les activités gometziennes

préparez vos loisirs 2021-2022

GOMETZ-LA-VILLE

Sommaire

activités culturelles

activités musicales

activités sportives

activités de loisirs

activités de bien-être

GOMETZ-LA-VILLE

les activités gometziennes

Mairie de Gometz la Ville
Place de la Mairie
91400 Gometz la Ville

Tel. : 01 60 12 08 03
Fax : 01 60 12 14 15

adresse mail :
mairie@gometzlaville.fr

site de la mairie :
www.mairie-gometzlaville.fr

Directeur de la publication :
Edwige Huot-Marchand

Responsable de la rédaction :
Estelle Guyot
et le comité de rédaction

Création et réalisation :
Estelle Guyot

Crédit photos :
Bernard Jacquemard, Estelle Guyot, Edwige Huot-Marchand, J.M. Sattonnay, Philippe Dumont, Alain Paris, Bernard Lloret, Ken Grainger, Alexia Beaufils, Marion Lopez.

Editeur :
Mairie de Gometz la Ville
91400 Gometz la Ville

Impression :
Imprimerie de la CCPL
N°ISSN 1279-9564

Contacts

Ces activités culturelles, musicales, sportives, de loisirs, de bien-être sont organisées par les associations gometziennes :

Amigoville
Présidente :
Claire PESCHEUX
09 72 54 83 61 (répondeur)
contact@amigoville.org

Animusic
Président :
Yves PENN
01 69 28 40 91
yveton.penn@gmail.com
animusic.farfadets@gmail.com

Atelier choral gometzien
Edwige HUOT-MARCHAND
06 11 20 66 26
hm_ed@yahoo.fr

Bibliothèque municipale « Les Amis de la lecture »
Présidente :
Marie-Hélène MATHIS
01 60 12 42 18
mariehelene.mathis@gmail.com

Caisse des Écoles
Présidente :
Madame le Maire
de Gometz la Ville
Mairie : 01 60 12 08 03

Laetitia MOLINA
06 64 77 37 38
Magali PRINGOT
06 30 25 01 14
cdegometz@gmail.com

Club des Seniors
Présidente :
Patricia ROUSSET
patricia.rousset@gmail.com

Comité de Jumelage
Président :
Pierre TRINQUET
01 60 12 30 27
pierre.trinquet@free.fr

Culture, Fêtes et Sports
Président :
Didier VERONNEAU
06 85 03 78 03
veronneau.didier@neuf.fr

Pinceaux Passion
Animateur :
Violette Vergely
Aquarelliste
06 88 07 50 46
pv.vergely@orange.fr

Potago
Présidente :
Marion LOPEZ
06 50 76 47 77
potago@laposte.net

EDITO

Cette année, les activités et animations vont pouvoir reprendre pour toutes et tous. Ensemble, les associations et le Conseil municipal, nous nous engageons à tout mettre en œuvre pour vous permettre d'y participer en toute sécurité :

- Toutes les salles du foyer seront nettoyées 1 fois par jour avec un produit virucide,
- Un temps d'aération de 15 minutes minimum sera respecté entre chaque activité,
- Les consignes sanitaires COVID seront affichées dans chaque salle et dans tous les lieux du foyer
- Les animateurs, sensibilisés aux gestes barrières qui sont imposés dans leur discipline mettront en place le protocole sanitaire demandé par le gouvernement,
- Les mesures barrières seront respectées et des mesures exceptionnelles seront mises en place par les associations et animateurs pour assurer la protection de tous leurs adhérents dans le cadre des activités proposées.
- Chaque adhérent de plus de 18 ans devra présenter son Pass Sanitaire au format numérique (via « Mon carnet » de l'application TousAntiCovid) ou papier, preuve de non-contamination au Covid, parmi les 3 suivantes :
  - Un certificat de vaccination, à condition de disposer d'un schéma vaccinal complet
  - Un test négatif RT-PCR ou antigénique de moins de 72h
  - Un certificat de rétablissement de la COVID-19 : test RT-PCR positif datant d'au moins 11 jours et de moins de 6 mois

Enfants, ados, parents et Séniors… je suis sûre qu'en parcourant ce guide, vous trouverez l'activité qui vous permettra de bouger, apprendre, approfondir, vous détendre et reprendre le lien social qui nous a tant manqué l'année dernière.

Ces activités 2021-2022, orchestrées par les associations de notre village, dynamiques et engagées depuis quelques années pour certaines, voire des décennies pour d'autres, vous permettront de profiter de loisirs de qualité et à proximité de chez vous afin de gagner en temps et en qualité de vie.

Le Conseil municipal soutient ces associations en leur allouant une subvention substantielle pour leurs projets d'activités et d'animations du village dans le but d'élargir le choix culturel, sportif et de loisirs pour tous.
Il met à disposition les locaux, les fluides, le matériel, l'entretien et souvent le personnel municipal pour des aides diverses, ce qui représente en équivalence « Dépenses » une part non négligeable du budget communal qui entre sur une ligne intitulée « Subventions indirectes aux associations » au profit de tous.

Dans ce contexte sanitaire, privilégiez les inscriptions directement auprès des associations et animateurs dont les coordonnées sont renseignées dans les pages correspondantes. Je vous donne rendez-vous au Forum des associations et activités de la vie gometzienne le samedi 04 septembre de 10h00 à 18h00 au foyer rural pour prendre des renseignements et récupérer vos bulletins d'adhésions.

Les différents cours débuteront le lundi 13 septembre 2021
pour se terminer le dimanche 26 juin 2022
et seront suspendus pendant toutes les vacances scolaires.

Bien à vous,

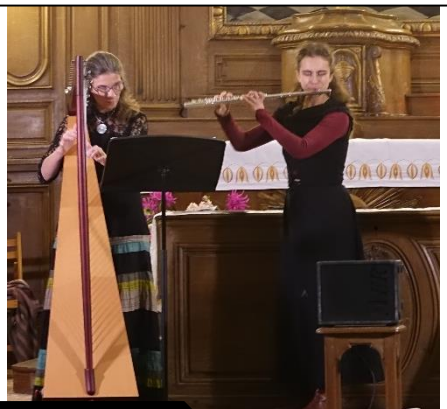
Estelle Guyot

Adjointe chargée des relations avec les Associations,
des animations culturelles et sportives
et de la Communication.

Accès direct au site
de Gometz la Ville

Visez le QR code
et cadrez-le

Activités culturelles



FAIRE PARLER LES RICHESSES DE NOTRE PATRIMOINE – AMIGOVILLE

AmiGoVille, association pour la sauvegarde du patrimoine vous invite à recenser, entretenir et mettre en valeur nos richesses locales avec les bâtiments remarquables de notre village, notre territoire et nos paysages diversifiés, remémorer l'histoire de ces hommes et de ces femmes qui nous ont transmis leurs savoirs et leurs coutumes. À côté de ce patrimoine culturel hérité des ancêtres, n'oublions pas notre Terre, ce merveilleux patrimoine naturel pour lequel sont développées les opérations Biodiversité et Climat.

Notre parcours :

Depuis sa création en 2016 l'association a trois sortes d'activités :

- Des ateliers à thème :
  - Les Mémoires de nos Aînés, Témoins du XXème siècle... et bientôt du XXIème siècle,
  - L'histoire et archives de Gometz avec les écrits de M. Rousseau et des autres « historiens » locaux,
  - La formidable aventure Gometzienne de l'ingénieur Jean Bertin et de l'aérotrain.
  - L'historique de nos chemins, de notre cadastre et des travaux qui ont modelé notre commune rurale.
  - Architecture et Bâtiments.
  - La biodiversité locale la nature sa flore et sa faune.
- Des manifestations suivant un sujet particulier tous les deux ans environ :
  - L'école de 1920-1965 dans la mairie actuelle, septembre 2016,
  - Les fermes du cheval de trait à nos jours, septembre 2018.
  - L'ingénieur Jean Bertin, avril 2019.
  - La Biodiversité et le Climat, septembre 2020 et juin 2021.
- Des animations culturelles :
  - Jeux de piste virtuel sur l'application Explorama (toujours opérationnel).
  - Expositions dans le foyer.
  - Concerts dans l'église au long de l'année.
  - La Nuit des églises, fin juin.
  - Un stage d'improvisation sur orgue/clavecin pour enfants (de 9 à 15 ans) durant les vacances scolaires.
  - Des conférences lors des manifestations avec des scientifiques reconnus etc….

Venez nous rejoindre :

Par votre participation active à l'un des ateliers ou apporter vos idées vos compétences et par votre adhésion.

Les tarifs : **Résidents ou Non-résidents sur Gometz la Ville**

Adhésion individuelle 6 € Adhésion couple 9 €

Dons à AmiGoVille déductibles fiscalement

L'association AmiGoVille a reçu l'accord de la Direction Générale des Finances Publiques (DGFP) pour que les dons, hors adhésions, qui lui sont consentis pour son action culturelle et de valorisation du patrimoine de Gometz-la-Ville bénéficient d'une réduction fiscale de 66% pour les particuliers et de 60% pour les entreprises (DGFP d'Evry le 5/02/2019).

AmiGoVille

1 place de la Mairie
91400 GOMETZ LA VILLE
Téléphone : 09 72 54 83 61
contact@amigoville.org
https://amigoville.org

Activités culturelles

THÉÂTRE ENFANTS : 4 À 6 ANS - LES FARFADETS D'ANIMUSIC

animusic

Le théâtre est pour l'enfant un moyen d'acquérir une certaine aisance gestuelle et verbale. Il l'oblige à contrôler son rapport avec les autres.
L'apprentissage se fait à l'aide de jeux, d'utilisation de l'imaginaire, d'exercices d'expression et de comportement scénique.

L'année se terminera par un spectacle qui est préparé tout au long des ateliers.

Nota : Nous nous réservons la liberté du choix des groupes pour chaque enfant en fonction de sa maturité.

Programme de l'année :

- 20 novembre 2021 : Participation à la veillée de contes et légendes, l'occasion d'une première expérience ...
- Fin juin 2022 : La saga des Farfadets où vous présentera la pièce préparée lors de l'année : « Hôtel Transylvanie ». Dracula s'apprête à fêter l'anniversaire de sa fille dans l'hôtel secret qu'il a fabriqué pour protéger tous les monstres des humains. Mais un campeur perdu fait irruption .

L' animateur :
Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :
Cours collectif d'1 heure.

Les horaires :
4 à 6 ans : Mercredi de 15h30 à 16h30

Lieu :
Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
130€	**140€**

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

THÉÂTRE PRÉ-ADOS 7 À 12 ANS - LES FARFADETS D'ANIMUSIC

animusic

Le théâtre est pour le pré-ado un moyen d'acquérir une certaine aisance gestuelle et verbale.
Il l'oblige à contrôler son rapport avec les autres.
L'apprentissage se fera à travers des jeux d'expression, d'improvisation, de diction, de comportement scénique et d'utilisation de l'imaginaire.
Outre le jeu d'acteur, les enfants et pré-ados participeront à l'organisation, décors, affiche, costumes, etc. …

Nota : Nous nous réservons la liberté du choix des groupes pour chaque enfant en fonction de sa maturité.

Programme de l'année :

- 29 novembre 2020 : Participation à la veillée de contes et légendes, l'occasion d'une première expérience ...
- 18,19 et 20 juin 2020 : La saga des Farfadets où vous présentera la pièce préparée lors de l'année : « Hôtel Transylvanie ». Dracula s'apprête à fêter l'anniversaire de sa fille dans l'hôtel secret qu'il a fabriqué pour protéger tous les monstres des humains. Mais un campeur perdu fait irruption .

L' animateur :
Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :
Cours collectif d'1 heure.

Les horaires :
Mercredi de 16h45 à 17h45

Lieu :
Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
130€	**140€**

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

Activités culturelles

THÉÂTRE ADOS : 13 À 18 ANS – LES FARFADETS D'ANIMUSIC

animusic

Quel est l'intérêt d'un tel atelier ?
Suite logique des farfadets enfants et pré-ados, le théâtre ados permet de travailler en équipe et, dans celle-ci, découvrir et épanouir sa personnalité, de parvenir à une bonne diction, utile pour un examen, un entretien, un contact avec les autres.
Le geste et l'espace sont aussi étudiés, ce qui donne de l'assurance dans les déplacements.
La mémorisation progresse, et, pour certains, il est possible de préparer l'option théâtre du baccalauréat.

Nota : Nous nous réservons la liberté du choix des groupes pour chaque enfant en fonction de sa maturité.

Programme de l'année :
- 29 novembre 2020 : Participation à la veillée de contes et légendes, l'occasion d'une première expérience ...
- 18,19 et 20 juin 2020 : La saga des Farfadets où vous présentera la pièce préparée lors de l'année : « Le dîner de cons ». Le principe est simple: Celui qui amène l'invité le plus con à un dîner est déclaré vainqueur. Ce soir, Pierre exulte. Il a trouvé « un con de classe mondiale! ». Un tour de reins vient tout compromettre et le voici coincé chez lui avec son « con », véritable porteur de guigne passé maître dans l'art de déclencher les catastrophes…

L' animateur :
Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :
Cours collectif d'1 heure.

Les horaires :
Lundi 18h30 à 19h30

Lieu :
Foyer rural : grande salle du rez de chaussée

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
130€	140€

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

THÉÂTRE ADULTES – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

La Troupe du théâtre adultes de Culture, Fêtes et Sports est composée d'une douzaine de comédiens amateurs. Si l'expérience vous tente, rejoignez-les pour préparer leur spectacle qui est en général une pièce de boulevard.

Ce spectacle sera joué 4 fois devant un public de Gometziens, puis sur la scène de communes voisines.

Après avoir joué «Le Père Noël est une ordure», «Le ruban» de Feydeau, « On déride Grand-Mère », « Au Cerf qui brame », « Rififi et charentaises », « Du génie dans la peinture » et « Je veux voir Mioussov », nous allons commencer à monter une nouvelle pièce comique pour 2022.

L'animateur :
Pierre TRINQUET
01 60 12 30 27
pierre.trinquet@free.fr

Le format du cours :
Tous les vendredis soir les comédiens se retrouvent au foyer rural pour travailler le spectacle qui sera présenté au public. Il n'y a pas de cours pour débutant, mais mise en commun d'un savoir-faire acquis au long des spectacles qui ont été montés.

Les horaires :
Vendredi : de 20h45 à 23h30

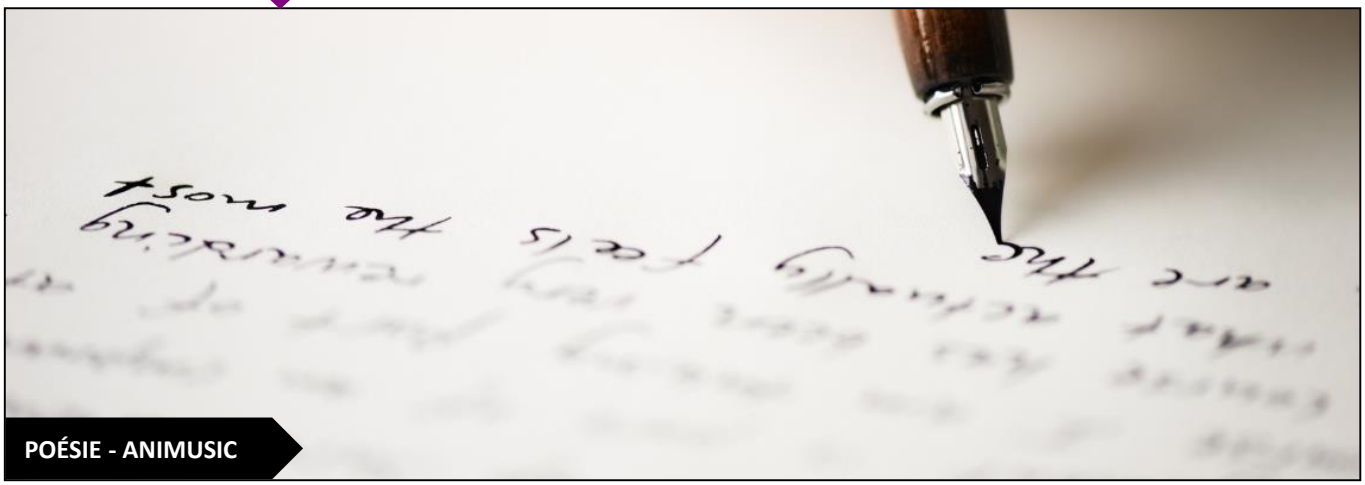
Lieu :
Foyer rural : grande salle du rez de chaussée

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :
Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville
Gratuit (seule l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports est nécessaire)

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.

Activités culturelles



animusic

Poètes chevronnés ou débutants, pendant de nombreuses années, nous organisions le PRINTEMPS DE LA POESIE.

Nous vous proposons ce club afin d'organiser, à nouveau, cette fête culturelle et festive.

L'activité consistera à se réunir pour mettre en commun et réaliser toutes nos idées, même (surtout!) les plus folles…

Trouver les idées de thèmes, amener ses poésies ou celles qui nous touchent, s'ouvrir aux autres clubs poètes alentours.

Et s'ouvrir aux autres arts: peinture, musique, danse, théâtre…

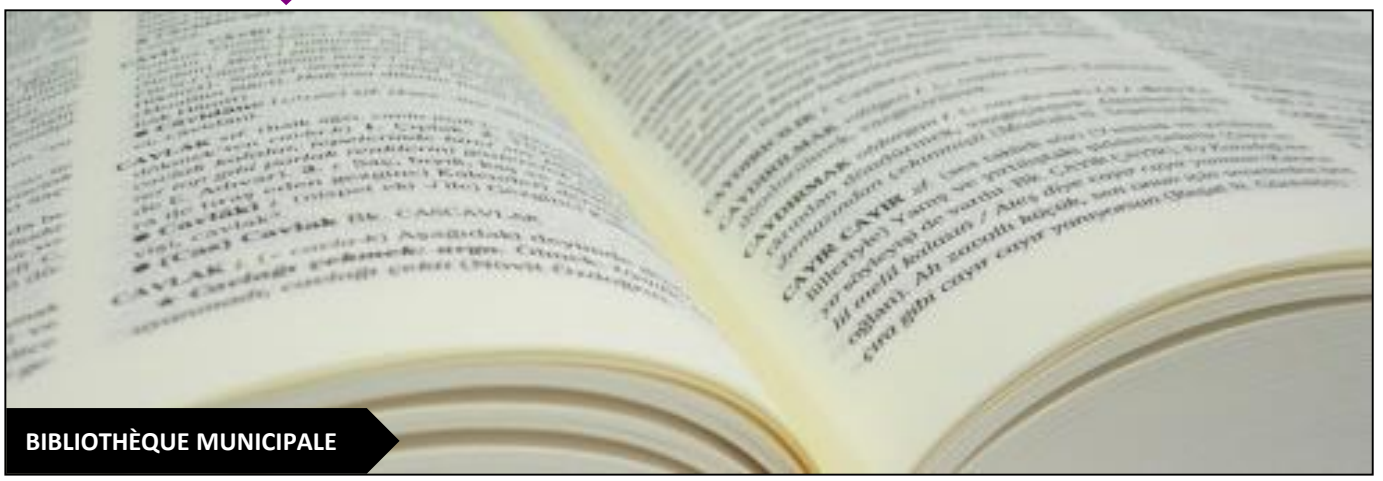
Si ce projet vous intéresse, si vous avez envie d'y participer, appelez-nous pour vous inscrire.

L' animateur :
Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Les tarifs :
Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville
Adhésion uniquement à Animusic

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.



BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

Ce sont les Bénévoles de l'Association « Les Amis de la Lecture » qui gèrent la Bibliothèque, qui vous accueillent, vous écoutent, vous guident, vous conseillent.

Le Conseil municipal vote chaque année dans son budget de fonctionnement, une ligne réservée à l'achat de livres, ainsi qu'une subvention à l'association « Les Amis de la Lecture ».

Grâce aux achats réguliers de livres, plus de 8.000 références de livres adultes et enfants vous attendent dans un cadre agréable.

Le Contact
Marie-Hélène MATHIS
mariehelene.mathis@gmail.com
Bibliothèque : 01 60 12 42 18

Les horaires
Mercredi : 14h00 – 16h00
Samedi : 10h00 – 12h00
Fermeture pendant les vacances scolaires.

Les tarifs
1 Enfant 7 €
2 Enfants 10 €
3 Enfants et + 15 €
1 Adulte 17 €
1 Adulte + 1 enfant 20 €
1 Adulte + 2 enfants et + 25 €
2 Adultes 30 €
2 Adultes et enfants 35€

Activités culturelles

© Copyright Ken Grainger

Gometz la Ville est jumelée depuis 1995 avec High Ham, un village anglais de 800 habitants, situé au sud-ouest du Royaume-Uni.

Au fil des ans, le Comité a constaté l'intérêt faiblissant des habitants de Gometz la Ville pour le Jumelage, intérêt d'ailleurs similaire à celui que manifestent nos amis anglais.
Cet essoufflement est normal et le lot de tout Jumelage.

Le Comité a décidé de préserver les contacts établis et de maintenir des relations de courtoisie avec High Ham, tout en examinant de nouvelles pistes.

N'hésitez pas à nous contacter dès à présent, si vous souhaitez nous faire part de vos suggestions quant aux activités du Comité.

L'animation de la commune passe aussi par le Comité de Jumelage.

Le Contact
Pierre TRINQUET
01 60 12 30 27
pierre.trinquet@free.fr

Comment adhérer au Comité de Jumelage ?

Le comité de jumelage est au service de tous les gometziens qui en sont tous « Membre » sans adhésion.

Activités musicales

PIANO - FLÛTE IRLANDAISE - ACCORDÉON DIATONIQUE - ANIMUSIC

animusic

Pédagogie basée sur « Les Méthodes Actives ». Découverte de l'instrument par le jeu. Les cours incluent l'apprentissage du solfège.

Apprenons avant tout à faire aimer l'instrument, aimer à en jouer et le reste suivra.

« La musique est la langue des émotions. » (E. Kant)

Le répertoire étudié évolue en fonction des demandes de l'élève.

Cours à partir de 7 ans.

L'animateur :
Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :
Cours individuel de 30 minutes.

Les horaires :
En semaine entre 17h00 et 20h00 (à définir avec le professeur).

Lieu :
Foyer rural : salle de musique.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
590 €	**640 €**

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

Activités musicales

ACCORDÉON DIATONIQUE – ANIMUSIC

animusic

Apprentissage sous forme de petits groupes (2 à 6) à partir de 9 ans.

Préparation à un répertoire dans le but de participer aux bals traditionnels au sein des « Diatophiles », groupe créé par les élèves (anciens et actuels), ainsi qu'au repas-concert organisé pour soutenir l'AFM-Téléthon (Samedi 4 décembre) avec les élèves du cours de chant.

Deux bals sont organisés dans l'année. : en octobre et en avril.

Possibilité d'apprendre à jouer en chantant.

L'animateur :
Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :
Cours de groupe de 30 minutes minimum évoluant en fonction du nombre d'élèves.

Les horaires :
Jour et heure à définir avec le professeur.

Lieu :
Foyer rural : Salle de musique .

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville :	Non-résidents sur Gometz la Ville :
250 €	280 €

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

Activités musicales

DJEMBÉ - ANIMUSIC

animusic

Percussion originaire d'Afrique de l'ouest (Mali), le djembé vous séduira par la chaleur du son et les vibrations qui en émanent.
Jouer du djembé, c'est offrir le plaisir du rythme !

Possibilité de prêt d'instruments pour débuter.

Cours accessible à partir de 8 ans.

L'animateur :
François DEJEAN
06 82 13 37 42
francois.dejean@wanadoo.fr

Le format du cours :
Cours d'1 heure par groupe de 4 personnes minimum.

Les horaires :
Jour et heure à définir avec le professeur.

Lieu :
Foyer rural : salle de musique

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville :
300 €

Non-résidents sur Gometz la Ville :
330 €

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

Activités musicales

GUITARE - ANIMUSIC

animusic

La guitare, instrument de composition ou d'interprétation à part entière, c'est aussi l'ami nomade pour l'accompagnement de tout rassemblement en famille, entre amis …
Le professeur d'Animusic est prêt à vous faire découvrir et aimer cet instrument passionnant.
Il propose l'apprentissage et le perfectionnement.
Méthode avec ou sans solfège (tablature).

L'animateur :
François DEJEAN
06 82 13 37 42
francois.dejean@wanadoo.fr

Le format du cours :
Cours individuel de 30 minutes.

Les horaires :
Mardi ou vendredi à partir de 17h00.
(Horaire précis à définir avec le professeur)

Lieu :
Foyer rural : salle de musique.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
590 €	**640 €**

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

Activités musicales

ATELIERS MUSICAUX (ENFANTS, ADOS ET ADULTES) – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Les ateliers musicaux ont pour vocation de :

- donner envie aux participants de poursuivre l'apprentissage d'un instrument par le plaisir de jouer en groupe,
- développer l'écoute musicale et la synchronisation entre instruments,
- partager des moments de musique et de convivialité.

Instruments :
Guitare, batterie, clavier, cuivre, … mais aussi chant…

L'animateur :
Vincent LEPINAUD (Professeur diplômé)
06 14 09 53 94
vincent.lepinaux@gmail.com

Le format du cours (5 inscrits minimum par cours) **:**
Cours collectif d'1h les enfants (-12 ans).
Cours collectif d'1h15 pour les ados (+12 ans).
Cours collectif d'1h15 pour les adultes.

Les horaires :
Mercredi après-midi pour les enfants et pré-ados.
Mercredi soir pour les adultes.
(Horaires confirmés en septembre)

Lieu :
Foyer rural

Les tarifs enfants -12 ans (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :
Résidents ou non- résidents sur Gometz la Ville
280 €

Les tarifs ados + 12 ans (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :
Résidents ou non- résidents sur Gometz la Ville
350 €

Les tarifs adultes (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :
Résidents ou non- résidents sur Gometz la Ville
350 €

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 5€ pour les enfants de moins de 12 ans et les étudiants.

Activités musicales

CHANT SCÉNIQUE ENFANTS 9-14 ANS / ADOS ET ADULTES – ANIMUSIC

animusic

« Nous vous proposons de rejoindre le groupe des « DreamCatchers » qui est, en fait, un cours de chant dans lequel on apprend à chanter soit en groupe, soit en solo.
Ne confondez pas avec le chant choral, nous, c'est du chant scénique.
Chantez ce que vous voulez et améliorez votre voix.
Ces cours sont en plus très amusants et il y a un vrai esprit de convivialité.

Ouvert aux filles comme aux garçons, on s'intègre rapidement et, pour être franche, il n'y a pas un cours où l'on ne rigole pas…

Si l'on veut s'améliorer ou juste parce qu'on aime bien chanter, nous sommes là pour ça.

A la fin de l'année, on se produira alors dans un ou plusieurs endroits. (mais si on ne veux vraiment pas, on peut juste venir au cours)

En tout cas j'espère que ce message vous a donné envie d'y venir et de vous inscrire. »
(texte écrit par une élève du cours de chant.)

L'animateur :
Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :
1 heure minimum, mais durée variable suivant le nombre d'élèves.

Les horaires :
Mercredi 19h00.

Lieu :
Foyer rural : grande salle du 1er étage.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
245 €	**275 €**

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

Activités musicales

L'ATELIER CHORAL GOMETZIEN

Oui, nous pourrons reprendre nos répétitions en respectant les distanciations sanitaires liées à notre discipline. Nous nous retrouverons dans la grande salle du foyer, espacés chacun de 2m et le 2ième rang situé à 2m du 1er . Votre cheffe de chœur se placera à 4m des choristes avec visière ou masque si déplacements pendant la direction. Il faudra aérer la salle avant la répétition et après l'échauffement.

La présentation :
L'atelier choral est fait pour répondre à vos envies de pratiquer le chant à un rythme souple, dans une ambiance conviviale, connaître et entendre sa voix, partager avec des personnes de tout âge,
L'atelier choral gometzien est ouvert à tous, ados et adultes, sans aucun prérequis. Ce n'est pas seulement un cours d'une heure et demie, mais aussi une fantastique aventure humaine et musicale très abordable pour les débutants, sympathique pour les plus expérimentés.
Au programme : technique vocale, respiration, sens de l'écoute, du rythme, de la polyphonie.

Une étroite collaboration avec la chorale Arabesque de Gif sur Yvette permet de participer au Concert Choral Gometzien et à la Fête de la Musique.

La pédagogie :
Acquisition rapide des morceaux, bases de l'écriture musicale, apprendre à libérer sa voix.
Echauffement, respiration, technique vocale, vocalises pendant 20 minutes puis chant choral à plusieurs voix.

L'animateur :
Cours assurés bénévolement par Edwige HUOT-MARCHAND, cheffe de chœur de la Chorale Arabesque de Gif-sur-Yvette et de l'Atelier Choral Gometzien.

Le format du cours :
Cours collectif adapté aux normes sanitaires liées au Covid 19.

Les horaires :
Mardi 17h30 – 19h00

Lieu :
Foyer rural : Grande salle du rez de chaussée.

Le tarif (en plus de l'adhésion à l'Atelier Choral Gometzien) :
gratuit

Adhésion à l'Atelier Choral Gometzien

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'Atelier Choral Gometzien, moyennant le versement d'une cotisation d'adhésion de 20€ par personne.

Activités musicales

COMÉDIE MUSICALE ADULTES – ANIMUSIC

animusic

Théâtre et chant mêlés, la comédie musicale est omniprésente sur les scènes du monde entier depuis plusieurs siècles.

Venez découvrir et participer à la création d'un spectacle musical que nous représenterons lors d'une soirée repas-spectacle sur le thème des chanteurs et chansonniers, le samedi 4 décembre (pour soutenir l'AFM-Téléthon).

Alors acteurs, chanteurs, débutants ou chevronnés : il n'y a rien qui ne puisse s'apprendre, venez nous rejoindre pour cette aventure !

L'animateur :
Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :
Pour adultes.

Les horaires :
Répétitions de 1h minimum, variable en fonction du nombre d'élèves.
Mardi à partir de 20h00.

Lieu :
Foyer rural.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
275 €	**305 €**

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

JUDO ENFANTS À PARTIR DE 5 ANS ET PRÉADOS – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Le Judo est un art de défense, une discipline éducative riche et variée et un sport complet et attractif. Il permet à de nombreux enfants d'acquérir un équilibre physique et mental harmonieux, tout en se défoulant avec plaisir.

Après une période d'échauffement, la section Judo de Culture, Fêtes et Sports propose aux enfants de nombreux exercices et mises en situation qui leur permettent d'apprendre à se contrôler tout en s'amusant, et d'acquérir les techniques de cet Art.

La section Judo est adhérente à la Fédération Française de Judo et tous ses Adhérents y sont licenciés.

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du judo (garder un double chez soi).

Différentes compétitions seront proposées aux enfants au cours de l'année.
Pour les adhérents qui souhaitent participer à des compétitions, la licence est obligatoire et le certificat médical doit mentionner « pratique du Judo en compétition »

L'animateur
Yoann GASTEBOIS
06 22 61 41 93
yoann-gastebois@outlook.fr

Le format du cours :
Cours collectif de 45 minutes pour les enfants à partir de 5 ans.
Cours collectif de 55 minutes pour les pré-ados.

Les horaires :
Enfants : Jeudi 17h45 – 18h30
Pré-ados : Jeudi 18h45 – 20h00

Lieu :
Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
145€ pour les enfants	155€ pour les enfants
175€ pour les pré-ados	185€ pour les pré-ados

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les enfants de moins de 12 ans et les étudiants.

Activités sportives

FOOTBALL LOISIRS ENFANTS ET PRÉADOS – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Sur Gometz la Ville, le Football se pratique en mode Loisirs.

En dehors des séances d'entraînement, les enfants participeront à quelques rencontres amicales avec d'autres villages de la région.

L'animateur
Benjamin CLAIRAC
06 07 95 94 73

Cours foot enfants et préados (minimum de 10 participants) **:**
Cours collectif : 1h30

Les horaires (horaires confirmés en septembre) :
- 6 - 10 ans : samedi 09h15- 10h45
- 11 - 14 ans : samedi 11h00 – 12h30

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :
Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville
175 €

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du football.

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 5€ pour les enfants de moins de 12 ans et les étudiants.

FOOTBALL LOISIRS JEUNES (+ 15 ANS) ET ADULTES – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Sur Gometz la Ville, le Football se pratique en mode Loisirs pour + de 15 ans et les adultes.

Le format :
Foot loisirs pendant 2H00.

Les horaires :
Dimanche : 10h00 – 12h00

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :
Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville
10 €

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du football.

L'animateur
Benjamin CLAIRAC
06 07 95 94 73

Le bureau de la Section Foot
Président : David GUERNALEC
Vice président : Cédric POIRE
Communication : Jamel MOUMDY

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 5€ pour les étudiants.

Activités sportives

TENNIS ENFANTS -18 ANS – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

L'animateur
Anne-Sophie VAN-LISSUM
06 89 43 67 86

C'EST NOUVEAU!

Le format du cours :
25 séances en cours collectif de 60 minutes

Les horaires :
Mercredi ou samedi après-midi (horaires confirmés à l'inscription)
+ accès libre aux terrains de tennis

▪**Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports)** :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
Inscription et licence : 175 €	**Inscription et licence : 195 €**

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du tennis.

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 5€ pour les enfants de moins de 12 ans et les étudiants.

TENNIS ADULTES – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

L'animateur
Anne-Sophie VAN-LISSUM
06 89 43 67 86

Le format du cours :
25 séances en cours collectif de 60 minutes

Les horaires :
Mercredi ou samedi après-midi (horaires confirmés à l'inscription)
+ accès libre aux terrains de tennis

▪**Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports)** :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
Inscription et licence : 230 €	**Inscription et licence : 260 €**

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du tennis.

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 5€ pour les étudiants.

Activités sportives

TENNIS LIBRE POUR TOUS – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Vous pouvez accéder aux 2 terrains de tennis pour en faire la pratique en mode Loisirs.

Les horaires :
Sur réservation des courts de tennis suivant disponibilités.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) (tarifs confirmés en Septembre 2018) :

Résidents sur Gometz la Ville
- **Inscription et licence enfants (-18 ans) : 55 €**
- **Inscription et licence adultes : 95 €**
- **Inscription et licence Famille : 175 €**

Non-résidents sur Gometz la Ville
- **Inscription et licence enfants (-18 ans) : 75 €**
- **Inscription et licence adultes : 115 €**

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du tennis.

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.

PILATES ADULTES RENFORCEMENT MUSCULAIRE, ÉQUILIBRE, SOUPLESSE – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Le Pilates est une méthode d'entraînement physique qui s'inspire du yoga, de la danse et de la gymnastique. Elle se pratique au sol, sur un tapis, ou à l'aide d'appareils. Ces objets (ballons, ressorts, élastiques) induisent des déséquilibres, ce qui incite le corps à faire appel à une série spécifique de muscles stabilisateurs.
Grâce à la polyvalence des appareils, on peut y pratiquer des centaines d'exercices différents.

Les exercices sont sans mouvements brusques et sans chocs d'impact. Ils ne doivent jamais causer de douleur, ni surtaxer un groupe musculaire.
Au contraire, un programme complet d'exercices vise à mettre en action, en alternance, tous les groupes musculaires, parfois dans des combinaisons inhabituelles. On insiste particulièrement sur les exercices pour le bas du tronc (muscles abdominaux et fessiers), régions que Joseph Pilates, le créateur de la méthode, appelait la « génératrice ».

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du Pilates (chaque mois pour les femmes enceintes)

L'animateur :
Baya DI SOTTO (Instructeur Pilates certifié, diplômé de l'école Leaderfit)
06 76 12 13 49

Le format du cours (sous réserve d'un minimum de 8 inscrits par cours) :
Cours collectif de 60 minutes.

Les horaires :
Lundi : 10h00 à 11h00
Lundi : 11h15 à 12h15
Jeudi soir en attente

Lieu :
Foyer rural : grande salle du rez de chaussée

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
210€	**240€**

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.

Activités sportives

GYMNASTIQUE ADULTES : CARDIO – FITNESS – MUSCULATION –ABDOS – FESSIERS – STRETCHING – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Que vous soyez un Homme ou une Femme, quel que soit votre âge et votre condition physique, nous vous proposons de vous remettre en forme, de renforcer votre musculature, de vous tonifier et de sculpter votre silhouette, ou tout simplement de vous aider à vous sentir bien dans votre corps.
La section Gymnastique adultes de Culture, Fêtes et Sports vous propose des séances à thèmes accessibles à tous pour développer la force, l'endurance, la coordination... et de brûler des calories avec du matériel adapté : steps, bâtons de gym, poids, élastiques, tapis de gym, etc. … dans la bonne humeur et en musique.

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la gymnastique.

L'animateur
Benjamin CLAIRAC
06 07 95 94 73

Le format du cours :
Cours collectif de 75 minutes (sous réserve d'un minimum de 10 inscrits par cours)

Les horaires :
Lundi : 20h00 – 21h15
Mercredi : 20h15 – 21h30

Lieu :
Foyer rural : grande salle du rez de chaussée

Les tarifs pour l'accès aux 2 séances (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
208 € pour les Adultes	**238 € pour les Adultes**

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.

HIIT ADULTES – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Le HIIT signifie High Intensity Interval Training. Il s'agit d'une méthode d'entrainement sportive basée sur des intervalles d'effort à très haute intensité. L'enjeu est de réaliser une séance de sport efficace et non chronophage. D'un point de vue scientifique, le HIIT a démontré son intérêt dans la perte de poids ainsi que dans l'amélioration de la VO2max. Par conséquent, l'entraînement HIIT s'adresse à une large population, recherchant une :

- Perte de poids efficace
- Diminution de son pourcentage de masse grasse
- Amélioration de son endurance

C'EST NOUVEAU!

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du Hiit.

L'animateur
Yoann GASTEBOIS
06 22 61 41 93
yoann-gastebois@outlook.fr

Le format du cours :
Cours collectif de 1 heure (sous réserve d'un minimum de 10 inscrits par cours)

Les horaires :
Jeudi : 20h15 – 21h15
Mercredi : 20h15 – 21h30

Lieu :
Foyer rural : grande salle du rez de chaussée

Les tarifs pour l'accès aux 2 séances (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
175 €	**195 €**

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.

Activités sportives

RANDONNÉE PÉDESTRE ADULTES – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

La section Randonnée de Culture, Fêtes et Sports a été créée en 1986 et compte déjà une cinquantaine d'adhérents.

Son objectif : entretenir votre forme physique tout en goûtant au plaisir de la découverte des paysages de nos régions.

Sa proposition : une randonnée, chaque mois, le dimanche matin à la belle saison et le dimanche après-midi en saison hivernale. Nos randonnées sont de 12 km environ (soit à peu près 3h de marche) .
La section Randonnée organise également, une fois par an, en mai, un week-end randonnée.

Conditions de participation : Les randonnées mensuelles sont ouvertes aux adhérents à jour de leur cotisation (cotisation Culture, Fêtes et Sports ainsi que la cotisation section Randonnée). **Les grands week-ends nécessitent une participation supplémentaire.**

Qui organise les randonnées ? Les adhérents volontaires proposent de prendre en charge le circuit et l'organisation de randonnées lors de l'AG. Le bureau apporte son aide, particulièrement pour l'organisation des grands week-end.

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la marche.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

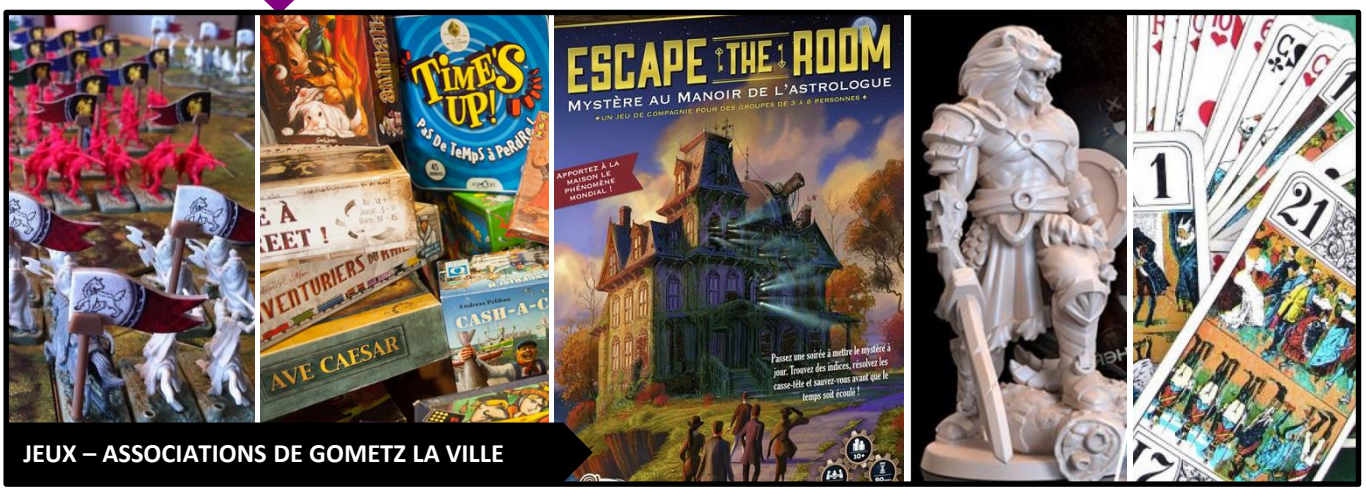
Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
10 € pour les adultes	**10 € pour les adultes**

Pour le bureau de la Section Randonnée, Bernard Lloret, président.
bernardlloret9@gmail.com

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.

Activités de loisirs



JEUX – ASSOCIATIONS DE GOMETZ LA VILLE

Nouvelle activité organisée et animée par 2 associations de Gometz la Ville

- Jeux de plateaux,
- Jeux de figurines,
- Jeux de rôles,
- Jeux de stratégie,
- Wargames …
- Jeux de société,
- Jeux d'enquêtes,
- Jeux d'énigmes,
- Jeux de dés,

C'EST NOUVEAU!

Chaque association vous précisera les modalités d'organisation lors du Forum des activités organisé le Samedi 4 septembre.

Les animateurs LudoClub Animusic :
Philippe Dumont
06 23 81 60 14
philou.demon@free.fr

Sophie Garçon
06 03 97 95 31
sophie.briquet91@gmail.com

L'animateur CFS Game Culture, Fêtes et Sports :
Walter Orengo
06 08 13 83 90
w.orengo@hotmail.fr

Les horaires :
Vendredi de 21h00 à 1h00.

Lieu :
Foyer rural : salle du 1er étage

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic ou Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
5€	8€

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les enfants et étudiants.

Activités de loisirs

PATCHWORK ADULTES – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Le patchwork est l'art et la manière d'assembler différents tissus.

Nous vous proposons de venir :
- apprendre,
- vous perfectionner
- ou simplement patcher en groupe et non seul chez vous dans une ambiance d'échange, de partage et surtout de bonne humeur.

Vous pourrez réaliser :
- sacs,
- panneaux,
- plaids,
- pochettes …

Il n'est pas forcément nécessaire de savoir coudre.
Il faut surtout avoir envie de créer de ses mains des objets pour vous ou pour offrir.

L' animatrice :
Sandrine POIRIER
06 15 69 01 72

Le format :
Séance de 3 heures.

Les horaires :
Lundi : de 13h30 à 16H30

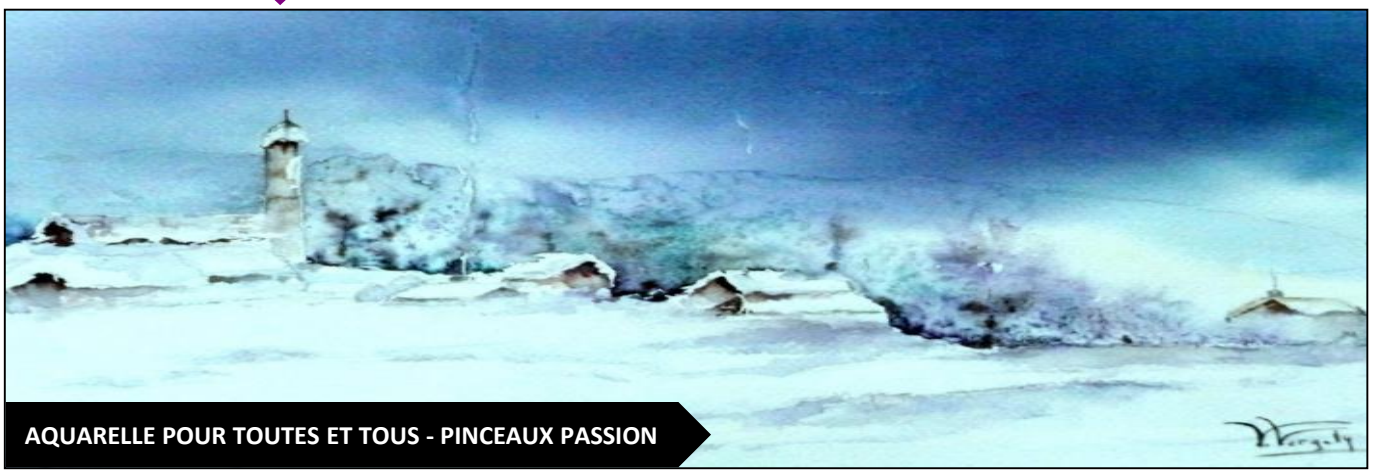
Lieu :
Foyer rural : salle du 1er étage

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
40 €	**42 €**

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



AQUARELLE POUR TOUTES ET TOUS - PINCEAUX PASSION

Plaisir des jeux de couleurs et de lumière et savant dosage de la goutte d'eau avec Violette Vergely, aquarelliste et professeur d'aquarelle qui guide, conseille et encourage !

Cours adaptés pour débutants et initiés .

L'animateur :
Violette Vergely
Aquarelliste
06 88 07 50 46
pv.vergely@orange.fr

Le format :
Atelier de 5 à 8 personnes maximum de 15 séances de 2h30. (Minimum 5 personnes)
Inscription pour 15 séances dans l'année, 5 séances par trimestre.

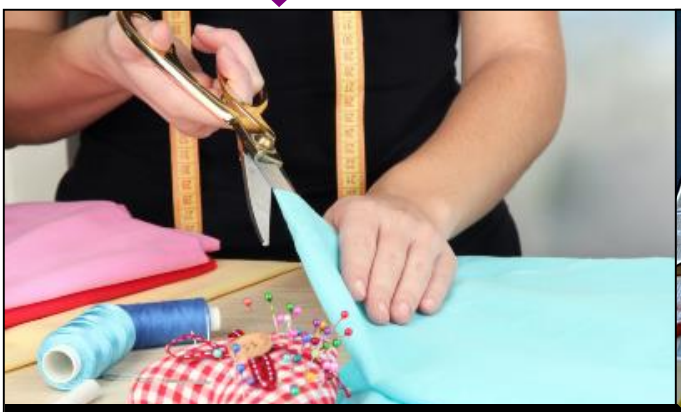
Les horaires :
Vendredi de 14h à 16h30.
Dates des 5 cours du 1er trimestre de la saison 2020-2021 :
vendredis 9 octobre, 16 octobre, 6 novembre, 13 novembre et 27 novembre.

Lieu :
Chemin de Damiette à Gometz la Ville

Renseignements et inscriptions :
Violette Vergely : 06 88 07 50 46 – pv.vergely@orange.fr
Edwige Huot-Marchand : 06 11 20 66 26 – hm_ed@yahoo.fr

Les tarifs :
Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville
360€ pour les 15 séances.
Si plus de 5 personnes = tarif dégressif.
Cours d'essai possible à 35€ le cours.

Activités de loisirs



ATELIER BRICOLAGE, DÉCORS ET COSTUMES - ANIMUSIC

Ouvert aux parents d'élèves de théâtre, aux élèves et, par extension, à tous ! **animusic**

Fabrication des décors et des costumes qui serviront aux différentes pièces jouées par les « Farfadets ».

Apprendre à peindre, dessiner, à utiliser une perceuse, fabriquer un décor avec des éléments de récupération, coudre avec et sans couture, ...partager ses connaissances,
Et même, des fois, on pique-nique tous ensemble dans une bonne humeur conviviale !

L'animateur :
Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format de l'atelier :
Réunions certains samedis et/ou dimanches de l'année.

Lieu :
À définir.

Les tarifs :
Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville
Adhésion uniquement à Animusic

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 7€ par personne.

La Caisse des Ecoles est une association ayant pour objectif de récolter des fonds afin de financer les sorties scolaires des enfants de l'école Ingénieur Jean Bertin.

Pour l'année 2020/2021, malgré les restrictions sanitaires, diverses manifestations ont pu être proposées aux enfants et financées par la Caisse des Ecoles :

- Fournitures scolaires en partenariat avec Rentrée Discount ;
- Kit créatif d'Halloween à réaliser à la maison ;
- Calendrier de l'avent offert aux enfants avec une activité par semaine à réaliser à la maison : emporte-pièce pour faire des biscuits de Noël, sets de table jeux et coloriages adaptés à l'âge des enfants, kit de bâtonnets pour laisser libre court à l'esprit créatif de nos petits.
- Activité Escape Game et un livre offert pour chaque enfant pour Noël ;
- Opérations avec la société Initiatives : vente de bouteilles personnalisées avec les dessins des enfants, vente de chocolats pour Noël et Pâques et vente de bulbes de printemps ;
- Distribution d'un sujet en chocolat et de cadeaux pour Pâques ;
- Vente du muguet le 1er Mai en pré-commande et livraison à domicile ;

Malheureusement, la fête de l'école en collaboration avec l'équipe enseignante n'a pas pu avoir lieu à cause de la crise Covid. Cependant, les fonds récoltés sur l'année ont permis de financer en totalité les sorties scolaires qui ont été réalisées pour la plupart en juin.

Enfin, pour cette année exceptionnelle, la Caisse des Ecoles a voulu prendre en charge des achats exceptionnels afin d'améliorer la vie des enfants à l'école, en accord avec la directrice. C'est donc une toute nouvelle table de ping-pong pour les classes élémentaires et une tour d'escalade pour les maternelles que découvriront les enfants à la rentrée.

Nous restons à votre disposition pour toute idée ou demande d'information et si vous souhaitez vous investir pour aider à la mise en place des différentes animations organisées, contactez-nous !

Merci à tous pour votre participation !

Les membres de la Caisse des Écoles.
Contact : cdegometz@gmail.com

POTAGER ASSOCIATIF : POTAGO

POTAGO, association de Gometz la Ville depuis 2016, a pour objectif de cultiver en coopération des fruits, des légumes, des herbes aromatiques et des fleurs, en privilégiant des variétés anciennes et des techniques de cultures douces comme la permaculture.

Un autre objectif de l'association est le retour à la nature : être dehors et vivre au rythme des saisons, de la météo, faire en sorte d'accueillir la biodiversité, s'émerveiller devant un lézard qui se balade à côté, une portée de campagnol sous la paille, des abeilles minuscules qui rentrent dans les abris, des bourdons qui se roulent dans les tournesols…

La participation, l'entraide et le partage guident notre fonctionnement. Nous cultivons un terrain proche du centre-ville depuis 5 ans et avons déjà effectué quelques récoltes de délicieux légumes. Dès la première année de l'association, nous avons eu plusieurs succès en remportant notamment le concours des éco-citoyens de l'Essonne pour notre projet.

Nous rejoindre, c'est participer à la vie du potager au moins une heure par semaine quand vous le souhaitez, et assister régulièrement aux réunions hebdomadaires qui permettent de se retrouver et de planifier les tâches.
Plus la participation de chacun sera active plus les récoltes seront abondantes et plus la part de chacun sera importante.
Ces activités sont toujours faites dans la convivialité et la bonne humeur dans un cadre agréable et reposant !

Nous avons encore bien des progrès à faire, des choses à construire, à réfléchir… ensemble !
Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues pour cultiver et entretenir les 1500 m² du terrain mais aussi pour partager des connaissances, découvrir la nature, bricoler, rêver, cuisiner …
Vos idées, votre énergie, votre enthousiasme, vos questions, vos rêves, votre participation sont autant de choses qui vont faire avancer notre beau projet, et nous permettre de cultiver mieux et en plus grande quantité.

Le tarif :
Pour les nouveaux adhérents, la cotisation est fixée à 50 € pour une personne et 75 € pour un couple.
Elle comprend entre autres l'achat de graines et de matériel.
Le renouvellement de l'adhésion est fixé à 25 €.

Envie de rejoindre l'aventure ?
Envoyez-nous un email à potago@laposte.net
Contactez Marion (06.50.76.47.77) ou Sarah (06.11.29.99.57)
Venez directement nous voir sur le terrain un dimanche après-midi. (Derrière le cimetière)
Notre blog : https://potago.wordpress.com/

CLUB DES SENIORS

C'est une Association qui accueille les plus de 60 ans dans une ambiance conviviale.
De nombreuses activités sont proposées et les membres se réunissent les mardis après-midi au Foyer Rural pour partager un moment d'amitié ou pour une balade pédestre dans la proche région.

Le contact :
Présidente :
Patricia ROUSSET
patricia.rousset@gmail.com

Les Rencontres au Foyer Rural :
Mardi tous les 15 jours : de 14h00 – 17h00 : jeux de société, activités manuelles, goûter…

Balades :
Mardis tous les 15 jours : de 13h45 – 16h30 par beau temps dans la région

Lieu :
Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.
Pour les balades : rendez-vous sur le parking de la mairie.

Le tarif :
Résidents sur Gometz la Ville
15€

Activités de bien-être

YOGA ADULTES – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

Discipline millénaire, le yoga propose une pratique très complète accessible à tous où l'on recherche l'harmonie du corps, du souffle et de l'esprit.
La séance est unique et adaptée en fonction de ce qui « est » dans l'instant et en même temps structurée par des propositions de postures (Asana) et d'enchaînements qui respectent et recherchent l'équilibre entre tonicité et souplesse. Puis vient un temps de relaxation et des techniques de respiration (pranayama) amenant naturellement vers la méditation.
Le fil conducteur de la séance est avant tout la mise en place d'une respiration consciente, alors peu à peu le pratiquant est amené à découvrir un espace et une dimension intérieure de plus en plus calme, claire et profonde.
Par la pratique juste des postures portée par le souffle, le cours de yoga est un moment privilégié pour quitter l'agitation et retrouver harmonie et énergie.

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du yoga.

L'animatrice :
Catherine ATZENHOFFER
06 20 30 06 25
Catherine.atzenhoffer@gmail.com

Le format du cours (sous réserve d'un minimum de 10 inscrits par cours) :
Cours collectif de 1h15 minutes.

Les horaires :
Lundi : 18h00 – 19h15

Lieu :
Grande salle du rez de chaussée

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :
Forfait de 10 cours

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
195€	**205€**

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.

Activités de bien-être

MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE ADULTES – CULTURE, FÊTES ET SPORTS

La méditation de pleine conscience (Mindfulness) consiste à vivre l'instant présent, à diriger son attention sur ce qui se passe en soi (la respiration, les sensations corporelles, le flot incessant des pensées) mais aussi autour de soi (sons, odeurs…) simplement en observant, sans jugement de valeur, sans rien attendre et avec bienveillance. Ressasser le passé ou s'angoisser pour le futur, ne fait que renforcer notre mal-être et nous fait passer à coté de bons moments de notre vie.
En développant notre conscience, notre attention au moment présent, nous apprenons à ne plus être dans le « faire », dans la pensée, mais au contraire à « être », à ressentir, à accepter. Avec une pratique régulière, la méditation entraine de nombreux bienfaits, tant au niveau physique que mental. Elle réduit le stress, l'anxiété, la rumination mentale, la réactivité émotionnelle. Elle améliore le sommeil, apaise l'esprit et permet de trouver un équilibre intérieur. Elle apporte la sérénité et une paix intérieure profonde. Elle favorise l'épanouissement personnel et permet de profiter pleinement de chaque instant qu'offre la vie.
La méditation de pleine conscience se pratique assis, allongé ou en marchant. Elle peut être utilisée par tous comme une approche favorisant le bien-être et la santé.
Méditer c'est faire l'apprentissage de la sérénité.

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la méditation.

L'animatrice :
Mado
06 14 61 98 74
Pleineconscience.dourdan@gmail.com

Le format du cours :
Cours collectif de 60 minutes (sous réserve d'un minimum de 10 inscrits par cours) :

Les horaires :
Vendredi : 18h00 – 19h00

Lieu :
Foyer rural : Grande salle du RDC

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville	Non-résidents sur Gometz la Ville
175€	**195€**

Adhésion à Culture, Fêtes et Sports

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Culture, Fêtes et Sports, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.

les activités gometziennes

Forum des activités et associations :
le samedi 04 septembre de 10h00 à 18h00 au foyer rural de Gometz la Ville

GOMETZ-LA-VILLE