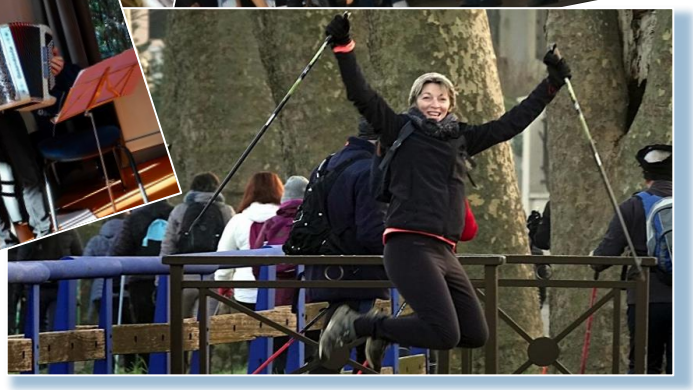
Chel' Loisirs

Notre Programme 2022 -2023



VILLE DE CHELLES

Nous contacter

CHEL'LOISIRS
Mairie de Chelles
Parc du Souvenir Emile Fouchard
77505 Chelles Cedex

Venir à la Permanence le mardi de 14h à 17h
3 rue du Temple 77500 Chelles
Ne pas adresser de courrier à cette adresse

Téléphone : 06 61 72 35 64

Site Internet : www.chel-loisirs.org

Adresse mail : clubchellois@wanadoo.fr

Vous souhaitez pratiquer une activité artistique, culturelle ou sportive,
Vous avez envie de partager ces activités en groupe et dans la bonne humeur,

Venez nous rejoindre

L'association Chel'Loisirs est un lieu d'échanges, de rencontres et de convivialité. Elle s'appuie sur le savoir-faire de bénévoles et d'auto-entrepreneurs qui animent de nombreux ateliers en partageant avec vous leurs expériences et connaissances.

Vous trouverez dans ce programme toutes les activités proposées par Chel'Loisirs ainsi que les documents nécessaires à votre inscription.

Tous les rendez-vous concernant nos sorties, randonnées, journées festives peuvent être consultés sur notre Site Internet **www.chel-loisirs.org,** et figurent dans le bulletin bimestriel de l'association en édition papier disponible dans les ateliers, à l'Espace d'Informations et d'Animations Seniors Albert Bouton, à l'Espace socioculturel Marcel Dalens des Coudreaux et à notre permanence.

Les informations mentionnées dans ce programme sont susceptibles d'évolution, de modifications et peuvent faire l'objet de mise à jour.
Nous vous invitons donc à consulter régulièrement notre site Internet **www.chel-loisirs.org** qui nous permet de vous informer rapidement de toutes modifications qui pourraient intervenir inopinément sur vos activités.

Nous espérons que la saison 2022-2023 permettra de reprendre nos activités sereinement et d'organiser nos évènements habituels : l'Assemblée générale, la galette des rois et les expositions.

Nous vous laissons découvrir les activités et ce sera avec plaisir que nous vous accueillerons au sein de notre association.
Outre les bulletins d'inscription contenus dans ce programme, vous pouvez effectuer une pré-inscription sur notre Site Internet qui sera validée dès réception du paiement et des pièces demandées (certificat médical…) ou vous inscrire lors de **la journée d'inscriptions.**

mardi 6 septembre salle Hiser de 10h à 17h.

Bonnes activités à tous,
Le bureau de Chel'Loisirs

Programme 2022-2023

P3 L'édito

Nos activités artistiques et détente - p 5 à 16
Nos activités culturelles et découvertes - p 17 à 28
Nos activités sportives et bien-être – p 29 à 37

SOMMAIRE

Les tarifs –p 38
Comment s'inscrire – p 39-40
Nous contacter - P 2

Appel à animateurs rando ou marche nordique– p 42
Pourquoi pas vous ? – p 43

Nos Activités Artistiques et détente

AQUARELLE

Ces cours s'adressent à vous qui vous intéressez à l'aquarelle et qui cherchez à l'appréhender facilement, simplement mais efficacement dans une ambiance chaleureuse et conviviale.
Quel que soit votre niveau, Viviane, peintre aquarelliste vous accompagne dans les différentes techniques pour aborder différents thèmes : Paysage, Fleurs, Portrait, Animaux, Marine…

Vous êtes invités à venir nous rejoindre pour voyager
à travers l'eau et les pigments.
N'hésitez plus un instant, vous serez les bienvenus.

Cours : 2 séances par mois de 2h30 selon le calendrier remis par l'animatrice et affiché sur le site internet : www.chel-loisirs.org

Jour	Horaires	1er cours
Lundi	de 13h30 à 16h00	26 septembre
Vendredi	de 9h30 à 12h00	23 septembre
Samedi	de 9h30 à 12h00	24 septembre
	de 13h30 à 16h00	

Lieu : Centre Ameller – Salle des ateliers

Tarif : 15 euros la séance de 2h30 – règlement directement sur place

Votre animatrice :

Viviane Gassier : 06 37 99 31 90 / 01 70 40 90 29

En savoir plus sur Viviane, découvrez son site :
aquarelleaudeladelo.jimdofree.com

Nos Activités Artistiques et détente

ART FLORAL

Chaque bouquet est l'objet d'étude et de réflexion mobilisant la créativité et l'imagination. Stéphanie votre animatrice, vous guidera pour assembler les fleurs, feuillages, branchages, fruits, bois, mousses et autres accessoires. Chose pas aussi simple qu'il y parait !

Cours : 2 séances par mois de 2 h selon le calendrier remis par l'animatrice et affiché sur le site internet : www.chel-loisirs.org

Jour	Horaires	1er cours
Jeudi	de 9h30 à 11h30	22 septembre
	de 14h00à 16h00	

Lieu : Centre Ameller - Salle des coupes

Tarif : 9 euros la séance de 2h auxquels s'ajoute l'achat des fleurs et fournitures - règlement directement sur place

Les adhérents inscrits à cet atelier doivent prévenir impérativement l'animatrice de leur absence 3 jours au moins avant une séance. Sans cela, l'achat des fleurs sera à régler par l'adhérent.

Vaccin antitétanique fortement recommandé

Votre animatrice :

Stéphanie Blech : 06 64 80 77 93

Nos Activités Artistiques et détente

BRODERIE

Pas besoin d'être une experte pour se faire plaisir en brodant.
Nicole et Sylvie vous aident à progresser et apprendre de nouveaux points dans la bonne humeur.
Venez avec des aiguilles à broder, quelques écheveaux de fil, un morceau de tissu et vous passerez un bon moment en leur compagnie.

Cours : Une séance de 2h par semaine le mardi de 17h00 à 19h00 assurée en alternance par les 2 animatrices.

Reprise des cours : mardi 4 octobre

Lieu : Centre Ameller – Salle des ateliers

Tarif : 26 euros la saison

Vos animatrices :

Nicole Le Corre : 01 64 26 27 66

Sylvie Maurice : 01 64 21 48 36
07 63 49 63 31

Nos Activités Artistiques et détente

CARTONNAGE

Belle activité manuelle créatrice que celle de créer à partir d'une feuille de carton, de colle et de papier ou tissus, une multitude d'objets comme des albums photos, des coffrets à bijoux, des boîtes à couture, des ensembles de bureau, des plateaux, des boîtes à tisanes, des porte-revues, des meubles de poupées, des range CD, des étuis à agenda, à répertoire, à chéquier, à cartes de crédit, à livre de recettes, etc.

Patricia partage avec vous son savoir-faire
et vous accompagne dans toutes vos réalisations.

Cours : 1 séance de 7 h par mois le jeudi de 9h30 à 16h30
selon le calendrier remis par l'animatrice et affiché sur le site internet : www.chel-loisirs.org

Reprise des cours : jeudi 22 septembre
Lieu : Centre Ameller – Salle des ateliers

Tarif : 270 euros pour la saison

Votre animatrice :

Patricia Cozic : 06 84 13 46 94
patricia.cozic@laboiteac.fr

En savoir plus sur Patricia, découvrez son blog : **laboiteac.fr**

Nos Activités Artistiques et détente

COUTURE

retouches ou fabrication et modelisme

TOUS NIVEAUX (débutant - intermédiaire – confirmé)

Nouvelle animatrice

Venez apprendre à coudre ou vous perfectionner à la machine et à la main.
Vous serez accueilli(e) dans la bonne humeur et bientôt tissus, patrons et techniques de montage n'auront plus de secret pour vous.
Vous n'avez pas encore de machine ? Elle vous sera prêtée le temps du cours.

Cours : 1 séance de 3 heures tous les 15 jours, selon calendrier remis par l'animatrice et affiché sur le site internet : **www.chel-loisirs.org**

Jour	Horaires	Reprise des cours
lundi	9h00 à 12h00	12 septembre
mercredi	14h00 à 17h00	14 septembre

Lieu : Centre Ameller – Salle des ateliers

Tarif : 18 euros la séance – règlement directement sur place

Votre animatrice :

Bénédicte POIRIER : 06 28 25 19 05

Bénédicte Poirier, costumière, finaliste du Concours "Un des meilleurs ouvriers de France" 2014

Nos Activités Artistiques et détente

CREATION DE MANDALA

NOUVEAU

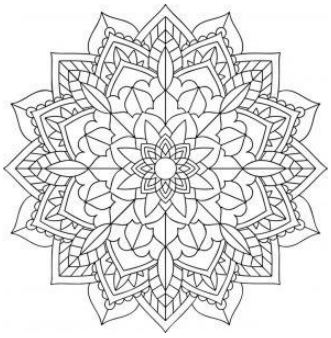
Généralement inscrit dans un cercle, le mandala est un dessin construit avec un compas, une règle, un rapporteur ou une libre inspiration... Il symbolise notre représentation du monde et notre relation à celui-ci. La couleur est un langage en lien avec nos sensations et nos émotions.

À partir du cycle des saisons et de nos 5 sens, je vous propose un voyage sensoriel pour créer vos mandalas. L'activité est créative et ludique. Elle aide au recentrage, à développer la confiance en soi et à cultiver son jardin intérieur.

Il n'est pas nécessaire de savoir dessiner.

Matériel de base : bloc type papier aquarelle 300g format A3 ou plus, compas, règle, crayons papiers, gomme et crayons aquarellables.

Pour la technique de collage prévoir également des magazines pour découper des images, ciseaux et bâton de colle.

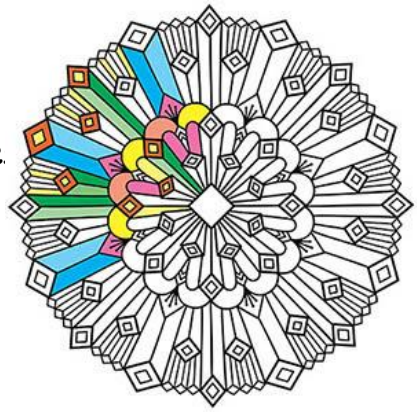


Cours : 10 Séances de 2h30 pour la saison,
le jeudi de 9h30 à 12h

1er cours : 29 septembre

Lieu : Centre Ameller Salle de Ateliers

Tarif: 150 € les 10 séances



Votre animatrice :

Paula Gabinski-Ratsimba : 06 63 07 68 09

En savoir plus, découvrez le site : **www.lesinstantsyoga.org**

Nos Activités Artistiques et détente

ENLUMINURE

Une **enluminure** était une peinture ou un dessin, exécuté à la période du Moyen âge à la main, principalement par les moines qui décoraient les manuscrits par des lettrines et illustrations de scènes figuratives (**miniature**).
Si l'histoire des livres au Moyen-âge et leur ornementation vous intéresse, si les couleurs des enluminures vous enchantent, si vous êtes patient et minutieux, tentez l'aventure auprès de Monique pour partager sa passion.
Aujourd'hui, l'enluminure se pratique encore sur du parchemin à partir d'une esquisse.
Les couleurs se présentent sous forme de pigments mélangés à un liant pour les faire adhérer au support et le coloriage se réalise couche par couche.
Et si vous voulez illuminer votre enluminure, vous pourrez utiliser de l'or !

Cours : Séance de 3 h, 1 à 3 fois par mois selon le calendrier remis par l'animatrice et affiché sur le site internet : **www.chel-loisirs.org**

Jour	Horaires	1er cours
mardi	9h00 à 12h00	27 septembre
	13h30 à 16h30	

Lieu : Centre Ameller - Salle des coupes

Tarif : 264 euros pour la saison

Votre animatrice :

Monique Barré : 01 43 88 75 80
ou 06 63 11 83 39

Adhérent référent : Christiane Gomichon : 06 63 94 41 44

Nos Activités Artistiques et détente

MAROQUINERIE

Lors de cet atelier créatif et manuel, apprenez à réaliser votre propre porte-carte ou un porte-monnaie en cuir ! C'est aux côtés de Laurence, maroquinière que vous découvrirez ce métier et ce s… r-faire original. Vous commencerez par choisir un motif parmi … des initiales, des animaux ou encore diverses formes telle… angle, un carré, etc… Une fois votre modèle sélecti… ec un emporte-pièce et un marteau. Laurence… comment coller les cuirs ensemble. Il n'est … e d'avoir déjà des notions en dessin, vous des… main levée ou à l'aide de calques, selon… nir, vous fabriquerez vos couleurs grâce a… e l'œuf. Enfin, vous mettrez en place les boutons
L'objecti… e est vraiment de vous guider et vous inviter à imaginer et créer un … e-carte ou porte-monnaie personnalisé à votre goût, qui vous plaise et vous ressemble afin que vous repartiez fier de vous !

L' ACTIVITE est SUPPRIMÉE

Cours : Séance de 3 h, 2 fois par mois selon le calendrier remis par l'animatrice et affiché sur le site internet : **www.chel-loisirs.org**

Jour	Horaires	1er cours
lundi	de 14h00 à 17h00	19 septembre

Lieu : Centre Ameller - Salle des coupes

Tarif : 240 euros pour la saison

Votre animatrice :

Laurence PAPIAU : 06 61 74 73 01

Nos Activités Artistiques et détente

PATCHWORK

Associer des morceaux de tissus en vue de créer des ouvrages personnels, selon les envies et les capacités de chacun, c'est çà le Patchwork
Dans cet atelier, c'est avant tout échanger des conseils pour mener à bien chaque projet. Comme pour un puzzle, la participation de tous permet de trouver la "pièce" manquante : un tissu, une association de couleurs, un avis technique, etc.
Chaque participant a la liberté de suivre (ou pas !) un thème donné par Colette ou Christiane en y apportant sa créativité et sa propre palette de nuances.

Cours : 1 séance de 3 h par mois,

- ✓ Débutants : mardi de 9h00 à 12h00
- ✓ Confirmés : mercredi de 9h00 à 12h00

selon le calendrier remis par l'animatrice et affiché sur le site internet **www.chel-loisirs.org**

Reprise des cours : mardi 20 septembre / mercredi 21 septembre

Lieu : Centre Ameller – Salle des ateliers

Tarif : 26 euros pour la saison

Vos animatrices :

Colette Lasnier : 01 43 32 50 37 ou 06 10 66 66 22

Christiane Plainard : 01 60 08 27 55

Nos Activités Artistiques et détente

PEINTURE ACRYLIQUE

L'acrylique, technique abordable par tous, permet des résultats proches de l'aquarelle ou de l'huile. Même si vous ne maîtrisez pas le dessin ou la peinture, vous pourrez laisser votre imagination vous guider.

Dans cet atelier, point de professionnel, mais une ambiance joyeuse et studieuse orchestrée par Annie ou Arlette et où chacun se complète par son expérience ou sa vision, pour une harmonie de l'œuvre ou une valorisation de l'artiste.

Peinture moderne, à séchage rapide et nettoyage facile, elle s'exécute sur pratiquement tous les supports : bois, métal, toile, médium, papier. Il vous sera donc possible de rénover, customiser tout objet, en quelques séances.

Cours : 1 séance de 3h, le vendredi de 14h00 à 17h00 tous les 15 jours selon le calendrier remis par les animatrices et affiché sur le site **www.chel-loisirs.org**

ATTENTION : l'inscription à un cours ne permet pas l'accès à l'autre cours

Reprise des cours : Arlette : vendredi 30 septembre
Annie : vendredi 14 octobre

Lieu : Centre Ameller – Salle des ateliers

Tarif : 26 euros la saison

Vos animatrices :

Annie Delavier : 06 81 23 73 84 (groupe AD)
Arlette Terrier : 06 95 92 97 92 (groupe AT)

Nos Activités Artistiques et détente

PEINTURE SUR SOIE

Vous rêvez de peindre sur de la soie mais cela vous semble délicat, et pourtant cette technique n'est pas si difficile à acquérir.
Sylvette vous accompagne dans les nombreuses techniques, en utilisant divers ingrédients : cire, sel, gutta. Nul besoin de savoir peintre et dessiner, lorsque vous maîtriserez la technique de base, vous serez à même de réaliser des foulards, vêtements, coussins et pourquoi pas, des abat-jour, tableaux, et même des paravents !

Venez pratiquer cette activité dans la bonne humeur et la convivialité !

Cours : 1 séance de 2 h45 par semaine le mardi de 14h00 à 16h45

Reprise des cours : mardi 4 octobre

Lieu : Centre Ameller – Salle des ateliers

Tarif : 26 euros pour la saison.

Votre animatrice :

Sylvette Meziere : 06 60 56 98 77

Nos Activités Artistiques et détente

PERLES

Une aiguille, du fil et quelques perles : voilà le matériel pour vous lancer dans l'apprentissage du tissage de perles.

Dès la première séance, Martine vous apporte les bases pour que vous puissiez réaliser des modèles simples.
Au fur et à mesure vous apprendrez des techniques différentes, vous permettant de varier les modèles.
Une fois que vous aurez apprivoisé ces techniques, vous pourrez laisser libre cours à votre imagination pour varier les motifs, les couleurs et réaliser des bijoux personnalisés.

Cours : 2 séances de 3 h par mois, le mercredi de 9h30 à 12h30
selon calendrier remis par l'animatrice et affiché sur le site internet : **www.chel-loisirs.org**

Reprise des cours : mercredi 12 octobre

Lieu : Centre Ameller
Salle des coupes

Tarif : 26 euros la saison

Votre animatrice :

Martine Riffault : 06 20 31 26 75

Nos Activités Culturelles et découvertes

Atelier Théâtre – Chel en scène

Pour faire du théâtre, il ne vous suffit pas d'apprendre un texte et de vaincre votre trac. Il faut aussi interpréter le texte d'un auteur en s'exprimant par le verbe mais aussi par le corps en utilisant les techniques de respiration, diction, placement, volume des voix. C'est aussi pouvoir analyser un texte pour en définir les intentions et cerner le caractère des personnages.

Jacqueline vous accompagne et vous guide pour développer votre confiance en vous, vos capacités d'écoute et maîtriser vos émotions.

Les adhérents à l'atelier théâtre "Chel'en Scène" nous présentent des sketchs et des comédies, sur scène, plusieurs fois dans l'année.
C'est pour cette raison que faire partie d'une troupe de théâtre c'est s'intégrer dans un projet théâtre qui nécessite une disponibilité, un respect des consignes du metteur en scène et une assiduité aux répétitions.

Cours : 1 séance de 4h par semaine le mercredi de 14h à 18h
et un ou deux vendredi par mois

Reprise des cours : mercredi 7 septembre

Lieu : Salle Hiser le mercredi
Salle Albert Caillou le vendredi

Tarif : 26 euros la saison.

☝ Pour cette saison, la troupe est complète.
Inscription réservée aux anciens de l'activité

Jacqueline Mousqué : 06 87 53 74 44

Nos Activités Culturelles et découvertes

Chorale "Paroles et Musique"

La chorale "Paroles et Musique" interprète des chansons françaises des années 50, 60 et 70 mais aussi des airs d'autres origines comme la Russie, les Etats-Unis, l'Amérique du sud, l'Afrique du sud mais toujours en Français, accompagnée de trois musiciens.
Un texte intéressant, une jolie mélodie sont les conditions pour qu'une chanson rejoigne son répertoire.

Les choristes de "Paroles et Musique" se produisent plusieurs fois dans l'année, participant à des manifestations festives ou présentant une sélection de leur répertoire dans les résidences pour séniors de Chelles. C'est pour cette raison que l'inscription à la chorale sous-entend de s'astreindre à une certaine assiduité et à participer aux prestations en public.

Cours : 1 séance d'1h45 par semaine, le mardi de 14h15 à 16h00

Reprise des cours : mardi 13 septembre

Lieu : Salle Hiser

Tarif : 26 euros la saison

Avant votre inscription, vous devez contacter impérativement l'animateur.
Le nombre de places est limité.

Jean-Paul Chevalley : 01 60 20 76 30 ou 07 51 63 94 37

Nos Activités Culturelles et découvertes

Poésie et Chanson

Vous avez un mauvais souvenir des récitations qu'il fallait apprendre par cœur à l'école communale ?
Ce n'est pas tout à fait comme ça que nous concevons la poésie à **"Poésie et chansons"**.
Venez vérifier par vous-même, soit en récitant une de vos œuvres ou celle d'un poète connu, soit en venant en simple auditeur. Il vous suffit d'être adhérent à Chel'loisirs, et de consulter les dates (un jeudi par mois) sur le programme bimestriel ou sur le site Internet www.chel-loisirs.org

FABLE EXPRESS

Ainsi se lamentait un agent de police
Chaque fois qu'il se préparait pour son service :
« Pas moyen de nouer cette fichue cravate !
Je m'y reprends cent fois et cent fois le nœud rate ! »

Moralité
L'agent ne fait pas le beau nœud

Rendez vous : 1 séance par mois le jeudi de 14h30 à 16h30

1er rendez vous : jeudi 15 septembre

Lieu : Centre Ameller – Salle des coupes

Tarif : avoir réglé uniquement son adhésion

☝ Votre animateur :

Jean-Paul Chevalley : 01 60 20 76 30 ou 07 51 63 94 37

Nos Activités Culturelles et découvertes

Informatique – 2 cours au choix

Appréhender l'univers Internet et le vocabulaire informatique

Apprendre à utiliser votre ordinateur portable, tablette ou téléphone / créer votre boite aux lettres Gmail / Vous initier à Google / naviguer sur Internet / Connaître le vocabulaire et les outils informatiques

Cours : lundi 14h00-17h00 (3 groupes de 1 heure)

Reprise des cours : lundi 10 octobre

Tarif : 26 euros la saison

Lieu : Centre Ameller - Salle des coupes

Animatrice Marie Grimaldi : 06 76 78 56 98 – choupi8@gmail.com

Découvrir ou se perfectionner dans les environnements WINDOWS et/ou GOOGLE

Maîtriser son PC Windows 10 ou ordinateur Chrome book/ gérer ses mails et ses contacts avec Microsoft Outlook ou Google mail/Surfer sur le Net avec Microsoft Edge ou Google Chrome/Utiliser le Cloud Microsoft One Drive ou Google Drive/Utiliser la visioconférence avec Skype ou Google Mett/ faire des retouches et des montages photos et/ou vidéo avec Microsoft Photo ou Google Photo/Créer et utiliser des questionnaires en ligne/Utiliser la suite bureautique Microsoft ou Google/Découvrir son Smartphone Androïd et le synchroniser avec votre ordinateur/faire de la vidéographie…Dany adapte ses cours à vos besoins.

Cours : 1 séance de 1h30 par semaine le mercredi de 9h30 à 11h00
1 séance de 1h30 par semaine le mercredi de 11h00 à 12h30

Reprise des cours : mercredi 21 septembre

Exceptionnellement, cette saison, l'atelier sera fermé de novembre à février. Vous trouverez le calendrier détaillé sur notre Site Internet

Lieu : Centre Ameller

Tarif : 16 euros la saison (en raison du calendrier restreint des cours)

Animateur Dany Mam : 06 64 39 65 47 – lokthani2@gmail.com

Avant votre inscription, vous pouvez contacter **Chel'Loisirs** si vous souhaitez des informations complémentaires.

Dépannage informatique

Depuis la saison dernière, si vous rencontrez des difficultés avec votre matériel informatique et multimédia,

Jean-Claude Denis vous propose son aide

(Installation, Dépannage, Conseils)

Vous avez besoin ***d'une aide ponctuelle*** *pour la configuration et/ou la maintenance de :*

vos Box, Wifi, ordinateur, tablette, smartphone, imprimante, scanner, TV, appareil photo……etc…

Jean-Claude DENIS, se propose de vous venir en aide bénévolement.

Vous pouvez le contacter, par téléphone au 06 61 55 75 90 ou par email : jeanclaude.denis77@gmail.com, il interviendra par tout moyen qu'il jugera approprié et qu'il vous exposera.

Nos Activités Culturelles et découvertes

Pyramide et mot de passe

Vous aimez les défis et vous creuser la tête pour trouver les mots justes, alors Pyramide est pour vous.

Un jeu d'équipe à quatre joueurs, qui consiste à faire deviner une série de mots à son partenaire (à tour de rôle), chaque série évoquant un thème.
L'objectif étant d'arriver à la pointe de la pyramide pour gagner la partie.

Christiane vous apporte toutes les subtilités des règles de ce jeu et vous fera aussi découvrir celles de "Mot de Passe"

Cours : séance de 3h par semaine, le mercredi de 14h30 à 17h30

Reprise des cours : mercredi 14 septembre

Lieu : Centre Ameller - Salle des coupes

Tarif : 26 euros la saison

Votre nouvelle animatrice :

Nicole Zereni : 06 58 21 78 45

Nos Activités Culturelles et découvertes

Scrabble

et autres jeux de lettres

Si le scrabble constitue l'essentiel de l'atelier, les autres jeux de lettres sont pratiqués pendant les vacances scolaires et à la demande pendant l'année.
Ces jeux de lettres proposés supposent une certaine vivacité d'esprit et constituent un excellent entraînement de mémoire et d'orthographe.
Le scrabble, c'est former des mots * à partir de lettres données et les poser sur le plateau de manière à remporter un maximum de points.
Au scrabble DUPLICATE, les lettres sont les mêmes pour tous les joueurs ce qui rend le jeu plus équitable et plus ludique.

Maintenant que vous connaissez le principe, venez rejoindre Jean Paul et les autres joueurs pour vous lancer dans une partie.
Remue-méninges garanti !

** autorisés par le Dictionnaire Officiel du Scrabble*

Cours : 1 séance de 2h par semaine, le vendredi de 14h00 à 16h00

Reprise des cours : vendredi 16 septembre

Lieu : Centre Ameller -Salle des coupes

Tarif : 26 euros la saison

☝ Votre animateur :

Jean Paul Chevalley : 01 60 20 76 30 et 07 51 63 94 37

Nos Activités Culturelles et découvertes

Tarot

Venez partager un moment convivial en jouant au tarot, les débutants sont les bienvenus.

Le Tarot est un jeu classique de cartes français par excellence, qui demande des facilités de réflexion. Datant de plusieurs siècles et utilisant un jeu de 78 cartes, il se joue de préférence à 3, 4 ou 5 joueurs.

Cours : 1 séance de 2h par semaine le vendredi soir de 17h30 à 19h30.

Reprise des cours : vendredi 23 septembre

Lieu : Centre Ameller – Salle des ateliers

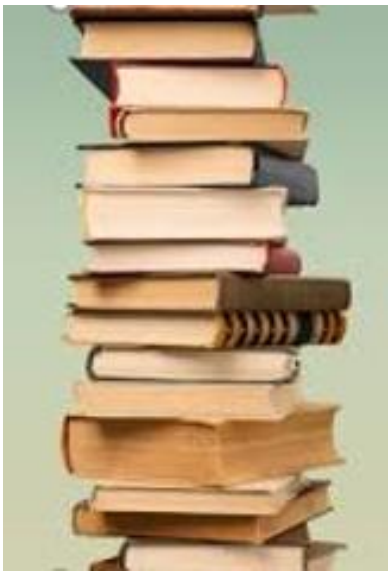
Tarif : 26 euros la saison

Votre animateur :

Guy Montagnier : 06 83 05 09 52

Nos Activités Culturelles et découvertes

La Ronde des Livres



On dit que la lecture est un plaisir solitaire, mais elle peut être aussi partagée avec d'autres.

La démarche de la ronde des livres est basée sur le prêt de livres entre membres de l'atelier, pour y dévoiler ses coups de cœur mais aussi découvrir ceux des autres.

Vous pourrez échanger avec le groupe sur un ouvrage en critiquant son style, en défendant ou attaquant la démarche de l'écrivain et en abordant des thèmes qu'on n'imaginait pas être si intéressants.

A chaque séance, vous sont proposés de nouveaux textes et des thématiques suffisamment diversifiées pour aiguiser l'intérêt de tous.

☝ Pour cette saison, l'inscription est réservée aux anciens de l'activité.

Cours : 1 séance de 2h par mois le jeudi de 14h30 à 16h30

Reprise des cours : jeudi 6 octobre

Lieu : Centre Ameller - Salle des coupes ou salle des ateliers

Tarif : 26 euros la saison

☝ Votre animatrice :

Bernadette Nicolas- 06 10 64 65 04

Nos Activités Culturelles et découvertes

OENOLOGIE

NOUVEAU

Nous vous proposons de découvrir et déguster les vins. 4 ateliers sont prévus lors de la saison 2022-2023.

L'atelier d'une durée de 1h30 comprend l'intervention d'un caviste œnologue, un support de cours et la dégustation de vins.

Cours : 1 séance de 1h30.

Reprise des cours : mardi 18 octobre de 20h30 à 22h00

L'adhésion à l'association est obligatoire pour participer aux ateliers

L'inscription préalable est obligatoire pour la participation à cet atelier (coupon réponse figurant dans le programme bimestriel)

Lieu : Salles conviviales Marcel Pagnol, 30 rue du Tir à Chelles

Tarif : 25 euros la séance.

*Adhérente référente : **Véronique Troadec** : 06 77 61 73 98*

Nos Activités Culturelles et découvertes

Sorties culturelles

Plusieurs sorties culturelles vous sont proposées par Christiane et Véronique tout au long de la saison. Partez en leur compagnie pour la journée ou simplement une matinée ou une après-midi, pour découvrir ou redécouvrir des Musées, des hôtels particuliers, des quartiers de Paris, des lieux de culture illustres ou insolites, etc.

Pour la saison 2022-2023, parmi les visites envisagées :

- ✓ Musée des égouts de la ville de Paris
- ✓ Exposition Rosa Bonheur au musée d'Orsay
- ✓ Abbaye de Saint Denis

L'adhésion à l'association est obligatoire pour participer aux sorties.

Les modalités, délais d'inscription et lieux de rendez-vous sont variables selon l'organisation des sorties et sont précisés sur le site internet et dans le programme bimestriel de la période concernée.

Sorties : Un jeudi par mois.

1ere sortie : jeudi 20 octobre

Tarif : variable en fonction de la sortie
Les sorties à la journée comprennent le transport en car, le repas au restaurant et les visites avec conférencier.
En cas d'annulation, se reporter au règlement intérieur.

Vos organisatrices :

Christiane Gomichon : 06 63 94 41 44
Véronique Troadec : 06 77 61 73 98

Nos Activités Culturelles et découvertes

Sorties spectacles théâtres parisiens

Deux fois par an, une sortie dans un théâtre parisien est proposée aux adhérents.
Les pièces retenues par l'organisatrice Christiane, dans différents théâtres, sont toujours jouées par des professionnels et connaissent un grand succès.

Pour la saison 2022-2023, le programme n'est pas encore établi. Les sorties seront annoncées sur le site internet et dans le programme bimestriel de la période concernée avec les modalités, les délais d'inscription ainsi que les lieux de rendez-vous

L'adhésion à l'association est obligatoire pour participer aux sorties théâtre.

Sorties : 2 fois au cours de la saison

Tarif : variable en fonction de la sortie

En cas d'annulation, se reporter au règlement intérieur

Nos Activités sportives & Bien-être

Gymnastique dans l'eau

Vous désirez concilier la pratique d'une gymnastique tonique excellente pour le dos, améliorer votre amplitude articulaire, venez à la piscine !

Vous profiterez ainsi des bienfaits du travail en apesanteur grâce au milieu aquatique. Pas d'appréhension : nous travaillons avec des "frites" et vous avez également la possibilité de porter votre propre ceinture.

Cours : 1 séance d'1 h le lundi de 16h00 à 17h00 (Petit Bain)
Ou 1 séance de 45 minutes le vendredi de 11h45 à 12h30 (Grand Bain)

Reprise des cours :

Lundi 12 septembre

Vendredi 16 septembre

ATTENTION
En raison des incertitudes au sujet de la date d'ouverture de la piscine et l'éventualité de la fermeture pendant une certaine période de la saison, nous vous proposons d'établir 3 chèques pour l'inscription qui ne seront débités qu'en fonction des mois d'ouverture de la piscine

Lieu : Piscine Robert Préault

Tarifs : 99 € pour 1 heure par semaine
merci d'établir 3 chèques de 33 €
75 € pour 45 mn par semaine
merci d'établir 3 chèques de 25 €

} + entrée piscine

Vous devrez établir un chèque pour l'adhésion à Chel'Loisirs et l'inscription aux autres activités.

Animateur/éducateur sportif : **Aurélie Bourre** (le vendredi)
Gérard Bourre (le lundi)

Pour des raisons évidentes de sécurité, il n'est pas possible d'effectuer une séance d'essai.

Référente piscine : **Agnès Collinet** : 06 78 86 76 25

Un certificat médical en cours de validité est obligatoire.

(Voir modalités en page 39)

Danse Country

Vous aimez le rythme country, rock, celtique, pop, latino ?
Vous avez envie de danser en groupe, en ligne et en cercle mais aussi parfois en couple ?
Retrouvez-nous chaque vendredi pour un moment de divertissement, de loisir et de détente, dans une ambiance sympathique.

Cours : 1 séance d'1h30 par semaine **le vendredi**, avec des horaires différents suivant votre niveau :

- ✓ **Niveau C1, de 10h30 à 12h00**
  pour des personnes qui n'ont jamais pratiqué la danse et pour celles qui veulent bouger sans vouloir acquérir un niveau supérieur.
  Animateur : **Jacques Barbier** : 06 35 92 47 34

- ✓ **Niveau C2 de 15h à 16h30**
  Réservé aux personnes ayant pratiqué 1 ou 2 ans.
  Animatrice : **Mireille Plainard** : 06 62 29 46 91

- ✓ **Niveau C3 de 13h30 à 15h00**
  pour des personnes plus initiées.
  Animatrice : **Georgette Maitre** : 06 77 09 81 13
  Assistante : **Michelle Gisbert** : 06 63 76 31 18

Reprise des cours : vendredi 23 septembre pour les cours C2 et C3
Vendredi 7 octobre pour le cours C1

Lieu : Salle Hiser
Tarif : 26 euros la saison

Un certificat médical en cours de validité est obligatoire
(Voir modalités en page 39)

Nos Activités sportives & Bien-être

Taï-Chi-Chuan

Dérivé des arts martiaux, le Taï-Chi est une discipline corporelle chinoise comportant un ensemble de mouvements continus et fluides, exécutés avec lenteur et précision dans un ordre préétabli.
Il met l'accent sur le lien corps - esprit, le travail de l'énergie et la maîtrise de la respiration.
Sa pratique vise à améliorer la souplesse, à renforcer le système musculo-squelettique et à maintenir une bonne santé physique, mentale et spirituelle.

Pour cette saison, l'inscription est réservée aux anciens de l'activité

Cours : 1 séance d'1h30 par semaine :

- ✓ mardi de 10h30 à 12h00
- ✓ jeudi 10h30 à 12h00

Reprise des cours : mardi 4 octobre
jeudi 6 octobre

Lieu : Salle Hiser

Tarif: 26 euros

Votre animateur :

Serge Nicolas : 06 66 14 87 50

Un certificat médical en cours de validité est obligatoire
(Voir modalités en page 39)

Yoga de Madras

"Le souffle attendrit les résistances"

Le yoga est à la portée de tous.
Liant le geste à la respiration, vous explorez avec douceur des postures en dynamique et en statique, vous invitant à une méditation posturale.
Formée à l'IFY, Yoga de Madras de Désikachar, Paula vous enseigne un yoga qui s'adapte à chacun et selon ses possibilités, utilisant des supports tels que des blocs ou une chaise. Vous progressez ainsi par étapes tout au long de l'année.
Parfois, l'animatrice introduira l'auto massage, ou des sons, ou des récits, alimentant la pratique.

Le yoga est une philosophie de vie. L'attention au souffle aide au recentrage, agissant sur le corps, le mental, le psychisme afin de se sentir bien avec soi-même.

Cours : 1 séance de 1h15 par semaine
selon calendrier remis par l'animatrice et affiché sur le site : www.chel-loisirs.org

Jours	Horaires	1er cours
Mardi (seniors)	de 9h à 10h15	20 septembre
Vendredi (adultes)	de 17h à 18h15	16 septembre

Lieu : Salle Hiser

Tarif : 240 € les 30 séances

Votre animatrice :

Paula Gabinski-Ratsimba : 06 63 07 68 09

En savoir plus, découvrez le site : **www.lesinstantsyoga.org**

Un certificat médical en cours de validité est obligatoire *(Voir modalités en page 39)*

Sophrologie

Qu'est-ce que la sophrologie ?

Méthode douce, accessible à tous, qui agit à la fois sur le corps, les émotions et les pensées. Basée sur l'écoute des ressentis, elle permet d'identifier ce qui est bon pour soi, de retrouver un état de détente, de se ressourcer et de mobiliser ses capacités pour atteindre au mieux ses objectifs.

La sophrologie utilise trois outils :
La respiration, la décontraction musculaire et la suggestion mentale positive.

Bénédicte – Sophrologue certifiée RNCP – va vous aider à les utiliser à travers deux types d'exercices :
- des exercices de relaxation, mouvements doux qui se font debout ou assis.
- une visualisation mentale d'images positives, réalisée dans un état de détente profonde.

Cours : séance de 1 h par semaine

Jours	horaires	1er cours
Jeudi	de 14h00 à 15h00	15 septembre
Vendredi	de 10h00 à 11h00	16 septembre

Tarif pour la saison : 174 € les 29 séances

Lieu : Salle Hiser, le jeudi et Centre Ameller-Salle des coupes, le vendredi.

Votre animatrice :

Bénédicte Sauval : 06 59 24 91 42

En savoir plus, découvrez le site : **www.benedicte-sauval.fr**

Nos Activités sportives & Bien-être

Activité Randonnée 1/2

Les circuits de randonnées se font aux environs de Chelles, en Ile-de-France ou aussi en régions limitrophes.
Elles sont toutes programmées hors vacances scolaires et jours fériés.

Les circuits prévus, les lieux de rendez-vous, les moyens de transport utilisés et les horaires sont indiqués sur notre site internet et sur le programme bimestriel.
Pour les départs en car, concernant surtout les circuits en régions limitrophes, une réservation est obligatoire.

Différents groupes sont définis selon la durée et l'intensité de l'effort.

- ✓ **Marche de 10 à 16 km en demi-journée ou 18 à 22 km en journée**,
  avec **Alain COMES** : 06 89 42 89 47
  Patrick FRAGNE : 06.52.80.08.06

- ✓ **Marche de 7 à 12 km en demi-journée ou de 10 à 15 km en journée.**
  avec **Marcel VALENTIN** : 06 67 78 65 80

- ✓ **Marche de 9 à 12 km en demi journée ou 15 km en journée**.
  avec **Olivier FREMIOT** : 06 81 14 50 64
  Maryse SARNELLI: 06 20 43 10 74

- ✓ **Marche de 9 à 11 km en demi-journée**
  avec **Joël CHERON** : 07 63 42 55 06

- ✓ **Marche de 6 à 8 km en journée ou demi-journée**.
  avec : **Richard DEMBER** : 06 33 86 33 99
  Josette GAUTHIER : 06.83.33.57.07
  Serge NICOLAS : 06 66 14 87 50
  François PALACOEUR : 06 30 76 02 16
  Martine TOEPP : 06 12 57 45 41

Utilisation éventuelle
Transports en commun
ou
Transport en Car

Selon le programme
Pique nique
ou
Restaurant

Denys rejoindra l'équipe dans le courant de l'année. Gérard se joindra à un groupe existant. De nouveaux animateurs intègreront l'équipe et proposeront éventuellement de nouvelles randonnées. Vous en serez informés sur les bulletins bimestriels.

Activité Randonnée 2/2

Important :
Le programme est établi par les animateurs mais toutefois il peut subir des changements pour des raisons indépendantes de leur volonté (intempéries, transports, encadrement, etc.).
En cas d'annulation, se reporter au règlement intérieur.

Chel'Loisirs admet qu'en fonction du programme proposé, les personnes inscrites à l'activité Randonnée puissent passer d'un groupe à l'autre. Cependant les animateurs ont toute latitude pour limiter la taille de leur groupe en fonction de leur capacité d'encadrement et du programme proposé.
Si vous souhaitez participer à une randonnée proposée pour un groupe qui n'est pas votre groupe habituel, contactez au préalable l'animateur concerné et assurez-vous que le rythme sera adapté à vos capacités.

Un certificat médical en cours de validité est obligatoire *(Voir page 38)*
Jour des randonnées : le lundi
Reprise des randonnées : dates indiquées dans le 1er programme bimestriel.

Tarif : 15 euros + achat de la licence/assurance de la Fédération française de randonnée (obligatoire)

Avant votre inscription, vous pouvez contacter l'animateur.trice du groupe qui vous intéresse pour d'autres informations

Ou

le Coordonnateur animateurs - Fédération Française de Randonnée :
Marcel VALENTIN : 06 67 78 65 80

Séjour Randonnée

Une ou deux fois par an, un séjour de 2 à 7 jours peut être proposé **aux seuls adhérents randonneurs**, possédant une licence assurance de la FFR.

Le groupe, d'une trentaine de personnes, part à la découverte des sentiers d'une région. Le logement se fait en général dans un village de vacances. Des randonnées sont programmées chaque jour et peuvent être complétées par des visites de villes, monuments, curiosités diverses (gastronomiques par exemple).

La région, le programme, le tarif et les modalités de participation à ce voyage seront indiqués sur notre site internet et dans notre programme bimestriel.
Une réservation accompagnée d'arrhes est obligatoire.

Nos Activités sportives & Bien-être

Marche Nordique

La marche nordique, une marche dynamique qui mobilise l'ensemble du corps et fait de plus en plus d'adeptes. La dépense d'énergie est accrue et le plaisir de la pratique arrive dès les premières foulées car la technique est simple. Elle a pour principe d'accentuer le mouvement de balancier naturel des bras à l'aide de deux bâtons et ainsi, propulser le corps vers l'avant. On va plus vite, plus loin avec moins de fatigue.
Accessible à tous, Yves et Thierry vous font découvrir cette nouvelle discipline qui séduit les jeunes ou moins jeunes et quelle que soit votre condition physique.

Séance de 2 heures avec 3 phases : échauffements, marche nordique avec exercices de renforcement musculaire et étirements puis récupération

Organisation éventuelle de week-end de Marche nordique en cours d'année.

Réunion d'information et rencontre avec les animateurs
le lundi 3 octobre à 19h00 - Salle des ateliers du Centre Ameller
pour tous les adhérents inscrits ou intéressés par la marche nordique

Jours : mercredi de 9h00 à 11h00 et/ou samedi de 9h00 à 11h00

Reprise des cours : Samedi 17 septembre
Rendez-vous à 8h45 au parking situé avenue des îles à Chelles

Tarifs : 26 euros pour la saison
licence/assurance de la Fédération française de randonnée (obligatoire)

Vos animateurs :
Yves Dutron : 06 18 70 03 04
Thierry Bourdier : 07 82 01 82 51

Le prêt de bâtons pour les séances d'essais est possible. Les places étant limitées, **les inscriptions ne seront validées qu'à l'issue des séances d'essais.**

Un certificat médical en cours de validité est obligatoire *(Voir modalités page 39)*

Comment s'inscrire ?

Adhésion à Chel'Loisirs, obligatoire pour pratiquer une ou plusieurs activités

Habitants de Chelles :	20 €
Hors Chelles :	23 €
Jeunes Chellois (18-25 ans) :	17 €

Les tarifs sont **pour la saison** à l'exception de l'aquarelle, de l'art floral, de la couture et de l'œnologie

Activités artistiques et détente	Aquarelle	15 € la séance	
	Art floral	9 € la séance	
	Broderie	26 €	
	Cartonnage	270 €	
	Couture	18 € la séance	
	Création de Mandala	150 €	
	Enluminure	264 €	
	~~Maroquinerie~~	~~240 €~~	
	Patchwork	26 €	
	Peinture acrylique	26 €	
	Peinture sur soie	26 €	
	Perles	26 €	
Activités culturelles et découvertes	Atelier théâtre "Chel'en Scène"	26 €	
	Chorale : Paroles et Musique	26 €	
	Poésie et chansons	0 €	
	Informatique	26 € ou 16 €	
	Dépannage informatique	0 €	
	Pyramide et mot de passe	26 €	
	Ronde des livres	26 €	
	Scrabble	26 €	
	Tarot	26 €	
	Œnologie	25 € la séance	
	Sorties culturelles / spectacles	Voir programme bimestriel	
Activités sportives Et bien-être	Gymnastique dans l'eau (1 h)	100 €	
	Gymnastique dans l'eau (45 mn)	75 €	
	Initiation Danse Country	26 €	
	Sophrologie	174 €	
	Tai Chi Chuan	26 €	
	Yoga de Madras	240 €	
	Randonnée	15 €	
	Marche nordique	26 €	+ licence/assurance FF Randonnée
	Séjour Randonnées	Voir programme. bimestriel	

Comment s'inscrire ?

1- Il vous suffit de remplir le bulletin d'adhésion 2022-2023 que vous trouverez sous forme papier, ou téléchargeable sur notre Site Internet. Nous vous proposons aussi de faire une préinscription sur notre Site.

Un bulletin incomplet et/ou illisible ne peut être pris en compte et vous sera retourné. Merci d'apporter un soin particulier à la rédaction de l'adresse mail qui nous permet de communiquer avec vous.

Attention : vous devez avoir 18 ans et plus pour pouvoir être adhérent et vous inscrire à des activités de l'association

C'est votre 1ère inscription à une activité sportive ?

Pour une première inscription dans une activité sportive, un certificat médical d'absence de contre-indication à l'activité sportive de moins d'un an est obligatoire.

Déjà inscrit(e) à une activité sportive lors des précédentes saisons ?

Le certificat médical, dont la validité a été portée à 3 ans, n'est plus exigé, pour une réinscription dans la même discipline, durant les 2 années suivantes.

Attention : la validité du certificat doit couvrir la totalité de la saison : jusqu'au 31 août 2023 pour les activités de randonnée et jusqu'au 30 juin 2023 pour les autres activités.

Cependant pour chacune de ces 2 années, l'adhérent doit compléter le questionnaire de santé (joint au bulletin d'inscription mais à conserver) et doit pouvoir répondre non à toutes les questions. Il atteste alors, sur la fiche d'inscription, avoir répondu non à toutes les questions. Dans le cas contraire, un nouveau certificat médical sera nécessaire.

2- Vous avez choisi une activité de randonnée et/ou marche nordique ?

Complétez et signez la demande de licence/assurance de la FFRandonnée qui est obligatoire pour pouvoir pratiquer ces activités. La licence, est valable 12 mois, à partir du 1er septembre jusqu'au 31 août de l'année suivante. Retrouvez les informations sur les licences-assurances de la FFRandonnée sur le site : www.ffrandonnee.fr

3- Calculer le montant total de votre inscription pour la saison 2022-2023

4- Etablir le chèque au nom de Chel'Loisirs.

Vous avez la possibilité de régler en 3 chèques trimestriels pour les montants égaux ou supérieurs à 160 €, à transmettre impérativement avec le bulletin d'inscription.

Comment s'inscrire ?

5- Votre dossier est bien complet ?

- bulletin d'inscription complété
- certificat médical selon les recommandations
- demande de licence-assurance si activité de randonnée /marche nordique
- chèque(s) de règlement

Pour qu'il arrive jusqu'à nous , vous avez 4 possibilités :

- L'adresser par courrier à Chel loisirs,
  Mairie de Chelles
  Parc du souvenir Emile Fouchard
  77505 CHELLES cedex
- Le déposer à l'accueil de la Mairie, sous enveloppe libellée au nom de Chel'Loisirs.
- Venir à la journée d'inscription organisée le **6 septembre – Salle Hiser**
- Le déposer à l'accueil à notre permanence le mardi de 14h à 17h, si vous souhaitez des informations complémentaires.

ATTENTION

- Les inscriptions seront enregistrées par **ordre d'arrivée des dossiers complets.**
- **L'adhésion à Chel'Loisirs est obligatoire** pour pratiquer une ou plusieurs activités. En cas d'interruption en cours d'année, pour quelque motif que ce soit, le montant de l'adhésion n'est pas remboursé.
- Aucune inscription ne sera acceptée sur le lieu de l'activité.
- Vous pouvez demander à participer à un cours gratuit d'essai, à l'exception de la gymnastique dans l'eau et des activités comprenant un transport en car, pour des raisons de sécurité et d'assurances.
- Il est préférable de contacter l'animateur avant votre venue pour qu'il puisse vous accueillir dans les meilleures conditions.
- Assurez-vous de disposer d'une assurance "responsabilité civile" pour tout dommage que vous pourriez occasionner pendant vos activités.

Les tarifs sont calculés sur la base d'un nombre minimum de participants. Si ce nombre n'est pas atteint, l'association se réserve la possibilité d'annuler l'activité concernée. La participation financière pour cette activité sera remboursée.

Nos lieux d'activités ou manifestations

Centre Ameller :

Accès par le parking de la piscine ; bâtiment situé à droite de l'Ecole Fournier :
Petit Bureau **:** 1ère pièce, à droite
Salle des Ateliers : 2ème pièce à gauche,
Salle des Coupes : fond du couloir à droite

Salle Hiser :

Accès par le parking de la piscine ; bâtiment situé à gauche de l'allée conduisant à la piscine.

Piscine Robert Préault :

Avenue Henin prolongée 77500 Chelles

Centre Culturel :

Place des Martyrs de Châteaubriant
77500 Chelles

Salle Albert Caillou :

21 avenue Albert Caillou
77500 Chelles

Appel à animateurs Randonnée et Marche nordique

Nos équipes d'animateurs randonnée et marche nordique bénévoles ont besoin d'être étoffées. ***Vous aimez et pratiquez cette activité, pourquoi pas les rejoindre ?***
Grâce à vous, la sécurité des groupes de marcheurs sera assurée et vous profiterez en même temps de votre passion.
Nous vous offrons la formation dispensée par la Fédération Française de randonnée.

Faites-le nous savoir

Vous n'avez pas trouvé, dans notre programme annuel, l'activité que vous souhaiteriez pratiquer ?
Nous prenons toutes vos suggestions de nouvel atelier.
Écrivez-nous sur notre boite mail : clubchellois@wanadoo.fr

Et si, sur cette page c'était votre atelier ?

Vous aimeriez partager vos connaissances *dans un domaine artistique, culturel ou sportif en tant que bénévole ou comme auto-entrepreneur ?*

Et pourquoi pas le tricot.

Ou encore l'informatique pour compléter l'équipe actuelle

N'hésitez pas, venez nous rencontrer à notre permanence *pour en discuter ensemble autour d'un café.*

INFORMATION

Dates de sortie du programme bimestriel :

1er programme : mardi 30 août 2022 à 15h00
2ème programme : mardi 11 octobre 2022à 15h00
3ème programme : mardi 6 décembre 2022 à 15h00
4ème programme : mardi 7 février 2023 à 15h00
5ème programme : mardi 11 avril 2023 à 15h00

Il sera également mis à disposition sur notre Site internet.

Association loi 1901
Agrément Jeunesse et Sports n° AS77071335
Agrément Jeunesse et Education Populaire n° 703359
N° Inscription à la Sous-préfecture de Meaux : W771000378
N° Inscription FFRP : 00365
N° SIRET 320751019 00029

Responsable de la publication : Madeleine LAURENT - création et mise en pages : Madeleine LAURENT
Impression : Imprimerie RGI à Saint-Thibault-des-Vignes