ASSOCIATION CULTURELLE
ET DE LOISIRS POUR TOUS

Les Grands Chênes

SAISON 2023/2024

Le mot du Président

Madame, Monsieur, cher(e)s habitant(e)s et cher(e)s adhérent(e)s, l'équipe de bénévoles et de salariés de l'association « Les Grands Chênes » a le plaisir de vous présenter les activités et les manifestations qui viendront rythmer la saison 2023/2024.

Vous y découvrirez de nouvelles activités : Antalgym, Ateliers bien-être parents/enfants et adultes, Eveil et pratique musicale atelier parents-enfants et fratries…

Notre défi consiste à retrouver et à maintenir la vivacité et la convivialité qui constituent la force motrice de notre association, tout en mettant en avant le développement artistique et culturel au service de nos adhérents.

Notre association est avant tout un lieu qui favorise les prises d'initiatives individuelles et collectives. Vous avez des idées, des envies, des projets, vous souhaitez mettre en œuvre un projet culturel ou social, nous sommes là pour vous aider à les réaliser.

Vous êtes disponible une heure par semaine, un jour par mois, vous avez envie de participer à la vie de l'association, n'hésitez pas à nous contacter !

Dans l'attente et le plaisir de vous retrouver.

Momtez Sridi
Président de l'association « Les Grands Chênes »

Adhésion / Carte de membre

Pour bénéficier des activités proposées par l'association, il est indispensable de s'acquitter de son adhésion.

- **Moins de 18 ans :** 10 €
- **Adulte :** 12 €
- **Association :** 75 €

Pour les enfants de moins de 3 ans : la carte d'adhérent sera prise par les parents.

Dates à retenir

- **Samedi 09 septembre 2023 de 9h à 17h :** Portes ouvertes, pensez à réserver votre séance.
- **Samedi 23 septembre 2023 de 9h à 17h :** Stage de secourisme PSC 1
- **Samedi 14 octobre 2023 de 20h à 22h :** conférence animée par Philippe HEYMES « Découvrez la véritable histoire de votre vie à travers le transgénérationnel », sous réservation, tarif 5€.
- **Dimanche 15 octobre 2023 de 10 h à 18h :** « Journée Soin du corps et de l'esprit »
- **Dimanche 26 novembre 2023 de 9h à 17h :** Bourse aux jouets à l'association
- **Dimanche 17 mars 2024 :** « Journée créative »
- **Dimanche 23 juin 2024 :** Vide grenier.
- **Vendredi 28 juin 2024 à partir de 19h :** Barbecue de fin d'année à l'association.

Portes Ouvertes 9 septembre 2023

Venez essayer une séance, réservez votre place au secrétariat **03 82 34 61 76**

9h à 10h	Bébé Musique	Atelier Sensoriel/Bonheur		
10h à 11h	Éveil Musical	Astronomie		
11h à 12h			Antalgym	Sophrologie
12h à 13h				
13h à 14h				
14h à 15h	Danse	Détente et Culture	Atelier Bien-être	
15h à 16h	Nia Technique			

L'équipe de l'association

- **Président :** Momtez SRIDI
- **Trésorier :** Michaël AZOULAY
- **Secrétaire :** Florence THINUS
- **Assesseurs :** Jasmine SPERA, Philipp CRAWFORD, Justine TESTONI, Elsa BULUT, Sandra BATTISTEL-SCHMITT et Mélissa DE LA BARRERA
- **Directrice :** Astride POESY
- **Coordinateur :** Thomas ALBANO
- **Secrétaire :** Vanessa CIPPARRONE
- **Animateurs :** Claudine PICARD, Amira REBAIAIA, Sylvie BOUILLERE, Sabelle THIOUB, Axel BRENCKLE, Tiziana FERNANDEZ, Homana BETRAND JEAN, Lysiane SOBRE, Baptiste CARPENTIER, Charlotte GASPARRINI, Elisabeth HENSCHEN, Sarah LECOMTE, Cathy MUIA, Aurélien LADOWSKI...
- **Agents d'entretien :** Sandrine BILLON LAROUTE, Nadia TRIMBUR, Séverine DELFOSSE et Noël LHIRONDELLE

Vos idées

Vous avez des idées, des envies, des projets, vous souhaitez mettre en œuvre un projet culturel ou social, nous sommes là pour vous aider à les réaliser.

Retrouvez-nous le 8 septembre 2023 à 19h00 à l'association, pour réfléchir sur les nouvelles orientations de notre projet éducatif.

Appel à bénévoles, volontaires

Vous êtes disponible une heure par semaine, un jour par mois, vous avez envie de participer à la vie de l'association, n'hésitez pas à nous contacter !

Nos missions et nos projets

- Être accessible à l'ensemble de la population.
- Promouvoir des activités et services à caractère social, éducatif, culturel et sportif.
- Assurer la participation effective des usagers à la gestion et à l'animation globale.
- Être un lieu de socialisation, ouvert sur le quartier et sur la ville.
- Promouvoir la citoyenneté et l'engagement.

Pôle Petite-Enfance
0-3 ans

Atelier sensoriel, communication gestuelle et Atelier du Bonheur
animés par Christelle Mazelin
06 21 55 03 14 / nuagededouceur@sfr.fr

Bébé Musique
animé par Momtez Sridi
06 87 15 81 00 / momtez.sridi@gmail.com
www.momtez.fr

Activité	Reprise	Tarif	Jour	Horaires
Bébé musique de 0 à 3 ans à Veymerange	16 septembre 2023	225 € l'année	Samedi	9h30 à 10h15
Bébé musique de 0 à 3 ans à Veymerange	16 septembre 2023	225 € l'année	Samedi	10h15 à 11h00
Communication Gestuelle	Contacter l'intervenante	18 € l'atelier 95 € 6 ateliers 235€ l'année	Un samedi sur deux	15h30 à 16h15
Atelier Sensoriel	Contacter l'intervenante	15 € l'atelier ou 120 € l'année.	Un samedi sur deux	16h30 à 17h30

Hors vacances scolaires

Pôle Jeunesse
3-11 ans

Accueil périscolaire

reprise le jeudi 4 septembre 2023

- Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 12h00 à 14h00 : repas et animation.
- Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 16h30 à 18h30 : goûter et animation.

Nous appliquerons les tarifs pratiqués par les services de la ville.
Renseignez-vous auprès de notre secrétariat.

Mercredis éducatifs

reprise le mercredi 6 septembre 2023

- Accueil de 07h30 à 18h30 à la salle périscolaire d'Elange pour les maternelles et à l'association à Veymerange pour les primaires

Programmes et tarifs disponibles au secrétariat.
Inscription le matin avec repas, après-midi sans repas ou à la journée.

Centres Aérés 3/11 ans

- Toussaint : du lundi 23 octobre au vendredi 3 novembre 2023.
- Hiver : du lundi 26 février au vendredi 8 mars 2024.
- Printemps : du lundi 22 avril au vendredi 3 mai 2024.

Inscription forfait 2/3 ou 4 jours et à la semaine, pour les petites vacances.

- Juillet : du lundi 8 juillet au vendredi 2 août 2024.
- Août : du lundi 5 août au mercredi 30 août 2024.

Inscription uniquement à la semaine, pour les grandes vacances.

Activités extra-scolaires (tableau ci-contre)

- Anglais animé par l'association Pop English.
- Danse Moderne animée par Virginie Brevalle-Nawrot.
- Music-mômes / Chants et Rythmes animés par Momtez Sridi.
- Atelier Bien-être animé par Pascale Boulanger.

Activité	Reprise	Tarif	Jour	Horaires
New Atelier Bien être	Contacter le secrétariat	Gratuit	Mercredi	18h00 à 19h00
Anglais Veymerange Maternelle	20 septembre 2023	74 € le trimestre ou 222 € l'année	Mercredi	9h30 à 10h15
Anglais Primaires 5-7 ans Veymerange	20 septembre 2023	74 € le trimestre ou 222 € l'année	Mercredi	10h15 à 11h00
Cambridge Starters 8-11 ans Veymerange	20 septembre 2023	81 € le trimestre ou 243 € l'année	Mercredi	11h00 à 12h00
Anglais maternelles Élange	22 septembre 2023	74 € le trimestre ou 222 € l'année	Vendredi	17h00 à 17h45
Anglais primaire 5-7 ans Élange	22 septembre 2023	74 € le trimestre ou 222 € l'année	Vendredi	17h45 à 18h30
Cambridge Starters 8-11 ans Élange	22 septembre 2023	81 € le trimestre ou 243 € l'année	Vendredi	18h30 à 19h30
Anglais maternelles Veymerange	22 septembre 2023	74 € le trimestre ou 222 € l'année	Vendredi	17h00 à 17h45
Anglais 5-7 ans Veymerange	22 septembre 2023	74 € le trimestre ou 222 € l'année	Vendredi	17h45 à 18h30
Junior Cambridge starters 8-11 ans	22 septembre 2023	81 € le trimestre ou 243 € l'année	Vendredi	18h30 à 19h30
Éveil à la danse 4-5 ans	11 septembre 2023	195 € l'année	Lundi	17h00 à 18h00
Initiation à la danse moderne 6-7 ans	15 septembre 2023	195 € l'année	Vendredi	17h00 à 18h00
Danse Moderne 8-10 ans	15 septembre 2023	195 € l'année	Vendredi	18h00 à 19h00
Danse Moderne 11-13 ans	11 septembre 2023	195 € l'année	Lundi	18h00 à 19h00
New Eveil et Pratique musicale de 3 à 10 ans, atelier parents/enfants, fratries...	16 septembre 2023	225 € l'année	Samedi	11h00 à 11h45
Music-mômes - Éveil musical 3-5 ans Élange	14 septembre 2023	225 € l'année	Jeudi	17h à 17h45
Chants et Rythmes à partir de 6 ans Élange	14 septembre 2023	225 € l'année	Jeudi	17h45 à 18h30
Music-mômes - Éveil musical 3-5 ans Veymerange	12 septembre 2023	225 € l'année	Mardi	17h à 17h45
Chants et Rythmes à partir de 6 ans Veymerange	12 septembre 2023	225 € l'année	Mardi	17h45 à 18h30

Hors vacances scolaires

Pôle activités
Ados/Adultes

Antalgym *animée par Daphnée KNOBLOCH.*

Ateliers Bien-être *animés par Pascale BOULANGER.*

Atelier du Bonheur et Atelier éduquer autrement *animés par Christelle ESTEVES.*

Atelier Chorégraphique Avancé *animé par Virginie BREVALLE-NAWROT.*

Atelier Détente et culture.

Nia technique *animée par Mélanie LAIDIE*

Tennis de table *animé par Camille LAURENT.*

Zumba *animée par Emilie FERRI.*

Pilates *animé par Olivier SERGEFF.*

Sophrologie *animée* **par Cécile LEBLOND.**

Section Astronomie « La Grande Ourse ».

Responsable : **Lilian PERRIN**

Contact : **astrosurf.com/skydome57**

Activité	Reprise	Tarif	Jour	Horaires
Atelier Bien être	Contacter le secrétariat	15 € la séance	Mercredi	19h à 20h00
Cours technique Danse moderne jazz pour classe concours + de 14 ans	14 septembre 2023	215 € l'année	Jeudi	18h30 à 20h00
Atelier Chorégraphique Avancé « Les Albatros » + de 14 ans	12 septembre 2023	215 € l'année	Mardi	19h30 à 21h00
Astronomie : La Grande Ourse à partir de 11 ans	5 septembre 2023	35 € l'année	Mardi	20h00 à 22h00
Atelier Chorégraphique Intermédiaire Avancé « Les Kéop's » + de 14 ans	15 Septembre 2023	215 € l'année	Vendredi	19h00 à 20h30
Atelier Détente et Culture	à partir du 4 septembre 2023	10 € l'année	Lundi, mardi et jeudi	Lundi et jeudi 14h00 à 17h00 Mardi 9h00 à 11h000
New Antalgym	1er septembre 2023	10 € la séance	Vendredi & Samedi (3 séances)	Vendredi 19h00 à 20h00 Samedi 9h00 à 10h00 ou 10h15 à 11h15 ou 11h30 à 12h30
New Atelier du Bonheur	Contacter l'intervenante	25 € la séance	1er Samedi de chaque mois	14h00 à 15h30
New Nia Technique	13 septembre 2023	15 € la séance 100 € le trimestre 260 € l'année	Mercredi	19h30 à 20h30
New Eduquer autrement	Contacter l'intervenante	25 € l'atelier 175 € les 8 séances	3ème samedi du mois	14h00 à 15h30
Pilates	15 septembre 2023	240 €	Vendredi	9h00 à 10h00
Sophrologie	11 septembre 2023	70 € par trimestre ou 200 € l'année	Lundi	19h00 à 20h15
Tennis de table	31 août 2023	45 € l'année	Lundi et Jeudi	9h30 à 11h30 / 20h00 à 22h00
Zumba	11 septembre 2023	165 € l'année	Lundi	19h15 à 20h15

Nouvelles activités

Atelier « Bien-être » :

Libérez et soulagez tout ce qui vous empêche de vous sentir bien ! Lors de ces ateliers je vous apporterai des techniques de respiration, des outils pour apprendre à s'ancrer, augmenter son taux vibratoire...

Atelier Formule parent/enfant : mercredi de 18h à 19h gratuit.

Atelier pour les adultes : mercredi de 19h à 20h 15€ la séance

Ateliers Parents/Enfants :

13 septembre : « Votre enfant est violent, ingérable ».

11 octobre : « Libérez votre enfant d'un traumatisme ».

Ateliers Adultes :

13 septembre : « Je suis stressé, angoissé : comment retrouver mon calme ?

11 octobre : « Se protéger de personnes négatives et revenir / rester dans de bonnes énergies »

15 novembre : Vous avez des questions importantes et ne savez pas quel choix faire ? Obtenez des réponses par votre cops ».

Inscription auprès de Pascale BOULANGER :

06 52 34 82 17/ pascaleboulanger57@gmail.com

Antalgym

Prise de conscience du corps, souplesse, équilibre, respiration et relaxation y sont à découvrir à partir de la rentrée de septembre. Prévoir un tapis de gym/yoga.

Les places sont à réserver aurpès de Daphnée KNOBLOCH.

06 26 74 47 50 / daphneeantalgym@gmail.com

Antalgym®

Eveil et pratique musicale de 3 à 10 ans, atelier parents/ enfants, fratries

Pour répondre à la forte demande des familles, un nouveau groupe a été créé :

« Eveil et Pratique Musicale de 3 à 10 ans »,
Atelier Parents-Enfants, Fratries...

La Musique plaisir et partage à tous les âges.

Les Samedis de 11h à 11h45 à Veymerange.

Contacter Momtez SRIDI au ***06 87 15 81 00***

momtez.sridi@gmail.com / www.momtez.fr

Nia Technique - La joie du Mouvement pour être bien dans son corps et dans sa tête

Besoin de vous redynamiser ? De passer un bon moment à bouger et se reconnecter à soi ? De déstresser en vous faisant plaisir ?

Alors, venez découvrir la technique Nia, inspirée de 9 disciplines alliant danse (moderne, jazz, danse libre), arts martiaux (Tai Chi, Tae Kwon Do, Aikido) et pratiques de conscience corporelle (Yoga, Alexander Technique, Feldenkrais).

La technique Nia a été créée il y a 40 ans aux Etats-Unis, où elle est très répandue. Diplômée et certifiée par Nia International, Mélanie a hâte de vous faire découvrir cette discipline à la fois tonique, ludique et relaxante qui se pratique pieds nus et en musique. Elle est accessible à toutes et à tous, même si on n'a jamais dansé. Ce cours est proposé pour la première fois en région Grand-Est à l'Association « Les Grands Chênes ».

Mélanie Laidié : ***06 30 78 25 97 / niatechnique57@gmail.com***
Facebook : Nia Technique en Moselle

QR CODE À FOURNIR

Retrouvez notre brochure en scannant le QR Code ci-dessous

Les Grands Chênes

Horaires

Accueil, information du public

Lundi de 9h à 12h et de 14h à 17h

Mardi de 14h à 18h30

Mercredi de 8h à 12h

Jeudi de 9h à 12h

Vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h30

A2DV Numérique - Florange : 03 82 82 53 10

LES GRANDS CHÊNES

ALLOCATIONS FAMILIALES

THIONville

Crédit Mutuel
LA banque à qui parler

1 rue Saint-Martin 57100 Thionville/Veymerange

03 82 34 61 76

les-grands-chenes@wanadoo.fr / www.les-grands-chenes.net

Jeunesse et Sports sous le N°57336