



# L'AEL VOUS ACCOMPAGNE

## Newsletter 36

octobre 2022



L'automne est le  
printemps de l'hiver.

*Henri de Toulouse-Lautrec*



*L'automne a frappé à notre porte. Avec lui, le temps des inscriptions pour l'accueil de loisirs, la reprise des matinées Récréajeux.*

*Face au succès de nos causettes d'été, nous poursuivrons nos rencontres le mardi matin.*

*N'hésitez pas à vous inscrire à notre sortie famille au Parc des Lutins.*

*Pour cette rentrée 2022, découvrez deux nouveaux ateliers, Upcycling et généalogie et laissez vous tenter par les séances de gym de Stéphanie*

- Inscriptions enfance/jeunesse pour les vacances d'automne
- Quoi de neuf du côté du CS AEL ?
- Sortie Famille le 23 octobre au Bois des Lutins et retour en images sur la sortie famille au Pal
- Causette automnale
- Nouveau : atelier Upcycling et atelier généalogie-
- présentation des séances de gym des mercredis et vendredis de Stéphanie
  
- Quoi de neuf de côté des Associations et des Partenaires ?
- Prochaines séances de Cinébus
- retour de Florence, Animatrice sportive

*Vous avez une question d'ordre administratif, social ou personnel.*

*Vous avez besoin d'un accompagnement ou témoignez de votre situation ?*

*Vous pouvez nous joindre par mail à l'adresse suivante : [csaelaccueil@gmail.com](mailto:csaelaccueil@gmail.com)*

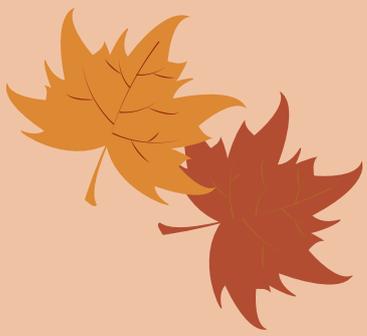


Inscriptions à l'Accueil de loisirs

Vacances d'Automne

A partir du mercredi 12 octobre 2022  
de 17h30 à 19h  
dans les locaux du CS AEL

Enfance - Jeunesse 



**Fermeture exceptionnelle**  
**31 OCTOBRE**  
Les bureaux du Centre Socioculturel seront fermés le lundi 31 octobre, l'accueil de loisirs est ouvert. Vous pouvez joindre les responsables enfance et jeunesse.  
Cécile au 06.15.80.84.26 et Jean-Baptiste au 06.79.28.41.44



**AEL** AGIR ENSEMBLE  
Centre Socioculturel Les d'Aiguebelette



**CAUSETTE**  
4, 11 et 18 octobre  
8, 15, 22 et 29 novembre  
6, 13 décembre  
**AUTOMNALE**

**MARDI de 9H30 à 11H30 à l'AEL**

Chaque mardi,  
Venez comme vous êtes, le temps d'une pause café pour se retrouver, échanger et passer un bon moment  
**gratuit, sans inscription**

arrivée et départ libres dans le créneau horaire

**RENSEIGNEMENTS AU**  
04.79.28.57.39



# QUOI DE NEUF DU CÔTÉ DU CSAEL ?



## Formation PSC1

Vous souhaitez acquérir les compétences nécessaires pour porter assistance aux personnes.

Vous désirez connaître les gestes simples qui peuvent sauver des vies et devenir le 1er maillon du dispositif de secours.

N'hésitez pas à prendre contact avec le CSAEL pour vous inscrire à la prochaine formation PSC1.

Renseignements au 04.79.28.57.39  
formation pour public adulte



**AEL**  
Centre Socioculturel  
Lac d'Alguebelette

**SERVICE BABY SITTING**  
Centre Socioculturel A.E.L.

TU AS ENTRE 16 ET 25 ANS  
TU HABITES LA CCLA  
TU AS DES DISPONIBILITÉS  
TU CHERCHES UN PETIT JOB D'APPOINT...

Le CSAEL Socioculturel AEL recherche des jeunes motivés pour rejoindre son réseau de Baby-Sitters



INFOS ET INSCRIPTIONS AU:  
04 79 28 57 39  
CSAELFAMILLE@GMAIL.COM



## Baby sitting

Un samedi par mois

# RÉCRÉA JEUX

Venez jouer et laissez-vous guider, seul ou en famille

de 0 à 99 ans\* 9H30/12H

\* Les parents restent présents pendant la séance

Arrivées et départs libres

GRATUIT

Samedi 22 octobre  
DULLIN

Au restaurant des mômes à Dullin  
Avec l'amicale participation du sou des écoles de Dullin  
« la cagnotte des mômes »  
et de la ludothèque de Dullin

**AEL**  
Centre Socioculturel  
Lac d'Alguebelette  
04 79 28 57 39  
407 route de lac: 73470 NOVALAISE  
www.centre-socioculturel-ael.fr  
CentreSocioculturelAEL

## Matinée Jeux pour tous

**SORTIE**



**FAMILLE**

# QUOI DE NEUF DU CÔTÉ DU CS AEL ?



**Sortie Famille**  
**Dimanche 23 Octobre**  
**9h - 18h**  
**Au BOIS DES LUTINS**  
DIEMOZ (38)

Entrez dans le monde féérique du petit peuple : 10 Hectares de jeux et découvertes insolites accessibles aux petits comme aux grands (parcours dans les arbres, toboggans, balançoires, cabanes, tyroliennes, filets...)

TARIFS selon QF.  
Places limitées  
Inscriptions jusqu'au 14 Octobre  
Renseignements au 04-79-28-57-39



*Venez profiter d'une Immersion en mode "aventurier" des bois pour des découvertes et parcours insolites le temps d'une journée...*

*tarifs selon QF*

*Inscriptions jusqu'au 14 octobre au CS AEL*

*Renseignements au CS AEL 04.79.28.57.39*

**Il reste des places !**





## Un mini séjour famille très réussi

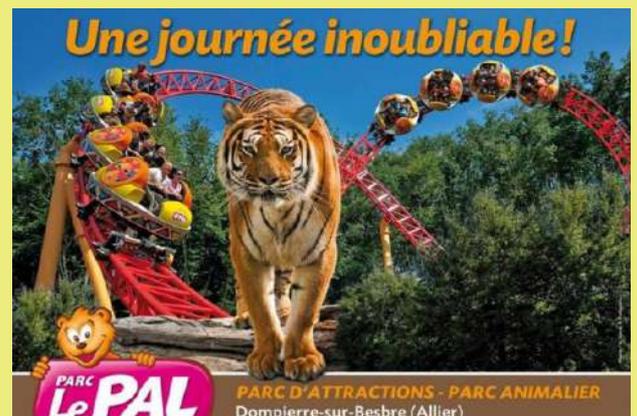
Le CSAEL a accompagné un projet de mini séjour familles les 29, 30 et 31 juillet dernier.

Le groupe est allé à la frontière de l'Auvergne et de la Bourgogne, au PAL (parc d'attraction et animalier de l'Allier) et à BOURBON LANCY (petite ville médiévale en Saône et Loire) toute proche.

L'objectif est de s'accorder une pause le temps d'un week-end, de partir de son territoire, de découvrir une destination nouvelle et inconnue, de se faire plaisir en profitant des attractions, des animaux et des spectacles du parc, de prendre du temps en famille, et de rencontrer de nouvelles personnes, faire connaissance voire lier une amitié...

Le projet se construit petit à petit avec les familles engagées sur plusieurs mois, se vit collectivement pendant 3 jours, et se poursuit ensuite jusqu'au bilan de l'action et perspectives choisies par le groupe selon ses envies.

Un bain de sourires et de joies partagées qui fait du bien ...



**Atelier gratuit sur inscription à  
l'AEL,  
enfant à partir de 6 ans  
accompagné d'un adulte**



**Lydie animatrice d'ateliers d'Upcycling**

**C'est quoi l' Upcycling ?  
C'est l'art de redonner une  
seconde vie à nos déchets !**

**Les Français jettent en moyenne 600 kg de déchets par an.  
Transformez vos objets, ne les jetez plus...**

**Satisfaction garantie !**

**Notre atelier créatif Zéro déchet Parents-enfants :  
Les Ateliers Parents-Enfants sont des ateliers créatifs et récréatifs proposés  
dans le but de partager un moment unique et mémorable en famille. En duo  
mère-fille, père-fils, tata-neveux ou grands-parents - petits-enfants etc.,  
vous  
avez le choix !**

**Le tout dans une ambiance détendue et sans prise de tête !  
A la fin chacun avec l'objet qu'il a créé**





## **19 octobre : Couronne d'automne et tasse mangeoire à oiseaux**



**Apportez si vous avez, une vieille tasse, des branches sèches suffisamment longues pour faire une couronne, des fleurs séchées, baies séchées, feuilles, pommes de pins, branches de sapin ...**



## **16 novembre : lutin scandinave**

**Apportez des vieilles chaussettes pour le corps du lutin (1 ou 2), des bouts de laine, du riz, de vieux bouts de tissus un peu rigides pour le chapeau**



## **14 décembre : photophores et cartes de vœux**



**Apportez un pot en verre (confiture...), fleurs séchées, romarin, thym ..., chutes de papier (papier cadeau usagé, papier coloré ou blanc, rouleau de papier toilette ...**

# Fiche technique Upcycling



## Hôtel à insectes dans une boîte de métal



Il nous faut une boîte de métal pour le corps, de la peinture jaune et noire, des bouchons pour les yeux, des perles et de la corde pour les pattes, une bouteille en plastique pour les ailes.



Nettoyez votre boîte en métal (enlevez l'étiquette).

La peindre en faisant des rayures jaunes et noires (on peut aussi faire une coccinelle en la peignant en rouge avec des points noirs)

Une fois la peinture sèche, coller des yeux (avec des bouchons, des perles ou des cailloux ronds)

Découper dans une bouteille vide (ou un emballage plastique) des ailes et les coller sur le dessus.

Pour finir enfiler les perles sur votre corde en faisant un nœud au bout pour faire les pattes et les coller.

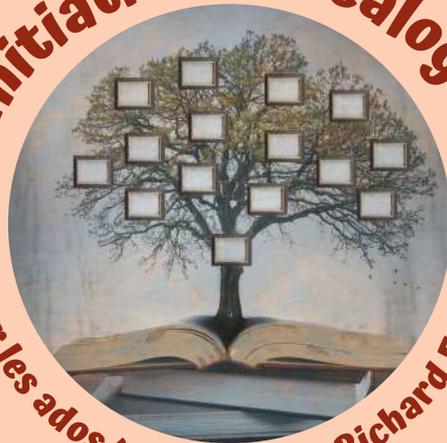
Votre hôtel à insectes est fini. Il ne reste plus qu'à le remplir de branches mortes, de feuilles, de pommes de pin, d'herbes séchées etc...



**Nouveau : deux  
mercredis par mois  
de 14h à 16h**

# Initiation Généalogie

pour les ados/adultes avec Richard EHNH



**renseignements  
et inscriptions  
04.79.28.57.39**

*La généalogie, c'est quoi ? C'est ouvrir les portes sur le temps à la recherche de ses ancêtres*

*Comment et où les chercher dans les différentes bases de données accessibles à tous : registres d'état civil, paroissiaux, recensement de population, registre matricule, tables successorales, illustrations (photos, copie de livret de famille, actes notariés)*



*Pas besoin de venir avec un ordinateur à la séance d'initiation*



*Comment on procède alors ? On partira de plusieurs cas d'exemples concrets et on remontera les siècles, de génération en génération*

*On va décortiquer les infos et les actes laissés par les anciens et ancêtres, naissance, mariage, décès, baptême, sépulture.*

*Chacun de ces actes nous fournira des indices pour remonter le temps*

*L'enquête est ouverte : La première heure consiste en une méthodologie à la recherche et mise en page des résultats (tableau, arbres, quartier d'ascendance, dossier généalogique). A l'aide de modèles exemples vous apprendrez à décortiquer, comprendre toutes les bases de données, où chercher, où trouver . Richard vous aide ainsi à avoir une vision globale de toutes les pistes possibles avec des modèles, des matrices des dossiers ... pour illustrer les recherches*



*La deuxième heure sera consacrée aux questions réponses, chacun aura des solutions, réponses et pistes de travail personnelles pour sa propre généalogie et ses cas concrets. Chacun vient avec les résultats de ses propres recherches et Richard les aiguille pour la suite... en toute confidentialité*



Stéphanie



## Mercredi « le cours qui bouge »



*Proposition dynamique dans la version fitness. Le cours est fait pour se dépenser en musique.*

*Je débute mon cours par un cardio hiit (qui sert à transpirer) avec des rythmes d'intensité variable, suivi d'un renforcement musculaire dynamique. Je m'adapte ainsi à chacun en proposant divers mouvements (avec ou sans saut, avec ou sans bras, petits ou grands pas...)*

*Je reste vigilante aux postures afin de se protéger et ne pas se blesser (d'ailleurs je propose toujours un échauffement en début de séance !!!!)*



## Vendredi "Les cours pour s'entretenir et garder la forme"

*De 8h45 à 9h45*

*Après l'échauffement, je vous propose un entraînement cardio en douceur pour faire monter la température du corps et le souffle.*

*Ensuite, renforcement musculaire avec des postures statiques et dynamiques. La séance se termine sur des étirements*

*De 10h à 11h*

*On est sur un travail d'écoute de son corps, on cherche à gagner de l'amplitude et de la fluidité dans les mouvements, à jouer sur les équilibres. Je propose aussi du renforcement musculaire en formule douce et respectueuse du corps.*

*Autant d'exercices qui empêchent nos douleurs du quotidien de s'installer*

*En fin de séance, je vous propose des étirements et détente en musique, puis concentration avec le souffle, remise en calme et la petite histoire...*



# QUOI DE NEUF DU CÔTÉ DES ASSOCIATIONS ET DES PARTENAIRES ?



**L'ART ELIER et AYN**  
organisent

## Des puces créatives et un vide grenier

Buvette et restauration sur place

**AYN**

**samedi 8 octobre 2022**  
de 8h à 17h

SUR INSCRIPTION UNIQUEMENT PARTICULIERS ET PROFESSIONNELS

Renseignements:  
vide grenier : Emmanuelle 06.78.56.71.87 ou emmanuelle@ayn.org  
Puces créatives: Anaf 06.77.56.91.79 ou larteliepartage@gmail.com  
Trafic : 10€ le stand table et tabouret fournis dans le cadre des frais pour les puces et 4€/tableau en option pour le vide grenier

**CA** Toute une banque pour vous  
DES SAVOIE

## Opération Premières Pages



Lire des histoires à bébé, à un enfant, c'est avoir envie d'être avec lui, auprès de lui. L'important est d'agir comme vous le sentez. Le livre est là, ouvrez-le. N'hésitez pas, lisez, racontez, montrez les images pour vivre avec votre enfant un moment de complicité ...

Depuis 12 ans, l'Opération Premières Pages est organisée en Savoie pour sensibiliser bébés, enfants et les parents aux livres et à la lecture. Cette année, c'est l'album « L'ours tendre » de JM. Billioud et de M. Courtieu, édition Albin Michel Jeunesse qui sera offert aux enfants nés ou adoptés en Savoie en 2021

### La bibliothèque vous invite à deux matinées d'animation autour de cet album

#### • Mardi 11 octobre

Venez dans la salle Pré Saint Jean entre 9h et 11h pour profiter d'un temps de jeux et d'échange convivial au Lieu d'Accueil Enfants Parents et par petit groupe au cours de la matinée, vous pourrez entrer dans « la maison de livres » pour l'animation.

#### • Jeudi 13 octobre

La matinée est réservée au multi accueil, aux assistantes maternelles et aux gardes à domicile pour un atelier d'éveil partagé dans la Salle Pré st Jean avec des moments de lecture en petit groupes dans la bibliothèque.

#### • Samedi 15 octobre

Semaine Opération Première Page organisée par la bibliothèque de Novalaise. Spectacle « Voyage musical avec l'ours tendre » par l'Orchestre des pays de Savoie  
Salle Pré St Jean - 10h30

Gratuit sur réservation auprès de la bibliothèque : [bibliotheque@novalaise.fr](mailto:bibliotheque@novalaise.fr)



## Bal Folk

**Samedi 22 octobre vers 20h00**

animé bénévolement par les groupes

### Accordévents



Avec des airs irlandais, klezmer ou d'Amérique latine  
Venez danser giges, bourrées, polkas, et cercles circassiens !

### et Amzgom



Trois voix profondes, des chants à la fois massifs et délicats pour le plaisir des oreilles et des orteils !

### Salle des fêtes de Dullin

Participation libre  
Buvette, pâtisseries...

Les fonds récoltés financeront les actions menées par **Savoie Solidarité Migrants Aiguebelette.**

Venez nombreux partager une soirée solidaire et conviviale !

SSMA : [ssma@gmx.fr](mailto:ssma@gmx.fr) IPNS. Ne pas jeter sur la voie publique

# La semaine bleue, c'est aussi ...

## 5 octobre de 9h30 à 17h30 - Journée nationale des aidants

Malraux, 67 place Président Mitterrand à Chambéry. Stands d'informations partenaires, ateliers, théâtre forum... Entrée libre

## 7 octobre à 14h15 - Cinéma Malraux - Projection du film «The Duke»

67 place Pdt Mitterrand à Chambéry. Film réalisé par Roger Michell. Tarif spécial : 2,50 € suivi de la visite guidée de l'exposition photographique « Vieillesse » de Mathilde Parquet.

## 10 octobre de 14h à 16h - «Parlons mobilité»

Sensibilisation aux déplacements responsables : mobilité douce, voiture, train ... à travers une approche ludique. Plateforme mobilité Wimoov 151 avenue du Granier à St Alban Lesysse (Ligne B, arrêt quinquin). Informations et inscriptions : A. Beaucamps, 06 07 07 14 01

## 11 octobre de 14h à 18h - Porte ouverte à l'EHPAD «Le Césalet»

Centre hospitalier Métropole Savoie - 2 rue J.Baptiste Richard à Jacob Bellecombette  
Temps musical avec l'animatrice et son violon, visite de l'exposition «l'EHPAD, mon lieu de vie», rencontre et échanges avec la photographe Mathilde Parquet.

## 12 octobre de 14h à 16h - Porte ouverte à l'EHPAD «La Cerisaie»

Centre hospitalier Métropole Savoie - Place François Chiron à Chambéry. Groupe de chant et exposition de photographies sur le quotidien à l'EHPAD, activité de sport adapté (vélo).

## 15 octobre à 15h30 - «Ridée mais pas fanée»

MJC, 311 faubourg Montmélian à Chambéry. Spectacle théâtral de 50 mn puis conférence suivie d'un groupe de parole réservée aux femmes.

## Durant le mois octobre - Médiathèque Jean-Jacques Rousseau

Carré Curial à Chambéry vous accueille au 1er étage en vous proposant une table thématique sur le thème du « bien vieillir » avec une sélection de romans, livres et documents.

## Du 3 au 14 octobre - Acti'forme

Vous accueille gratuitement sur Chambéry pour découvrir des activités physiques adaptées : marche, gym équilibre, pilate, remise en forme et renforcement musculaire.  
Informations et inscriptions au 06 81 39 66 13 ou contact.actiforme@gmail.com

## Du 6 au 13 octobre - Porte ouverte gymnastique volontaire

Le comité départemental d'éducation physique et de gymnastique volontaire de la Savoie vous propose de tester les cours gratuitement. Renseignements : epgv73.fr pour charger le dépliant du CODEP EPGV 73 ou au 04 79 60 09 83

Pôle social du Département • CLIC Bassin chambérien  
116 rue Sainte Rose • 73000 Chambéry • ☎ 04 79 85 79 60

Parce que la vie commence aussi à 60 ans

La Cie Vol de Nuit présente  
un Spectacle Musical



## Forum BIEN VIEILLIR

Jeudi 13 octobre 2022

de 9h30 à 17h00

Centre des congrès Le Manège à Chambéry

Gratuit



agirc-arrco

## LE PROGRAMME du 13 octobre 2022

9h30	Ouverture au public et ouverture des stands
10h00 - 11h30	Conférence «préserver son capital santé, vieillir en bonne santé», Dr Anne-Catherine Jothy, médecin gériatre, centre de prévention AGIRC-ARRCO
11h45 - 12h45	▪ Atelier « yoga sur chaise », centre de prévention AGIRC-ARRCO
13h00 - 14h15	▪ Atelier « Randonnée santé », proposée par l'association Rando santé Savoie
13h15 - 14h15	▪ Conférence « prévention aux risques domestiques », proposé par les pompiers de Chambéry
13h30 - 13h45	Vernissage de l'exposition photographique de portraits de personnes âgées du territoire vivant à domicile, réalisés par Malou Pictures et l'équipe PA-PH de la Maison sociale départementale du Bassin chambérien, en présence de Madame WOLFF, Vice-présidente aux personnes âgées et handicapées et à la solidarité générationnelle au Conseil départemental
14h30 - 16h00	Spectacle musical « Qu'est-ce qu'on attend pour être vieux », compagnie Vol de nuit - Renseignements et inscription au 04 79 85 79 62
16h30	Tirage de la tombola gratuite
17h00	Fin

Déambulation des clowns «les instantanez» tout au long de la journée

Les stands sont ouverts de 9h30 à 17h00



Solidarité

Sécurité

Transports

Hébergement  
Logement

Santé

Loisirs  
Vacances

Sports

Accès  
aux  
droits

Aménagement  
Logement



**NOVALAISE**  
Salle du Pré Saint Jean



**OCTOBRE**

# TOUT LE MONDE AIME JEANNE

De Céline Devaux

Avec Blanche Gardin, Laurent Lafitte, Maxence Tual

France - 1h35

**Dimanche 02/10 à 20h00**



# TAD L'EXPLORATEUR ET LA TABLE D'ÉMERAUDE

De Enrique Gato

Espagne - 1h30



Film d'animation tout public à partir de 6 ans

**Dimanche 16/10 à 17h00**



# REVOIR PARIS

De Alice Winocour

Avec Virginie Efira, Benoît Magimel, Grégoire Colin

France - 1h45

COUP DE



**Dimanche 16/10 à 20h00**





Séances CINEBUS à la Salle  
du Pré Saint Jean à Novalaise  
(près de la bibliothèque)

Les séances débutent à 17 h et 20 h précises  
Merci d'arriver 15 minutes avant la séance



Tout le monde a toujours aimé Jeanne. Aujourd'hui, elle se déteste. Surendettée, elle doit se rendre à Lisbonne et mettre en vente l'appartement de sa mère disparue un an auparavant. A l'aéroport elle tombe sur Jean, un ancien camarade de lycée fantasque et quelque peu envahissant.

TARIFS

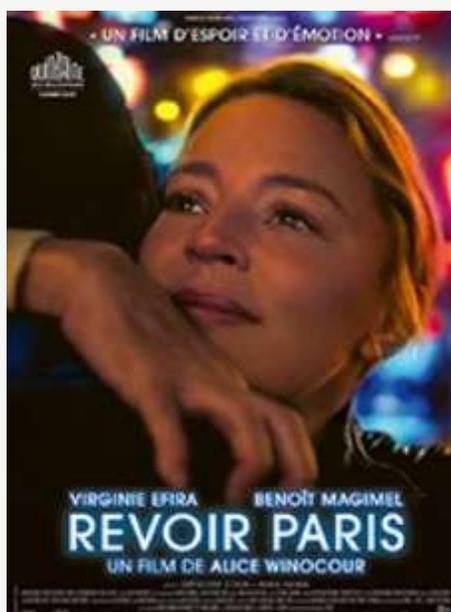
tout public : 5,50 euros

3.50 euros pour les jeunes

4,50 euros pour les  
adhérents AEL



Suite à un quiproquo, Tad, ouvrier distrait, est pris par erreur pour un célèbre archéologue et envoyé en mission au Pérou. Avec l'aide de Jeff, son chien fidèle, d'un professeur intrépide, d'un perroquet muet et de Sara, une jeune femme péruvienne brillante, il tentera de défendre la Cité Perdue des Incas contre l'assaut d'une redoutable bande de chasseurs de trésors.



A Paris, Mia est prise dans un attentat dans une brasserie. Trois mois plus tard, alors qu'elle n'a toujours pas réussi à reprendre le cours de sa vie et qu'elle ne se rappelle de l'évènement que par bribes, Mia décide d'enquêter dans sa mémoire pour retrouver le chemin d'un bonheur possible.

Retrouvez toutes les programmations sur [cinebus.fr](http://cinebus.fr)

*Rendez-vous mondial du cinéma de patrimoine, le festival Lumière revient pour une 14e édition, du samedi 15 au dimanche 23 octobre 2022 à Lyon.*



*À travers une visite contemporaine des œuvres du passé, le festival Lumière est le rendez-vous mondial du cinéma de patrimoine, rayonnant dans toute l'agglomération lyonnaise avec des projections de films restaurés et de rétrospectives, des hommages et des célébrations, des invités... Avec une programmation riche de plus de 150 films, le festival Lumière est une célébration du septième art, ouverte à tous.*

*Chaque année, une personnalité du cinéma se voit remettre le « Prix Lumière », saluant l'ensemble de son œuvre. Le Prix Lumière de cette année est particulièrement charismatique : **Tim Burton**.*



### *Des productions locales à l'affiche*

- L'Innocent, film soutenu par la Région, coproduit avec Auvergne-Rhône-Alpes Cinéma et choisi pour la cérémonie d'ouverture du festival, a été tourné en partie en région lyonnaise et en Isère, à Salaise-sur-Sanne.*
- Dans la région mais près d'un siècle plus tôt, en 1929, a été réalisé le dernier film français muet : Dans la Nuit, de Charles Vanel. Restauré par l'Institut Lumière, il sera accompagné et sublimé à l'orgue à l'Auditorium de Lyon le jeudi 20 octobre.*



## Le voyage de Florence:

« alors ça y est, tu es rentrée ? C'était bien ? »  
Et oui je suis de retour, après une année bien différente,  
très enrichissante et dépaysante ...

Ci-joint un joli texte de la chanteuse Barbara qui clôture bien cette belle année:

### Les voyages

Ah ! Les voyages Aux rivages lointains,  
Aux rêves incertains, Que c'est beau, les voyages  
Qui effacent au loin Nos larmes et nos chagrins,  
Mon dieu ! Ah ! Les voyages.  
Comme vous fûtes sages De nous donner ces images  
Car les voyages, C'est la vie que l'on fait,  
Le destin qu'on refait.  
Que c'est beau, les voyages Et le monde nouveau  
Qui s'ouvre à nos cerveaux, Nous fait voir autrement  
Et nous chante comment La vie vaut bien le coup Malgré tout !  
Ah ! Jeunes gens, Sachez profiter de vos vingt ans.  
Le monde est là. Ne craignez rien.  
Il n'est pas méchant. Il vous guidera.  
Ah ! Les voyages Qui murissent nos cœurs,  
Qui nous ouvrent au bonheur, Mais que c'est beau, les voyages !  
Et lorsque l'on retourne chez soi, Rien n'est comme autrefois  
Car nos yeux ont changé Et nous sommes étonnés  
De voir comme nos soucis Etaient simples et petits,  
Car les voyages Tournent une page.  
Ah ! Les voyages...



Et Me voilà de retour « au boulot » !

On reprend les bonnes habitudes, on se glisse dans une nouvelle  
routine de travail en collaboration avec Mickael.

je suis Contente de retrouver tous ces enfants qui ont bien changé  
en 1 an,  
mais aussi mes collègues qui eux n'ont pas changé !!!

C'est reparti pour les interventions dans les écoles et les clubs.  
Sans oublier les ateliers sportifs du mercredi pour les 3/4 ans.