

Saint-Germain de la grange



Numéro spécial - Août 2013

Sommaire

L'A.S.S.G.....	page 2
Stages Zumba	page 2
ABS.....	page 2
Bien-être et développement	page 2
L'A.F.A.C	page 3
L'Age d'Or.....	page 3
L'A.D.J	page 3
La Grange de St-Germain	page 4
La bibliothèque	page 4

Avec les **ASSOCIATIONS**
SPORT, détente

ET LOISIRS, animation

Préparez votre rentrée
dans la bonne humeur
et la convivialité !

Editorial

Les vacances ne sont pas encore terminées pour certains d'entre nous, mais l'heure est déjà à la préparation de la rentrée avec les traditionnelles questions et parfois résolutions : « *Quelles activités vont pratiquer les enfants ?* » « *Allez, cette année c'est décidé, je prends du temps pour moi !* », « *Et si je me mettais au sport ?* » « *Que pourrai-je faire pour partager avec les autres ?* ».

Les associations de sport et loisirs présentes sur la commune sont déjà à pied d'oeuvre pour vous apporter les réponses !

Ce numéro spécial vous propose un avant-goût des activités de la rentrée, avec quelques nouveautés. Que tous les bénévoles qui contribuent à l'animation de la commune soient vivement remerciés. Tout au long de l'année, la Municipalité soutient leurs initiatives et leurs actions.

Valérie TALBODEC

Adjoint délégué à la communication
et aux relations avec les associations

Bulletin municipal

Directeur de la Publication :
Bertrand HAUET

Réalisation :
Commission Communication

1 rue de la Mairie
78640 Saint-Germain de la Grange

Tél. : 01.34.91.02.10 – Fax : 01.34.89.26.26

Courriel :

mairie.st-germain-de-la-grange@wanadoo.fr

Impression par nos soins

SPORT, détente

L'A.S.S.G

Détendez-vous, faites de la gym !

Dans une ambiance conviviale, notre association sportive de gymnastique a le plaisir d'accueillir les adultes 1 ou 2 séances par semaine ainsi que les jeunes enfants pour un cours de Baby gym par semaine. **Possibilité d'assister à deux cours gratuits** pour découvrir cette atmosphère de détente et de partage en musique.

Les cours sont diversifiés et évolutifs car nous travaillons :

Pour les adultes, cordes, barres et poids lestés, ballons, haltères, élastiques etc....

Pour le baby-gym, matériel d'éveil tel que trampoline, tubes, et aussi des barres de sol pour l'équilibre, etc.

Les nouveaux adhérents adultes et baby sont pris en charge avec beaucoup d'attention par les professeurs diplômés.

Avoir au moins une ou deux heures de détente pour soi, quel bonheur !

Parents et enfants, venez découvrir la gym pour tous. Du sport adapté pour vos enfants qui se défouleront et vous aussi. Nous vous attendons pour commencer l'année en beauté !

Renseignements concernant les conditions

d'inscription : contacter un des membres du bureau.

Martine : 09 61 48 18 78

Nicole : 01 34 89 98 79

Sylvie : 01 34 89 91 64

Les bulletins d'adhésions sont disponibles à l'accueil de la mairie et sur simple demande.

STAGES ZUMBA

proposés par
Vita'Gym et Sport Nature



LES SAMEDIS :
21 SEPTEMBRE,
19 OCTOBRE,
16 NOVEMBRE et
11 JANVIER

de 14h30 à 16h

Inscriptions (places limitées) :
contact@vitagym-sportnature.com
ou 06.70.73.17.25
www.vitagym-sportnature.com

ABS

Stretching postural®, Pilates,
Marche Nordique, Zumba® !

L'Association « ABS » fait sa rentrée avec une nouveauté pour les enfants.

ABS continue ses cours de Stretching Postural®, de Pilates, de zumba® adultes et ses sorties de Marche Nordique mais elle est heureuse de pouvoir proposer désormais un **cours de Zumba® pour les enfants de 8 à 13 ans**, le mercredi de 15h à 16h !

Nouveau

Attention, places limitées ! 15 enfants maximum par cours !



Renseignements : Clotilde Blanc (Présidente) par mail clotilde.blanc@cegetel.net ou par tél. 01 34 89 93 54 ou auprès des animatrices, Valérie au 06 22 07 76 84 et Dominique au 06 83 82 03 26.

BIEN-ÊTRE & DEVELOPPEMENT

Ateliers de relaxation & sophrologie



Un espace de détente, deux mercredis par mois, pour vous ressourcer et libérer votre corps des tensions accumulées grâce à des techniques simples et efficaces :

- Des approches respiratoires et énergétiques pour reprendre son souffle et **réduire le stress**.
- Des méthodes de concentration sur nos perceptions corporelles pour améliorer l'attention et **calmer le mental**.
- Des mouvements conscients **pour dénouer le corps en douceur**.

Ces approches ont pour but de réduire le stress, d'améliorer la qualité du sommeil et de retrouver énergie et bien-être, équilibre et santé.

Contact : Catherine Bizard – Relaxologue diplômée
Tél : 06 61 32 22 75 - c.bizard@free.fr

LOISIRS, animation

L'A.F.A.C

Animations pour tous



Née de la volonté de voir travailler ensemble les associations de la commune pour l'animation culturelle et festive de notre village, l'A.F.A.C compte parmi ses membres des représentants des associations locales et des Saint-Germinoises désireux de participer activement, ponctuellement ou régulièrement à la vie de notre village.

Fête du village, Concours de pétanque, soirées à thèmes, balades, vide-grenier, etc... autant d'événements auxquels vous pouvez participer.

Vous avez des idées ? Vous disposez d'un peu de temps ? Rejoignez-nous ! Prochaine réunion vendredi 30 août à 19h, salle Jules Gohard.

Contact :

Rémy Delépine - Président - Tél. 06 67 76 12 24

Prochaine manifestation :

le vide-grenier, dimanche 8 septembre 2013

Attention : dernières permanences en mairie pour réserver votre emplacement les **samedis 31 août et 7 septembre de 9h à 11h30.**

L'A.D.J

l'Association des Jeunes

Vous êtes jeune, vous avez des idées, des envies d'activités ou d'événements ?

Vous êtes adultes et vous souhaitez venir encadrer certains projets, des événements pour les jeunes ? Alors venez nous rejoindre.

Nous vous accueillons et fort de nos expériences et de nos moyens, nous vous aiderons à réaliser vos envies.

Pour toutes informations, n'hésitez pas à nous contacter par mail : adj.stger@gmail.com

L'AGE D'OR

Le Club des «Seniors»

Chaque 1^{er} et 3^{ème} mercredi du mois à 15h, le club de l'Age d'Or organise une **réunion conviviale**. Toutes les personnes désireuses de partager ce moment sont les bienvenues.

Outre ces rendez-vous réguliers, les membres de l'Age d'Or profitent de **sorties à tarifs réduits**. Ces sorties sont néanmoins ouvertes à tous.

Prochaines sorties :

12 septembre

L'Osmothèque de Versailles

Début de la visite à 13h50 au 36 rue du Parc de Clagny à Versailles. Covoiturage

Prix Club : gratuit

Hors Club : 10 €

15 octobre

Théâtre les vieilles chipies

Départ Marcq : 13h, St-Germain : 13h15 et Neauphle : 13h30

Prix Club : 45 €

Hors Club : 55 €

Novembre

Repas surprise

18 décembre

Le cirque du Soleil

Départ Marcq : 14h15, St-Germain : 14h30 et Neauphle : 14h45

Prix Club : 68 €

Hors Club : 78 €

16 janvier 2014

Age tendre et tête de bois

Départ Marcq : 12h45, St-Germain : 13h00 et Neauphle : 13h15

Prix Club : 60 €

Hors Club : 70 €

Vous souhaitez devenir membre ou vous inscrire aux sorties :

**Contactez Annick au 06 87 11 02 66
ou Isabelle au 01 34 89 99 37
ou Jacques au 01 34 89 59 03**

LOISIRS, création

La grange de St-Germain

Ateliers de scrapbooking

Notre association de scrapbooking, « **La Grange de St-Germain** » entame sa 4^e année. Avec toujours autant de dynamisme, nous proposons des ateliers sur la commune, pour adultes, tous les lundis soir de 20H15 à 22H30.

Venez apprendre à manier cutter, encres et tampons afin de mettre en valeur vos photos. Echanges, rires et convivialité sont au rendez-vous.

Cette année, nous proposons également des ateliers ponctuels à l'attention des adolescents et des seniors.

Pour découvrir cette activité nous vous proposons **2 séances gratuites**. L'association met à votre disposition son matériel.



Au programme cette année :

Minis albums, pages scrapées avec photos, créations de cartes, projets de Noël et bien plus encore.

Tarifs :

50€/an pour l'adhésion adulte du lundi soir
12 à 15€ par atelier ados et seniors (fournitures comprises)

Informations et inscriptions :

Laurence - 06 76 78 72 06

mail : lagrangedestgermain@yahoo.fr

blog de l'association :

<http://grangestgermain.canalblog.com>

La bibliothèque

Au fil des pages...



La bibliothèque municipale fait partie d'un réseau intégrant 10 bibliothèques ou points lecture. Chaque adhérent peut donc, avec la même carte, emprunter ou rendre dans n'importe laquelle de ces bibliothèques.

Un site internet permet la visualisation de votre compte personnel, la possibilité de voir si un ouvrage est disponible et de le réserver. Une navette distribue les réservations tous les mercredis.

Le catalogue de l'ensemble des médiathèques est disponible sur www.aufildespages78.fr pour accéder au fond du réseau, réserver les documents, consulter votre compte...

Bibliothèque municipale
de Saint-Germain de la Grange

01 72 87 55 97

bibliosgdg@9business.fr

Tarifs :

cotisation annuelle livres et périodiques :
gratuit pour les habitants du réseau
20€ adultes extérieurs
8€ enfants extérieurs

cotisation image et son :

15€ pour les habitants du réseau
40€ pour les adultes et les enfants extérieurs

Horaires d'ouverture :

Mercredi : 14h30-18h sauf vacances scolaires
Vendredi : 16h30-20h

N'hésitez pas à venir nous voir !