **Mercredi 18 h 45 à 20 h**
Salle Y. Montand, Espace Évasion
1re séance le 18 septembre

Professeur : Sylviane DELOURMEL
Responsable : Frédérique Jaffré
fredjaffre@yahoo.fr
06.82.94.87.63
• **Jeudi 19 h 00 à 20 h 15**
Salle Y. Montand, Espace Évasion
• **Jeudi 20 h 30 à 21 h 45**
Salle Houat, Espace Évasion
1re séance le 19 septembre

Participation financière : 222 €

Equipement :chacun(e) vient avec son tapis.

SECTIONS BÉNÉVOLES

Vous avez des compétences, du temps libre… : rejoignez notre section bénévole pour une action ponctuelle, sans forcément vous engager plus. Quelques exemples des besoins de votre association : aides aux spectacles, costumes, lumières, buvettes, communication… Téléthon, et autres…

Laissez vos coordonnées à un responsable d'activités ou sur assoleguedolivet@gmail.com et nous ne manquerons pas de vous contacter.

Vos idées pour de nouvelles activités sont également les bienvenues ! Elles seront réfléchies et si possible réalisées, n'hésitez pas à nous les communiquer : assoleguedolivet@gmail.com.

MEMBRES DU BUREAU

Le bureau de l'association, élu lors de la dernière assemblée générale qui s'est tenue le 13/12/2023, est le suivant :

- Françoise Ledos, présidente
- Christophe Surville, trésorier
- Isabelle Deu, trésorière adjointe
- Raphaël Reverdy, secrétaire

En l'absence de candidats, les postes de vice-président(e) et de secrétaire adjoint(e) n'ont pas été pourvus.

Centre d'activités Le Gué d'Olivet

Activités culturelles, sportives et de loisirs pour petits et grands

Espace Evasion – Bernard Douard
2 rue de la Motte
35760 Montgermont

Renseignements :
assoleguedolivet@gmail.com

Facebook : le gué d'olivet montgermont

Information sur les sites :
http://www.ville-montgermont.fr
http:www//leguedolivet.fr

Dessins de couverture : recto : Livia, verso : Arthur, élèves Arts Plastiques