

L'ÉVEIL  
N  
F  
O  
SARRY



FOYER RURAL

Téléphone au 03 26 21 42 58  
06 69 50 44 41

SECRETARIAT OUVERT :

Mercredi : 17h30 à 19h  
(Sauf pendant les vacances scolaires)

Mail : [eveil-de-sarry@wanadoo.fr](mailto:eveil-de-sarry@wanadoo.fr)

Site : <http://www.eveildesarry.fr/>

 <https://www.facebook.com/eveildesarry>

N° 381

SEPTEMBRE

Souriez,  
c'est la rentrée !



Saison 2023-2024

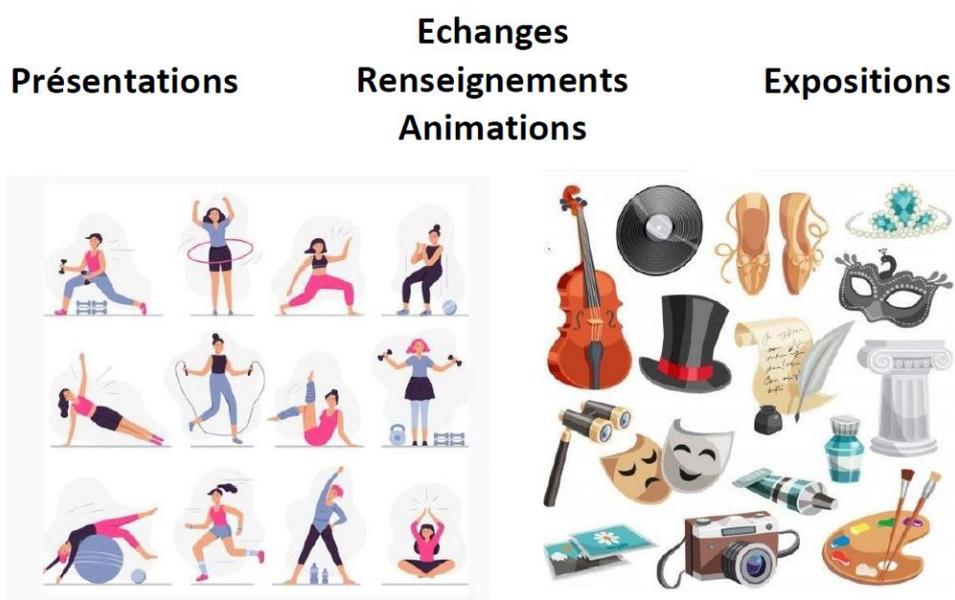
# FORUM DES ASSOCIATIONS

## SARRY

Le samedi 9 septembre  
de 13h30 à 17h  
Parking de la Salle des Fêtes\*

Les différentes associations vous attendent :

- L'Éveil de Sarry
- Le club Omnisport
- La Bibliothèque
- L'APES
- L'Amicale des fêtes
- Familles rurales des deux villages de la Blaise
- Sarry, sécurisation RN44
- Les chasseurs



- *Dans la salle des fêtes en cas de mauvais temps*

# MOT DE LA PRÉSIDENTE

Après ces vacances estivales passées certainement trop vite, les membres du bureau et moi-même vous souhaitons une bonne rentrée associative en prenant ou reprenant votre adhésion au sein des foyers ruraux « Éveil de Sarry ».

Pour répondre à vos désirs et vous satisfaire, nous vous invitons à consulter notre panel d'activités inséré dans la présente brochure.

Toute mon équipe se fera un plaisir de vous accueillir le samedi 9 septembre au forum des associations qui se tiendra de 13h30 à 17 heures sur le parking de la place de la salle des fêtes à Sarry.





## LISTE DES ACTIVITÉS 2023-2024

Adhésion à l'Éveil	Sarrysiens-nes Adultes 20 €			Communes voisines Adultes 22 €
	Sarrysiens-nes Enfants – 16 ans 15 €			Communes voisines Enfants - 16 ans 17 €
ACTIVITÉ	JOUR	HEURE	LIEU	COUT SUPPLEMENTAIRE
Aéromodélisme	dimanche	14h	gymnase de la Blaise (rue du Bas)	0 €
Anglais débutant	à déterminer	à déterminer	salle du bas de l'Éveil	180 € (possibilité d'échelonnement)
Arts plastiques	jeudi	16h à 19h	petite salle à l'Éveil	0 €
Atelier floral	un vendredi tous les 2 mois	14h30 à 16h30	(1 <sup>er</sup> étage entrée cour bibliothèque)	0 €
Atelier Sarrygolo	mercredi tous les quinze jours	13h30 à 15h	à la bibliothèque	30 €
Baby judo enfants né-e-s de 2018 à 2020	mercredi	10h45 à 11h45	dojo du gymnase de la Blaise (rue du Bas)	90 €
Bibliothèque pour les bénévoles	voir jours des permanences			0 €
Body karaté	jeudi	19h30 à 20h30	dojo du gymnase de la Blaise (rue du Bas)	148 €
Café théâtre	mardi	20h	salle du 1 <sup>er</sup> étage à l'Éveil (entrée porche)	0 €
Cartes	mardi	de 13h30 à 18h15	salle du Colombier (derrière la mairie)	0 €
Chant choral	mardi vendredi	18h30 à 20h30		15 €
Couture	mardi	à partir de 13h30	local (cour école primaire)	0 €

ACTIVITÉ	JOUR	HEURE	LIEU	COUT SUPPLEMENTAIRE
Encadrement	vendredi	9h30 à 11h30	petite salle à l'Éveil (1 <sup>er</sup> étage entrée cour bibliothèque)	70 €
Envie de Coudre	mercredi	16h à 18h	salle du 1 <sup>er</sup> étage à l'Éveil (entrée porche)	85 €
		18h à 20h		85 €
Eveil création	lundi	14h à 17h	salle du 1 <sup>er</sup> étage à l'Éveil (entrée porche)	0 €
Eveil Infos	tous les mois		bureau de l'Éveil	0 €
Foot vétérans	dimanche	9h	stade	10 €
Généalogie	mardi	14h30 à 16h30	salle du bas à l'Éveil	0 €
Initiation aux arts du cirque	mercredi	15h15 à 16h15	dojo du gymnase de la Blaise (rue du Bas)	90 €
Judo enfants avec licence Né-e-s de 2009 à 2017	mardi	18h45 à 20h		140 € (possibilité d'échelonnement)
Karaté	jeudi	18h30 à 19h30		131 €
Musique	mercredi	entre 14h et 21h	petite salle à l'Éveil (1 <sup>er</sup> étage entrée cour bibliothèque)	coût du professeur
Peinture sur porcelaine	vendredi	14h30 à 17h	salle du bas à l'Éveil	336 € (possibilité d'échelonnement)
Photo-club	1 <sup>er</sup> et 3 <sup>ème</sup> vendredis de chaque mois	20h30	salle du bas de l'Éveil	10 € sans licence
				48 € avec licence
Rando pédestre	dimanche	14h	place de la mairie	0 €
Renforcement musculaire (gym) après-midi	mardi	14h à 15h	gymnase de la Blaise (rue du Bas)	60 €
Renforcement musculaire (gym) soir	mardi	20h30 à 21h30		60 €
RTT - jeux de société	mercredi des semaines impaires	14h	salle du Colombier (derrière la mairie)	0 €
RTT - promenade	mardi et vendredi	10h	parking de la salle des fêtes	

ACTIVITÉ	JOUR	HEURE	LIEU	COUT SUPPLEMENTAIRE
RTT - bowling	jeudi	14h	bowling Escarnotières	tarification spécifique aux adhérent-e-s
Scrabble	lundi et/ou vendredi	17h30	salle du 1 <sup>er</sup> étage à l'Éveil (entrée porche)	20 € 1 <sup>ère</sup> adhésion à la fédération 40 € les années suivantes
		14h		
Self défense ado adultes Né-e-s en 2008 et avant	mercredi	19h à 20h30	dojo du gymnase de la Blaise (rue du Bas)	150 € (possibilité d'échelonnement)
Sophrologie	jeudi	17h15 à 18h15	salle du Colombier (derrière la mairie)	150 € (possibilité d'échelonnement)
		18h30 à 19h30		150 € (possibilité d'échelonnement)
	vendredi	14h15 à 15h15		150 € (possibilité d'échelonnement)
Tennis de table	mercredi	17h à 19h	gymnase de la Blaise (rue du Bas)	0 €
Théâtre ados	mercredi	13h30 à 15h	salle du 1 <sup>er</sup> étage à l'Éveil (entrée porche)	30 €
Théâtre "les Sarrybiens"	selon le calendrier des responsables		local (cour école primaire)	0 €
Yoga	lundi	17h15 à 18h30	dojo du gymnase de la Blaise (rue du Bas)	150 € (possibilité d'échelonnement)
		18h45 à 20h		150 € (possibilité d'échelonnement)
	mercredi	16h30 à 17h45		150 € (possibilité d'échelonnement)
Zumba	mardi tous les quinze jours	18h30 à 19h30	salle badminton au COS route de Sogny	30 €

## RENSEIGNEMENTS

Permanence ouverte chaque  
mercredi de 17h30 à 19h  
(hors vacances scolaires)

6 rue de l'Église - 51520 SARRY  
Tél. : 03 26 21 42 58  
ou : 06 69 50 44 41

E-Mail : [eveil-de-sarry@wanadoo.fr](mailto:eveil-de-sarry@wanadoo.fr)  
Site : [www.eveildesarry.fr](http://www.eveildesarry.fr)  
[Facebook.com/eveildesarry](https://www.facebook.com/eveildesarry)

# Nouvelles activités proposées

- Anglais débutant



- Initiation aux arts du cirque

- Généalogie



- Zumba

# ANGLAIS DÉBUTANT

Vous retrouvez une âme d'étudiant-e et vous songez à apprendre la langue de Shakespeare.

L'Éveil de Sarry peut satisfaire votre désir en vous proposant des cours collectifs (maxi 8 personnes) pour débutant-e-s assurés par Naïra.



Durée de la séance 1h30

Une réunion d'information avec la professeure aura lieu le **mardi 5 septembre 2023 à 18h30** dans la salle du rez-de-chaussée du bâtiment de l'Éveil, 6 rue de l'Église.

**Pour tous renseignements complémentaires contacter le secrétariat**

**Coût : adhésion à « ÉVEIL DE SARRY » + 180 €**

# INITIATION AUX ARTS DU CIRQUE



Le cirque est aujourd'hui au cœur de nombreux projets et enseignements pour les enfants de tous niveaux.

Il constitue un outil pédagogique privilégié qui peut favoriser le développement d'actions d'éducation artistique dans un cadre sécurisé.

Cette nouvelle activité est proposée aux enfants à partir de 6 ans et Nora, animatrice certifiée, les initiera aux trois familles des arts du cirque :

- Jonglerie (avec utilisation d'objets, balles...),
- Acrobatie - Équilibre,
- Expression corporelle (jeu d'acteur...).

Les cours auront lieu le **mercredi de 15h15 à 16h15** au **dojo du gymnase** de la Blaise, rue du bas.

Pour tout renseignement s'adresser au secrétariat :

03 26 21 42 58 - 06 69 50 44 41

Coût : adhésion à « Éveil de Sarry » + 90 €

# GÉNÉALOGIE

Venez remonter dans le passé en apprenant plus d'informations sur vos ancêtres. Patrice BRISSON vous conseillera, vous accompagnera dans vos recherches sur Internet où vous pourrez :

- découvrir le cheminement de vos aïeux
- rechercher vos origines
- réaliser au mieux votre arbre généalogique



Juste quelques séances suffiront pour que vous ayez perçu toutes les subtilités et deveniez maître en la matière.

## Obligations :

- savoir déjà se servir d'Internet,
- savoir faire une copie d'écran,
- savoir se connecter au wifi,
- venir avec votre ordinateur portable ou tablette.

Chaque séance durera entre 1h30 à 2h. La 1<sup>ère</sup> aura lieu **le mardi 26 septembre 2023 à 14h30 dans la salle du rez-de-chaussée du bâtiment de l'Éveil, 6 rue de l'Église.**

**Pour tous renseignements complémentaires contacter le secrétariat**

**Coût : adhésion à « ÉVEIL DE SARRY »**

# ZUMBA

La zumba est un programme d'entraînement physique complet alliant tous les éléments de la remise en forme :

- Cardio
- préparation musculaire
- équilibre
- flexibilité



Les chorégraphies s'inspirent principalement des danses latines mais aussi de styles variés comme la danse du ventre ou la quebradita.

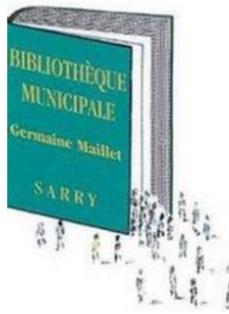


Accessibles à toutes et tous venez découvrir les cours qui seront assurés au gymnase de la blaise par Sylvie. Dans la bonne humeur vous bénéficierez d'une heure de détente.

Nous vous donnons rendez-vous **les mardis tous les quinze jours de 18h30 à 19h30 salle du badminton dans les locaux du COS (Club Omnisports de Sarry) route de Sogny à Sarry.**

**Pour tous renseignements complémentaires contacter le secrétariat**

**Coût : adhésion à « ÉVEIL DE SARRY » + 30 €**



**Bibliothèque Municipale**

**Germaine Maillet**

**Sarry**

La bibliothèque municipale est ouverte le samedi de 14h à 16h pendant les vacances scolaires.

C'est la rentrée, retrouvez le chemin ... de la bibliothèque aux heures habituelles dès le 6 septembre.

**Venez découvrir les dernières nouveautés.**

**Ouverture de la bibliothèque**

**Lundi : 16h à 18h**

**Mercredi : 14h à 17h**

**Jeudi : 16h à 17h**

**Samedi : 14h à 16h**

**Retrouvez nous sur le Forum des Associations**

**qui aura lieu le 9 septembre**

**A partir du 20 septembre 2023  
deux mercredis par mois  
de 13h30 à 15h  
à la bibliothèque de Sarry**



**Pour les enfants à partir de 6 ans : Reste 2 places**

Tout au long de l'année, l'activité SARRYGOLO s'inspirera du livre pour créer des objets avec des matériaux différents.

Nous aborderons aussi les thèmes tels que Halloween, Noël, Pâques...



Ces travaux feront l'objet d'une exposition en fin d'année à la bibliothèque.



Coût : Carte individuelle d'adhérent  
30€ de participation

Responsable :

Nelly DEROCHE 03 26 21 61 21

Pour les enfants intéressés, veuillez remplir le **coupon** ci-dessous et le **déposer à la bibliothèque avant le 13 septembre 2023 aux heures d'ouverture.**



Désire participer à l'activité régulière de la bibliothèque

Nom : ..... Prénom : ..... Age : .....

Adresse : .....

Mail : .....

N° de téléphone : .....

# BABY-JUDO

C'est une activité physique et sportive à caractère ludique pour les enfants à partir de 3 ans ou l'aspect technique n'est pas la priorité.



## Le baby judo contribue :



- au développement de la motricité générale et celui du sens social
- à prendre confiance en soi
- à se canaliser
- à se concentrer sur une tâche
- à gérer son appréhension des chutes

## Le baby-judo c'est aussi :

- ✓ un accompagnement vers la maîtrise d'habiletés motrices fondamentales (équilibre, préhension, locomotion).
- ✓ des activités où l'enfant agit seul mais aussi des pratiques où il est obligé de coopérer avec les autres (comotricité).



Les cours qui sont assurés par Mélissa JACQUES, animatrice certifiée, ont lieu **le mercredi de 10h45 à 11h45 au dojo du gymnase de la Blaise rue du bas.**

Pour tous renseignements complémentaires contacter le secrétariat

**Coût : adhésion à « ÉVEIL DE SARRY » + 90 €**



# LE BODY KARATE

Tous les jeudis de 19h30 à 20h30 au dojo Sarry

Cours animés par

**Laure PICHELIN et Alexandra CADE**

Vous recherchez une activité physique afin de garder la forme, travailler votre coordination et votre équilibre tout en partageant un moment sportif en groupe dans une ambiance dynamique, le tout rythmé par la musique, alors le Body Karaté est fait pour vous.

Associant technique de Karaté sans contact et chorégraphie dynamique, cette activité vous permettra de développer une discipline mentale et physique. En place depuis deux ans sur Sarry, elle remporte un vif succès et est donc réitérée pour la rentrée 2023-2024.

L'avantage de la discipline est qu'il n'y a pas besoin d'être pratiquant Karaté, il s'agit d'une conception pédagogique, technique et énergétique qui s'adresse à tous et à toutes, du débutant au confirmé.



## Sur une séance d'une heure, nous proposons :

- une phase d'échauffement ostéoarticulaire et cardio
- des enchaînements simples ou chorégraphiés avec poings / pieds / blocages / déplacements
- du renforcement musculaire type cuisses / abdos / fessiers
- des étirements et un retour au calme

**Activité ouverte à tous : adultes et enfants à partir de 12 ans.**

**Démarrage des cours le jeudi 14 septembre 2023.**

**Nous vous proposons deux séances d'essai gratuites.**

**Pour toutes informations n'hésitez pas à contacter**

**Sandrine au 06 75 24 05 49**

**Suivez-nous sur Facebook : Karaté Club de Fagnières**

# CHANT CHORAL



Faites-vous plaisir pour la rentrée,  
venez chanter avec la chorale de l'ÉVEIL de SARRY

Reprise des répétitions de la chorale  
le vendredi 18 août, 18h30 → 20h30  
Salle du colombier à Sarry

Chants corses : pour ceux qui seraient intéressés, un groupe de chanteurs se retrouve certains mardis à 18h30.

! Une restitution du travail réalisé en stage autour des chants corses, aura lieu à l'église de Sarry le samedi 16 septembre à 17h30.

Entrée libre, gratuit, ouvert à tous.  
N'hésitez pas à venir les écouter pour vous faire une idée et en faire profiter vos amis.



Pas de connaissances musicales requises  
Venir avec son envie de chanter et sa bonne humeur.

Venez en discuter avec la chef et les choristes :  
au Forum des associations : le 9 septembre, 13h30 → 17h



Sur le parking de la salle des fêtes de SARRY

Contact : [polysongs51@orange.fr](mailto:polysongs51@orange.fr) 06 85 46 14 57



## CLUB

R (retraite)

T (très)

T (tranquille)

Vous êtes retraités(ées) ou vous avez du temps libre, vous demeurez à Sarry ou dans une commune avoisinante alors n'hésitez plus, le Club RTT vous attend !

Nous vous proposons des activités de loisirs, de rencontres et de détente.

Pour toutes nos activités chacun vient quand il veut, quand il peut ! Le club RTT a été créé à la rentrée de septembre 2015 et comptait une quarantaine d'adhérents. Grâce au travail de toute l'équipe du Comité d'animation RTT qui a proposé un grand nombre d'animations et de sorties, nous sommes 240 RTtistes après 8 années d'existence !

- **Après-midi « Jeux de société »** : les mercredis des semaines impaires à 14h à la **salle du Colombier** (cour de la mairie). Reprise le **mercredi 13 septembre 2023** puis le 27/09, le 11/10. 25/10...





- **Bowling** : Tous les jeudis. Rendez-vous à **14h** dans le hall du bowling des Escarnotières. Tarif réduit pour les adhérents de l'Éveil, reprise officielle le **jeudi 7 septembre 2023**.

- **Groupe « Promenade »** : Rendez-vous les mardis et vendredis à 10h sur le parking de la salle des fêtes quand la météo le permet. Promenade de 5 à 6 kms de 10h à 11h30/11h45. Reprise officielle le **vendredi 1<sup>er</sup> septembre 2023**



### 1)° Echos des dernières animations :



#### - Repas des adhérents

**RTT** : nous étions 96 convives pour déguster les bons plats préparés par chacun. Comme toujours il y avait une bonne ambiance et l'après-midi jeux et pétanque, ont agrémenté cette journée.

- **Visite des caves Perrier à Châlons + resto** : cette sortie initialement programmée le 20 juin a été reportée au 29 septembre 2023.



## 2)° Prochaines propositions d'animations (en dehors des activités régulières) :

Visite des caves Joseph Perrier à Chalons + restaurant le vendredi 29 septembre 2023. Les adhérents RTT auront le détail de cette sortie dans la deuxième quinzaine du mois d'Août.



**SAMEDI 9 SEPTEMBRE**  
13H30 - 17H



Pour les nouveaux : le comité RTT sera présent pour vous renseigner au Forum des associations le 9 septembre 2023.

Pour la saison 2023/2024, le programme est en cours de réalisation et sera bientôt proposé à tous les adhérents du club.

## 3)° En préparation :

Une soirée Théâtre à Paris, une journée guinguette, des visites, etc...

Notre comité d'animation RTT se réunit régulièrement pour établir et organiser ces animations.



Seules les personnes inscrites au Club RTT reçoivent le détail des animations futures (par mails).

Adhésion au Club RTT : il faut posséder la carte de l'Éveil (valable aussi pour toutes les autres activités).

Des fiches d'inscriptions sont disponibles au bureau de l'Éveil, 6 rue de l'Église à Sarry (permanences tous les mercredis de 17h30 à 19h) ou auprès de vos responsables d'activités.

**Forum des Associations le samedi 9 septembre 2023 de 13h30 à 17h à la salle des fêtes de Sarry (à l'extérieur si la météo le permet)**

Les membres du comité d'animation RTT seront présents pour vous renseigner sur les activités du club et il sera possible de renouveler son adhésion.

Une permanence spéciale aura lieu le vendredi 8 septembre 2023 de 17h30 à 19h à l'Éveil pour les inscriptions au Club RTT (saison 2023/2024)

**Bonne rentrée à toutes et tous  
Votre équipe d'animation RTT**

**Contact : [michel.lallement94@sfr.fr](mailto:michel.lallement94@sfr.fr)  
Tél : 03 26 64 34 70 ou 07 88 77 30 48**





## **ENCADREMENT**

Depuis de nombreuses années, nous sommes une douzaine de personnes à nous réunir chaque vendredi de 9h30 à 11h30 sous la conduite de Geneviève qui nous donne de nombreuses idées et nous dispense ses bons conseils.

La reprise pour la saison 2023-2024  
aura lieu le vendredi **15 septembre**  
au 1<sup>er</sup> étage de l'Éveil  
(entrée par la cour de la bibliothèque)

### **Inscriptions sous réserves de places disponibles**

*En appelant au préalable, une des 3 responsables :*

- Claude : 06 15 86 45 58
- Monique : 07 87 37 20 45
- Véronique : 06 76 33 70 87



# ÉVEIL CRÉATIONS

Après quelques semaines de vacances,

Éveil Créations

reprendra ses activités

le lundi 4 septembre à partir de 14h.

Nous serons très heureuses

de vous accueillir

pour partager

dans la bonne humeur

nos idées de créations.



# JUDO

C'est un sport martial créé au Japon en 1882. Ce sport de combat qui se pratique avec un kimono améliore les capacités cardiovasculaires, l'endurance et la respiration.



**Il favorise :**



- le renforcement musculaire
- le développe,
- la souplesse,
- l'équilibre,
- la coordination.

Enfin il enseigne la discipline, la maîtrise et la confiance en soi.

Les cours sont assurés par Stéphane LAMPSON, professeur diplômé d'état ceinture noire 4° DAN et ont lieu **le mardi de 18h45 à 20h au dojo du gymnase de la Blaise rue du bas.**



**Pour tous renseignements complémentaires contacter le secrétariat**

**Coût : adhésion à « ÉVEIL DE SARRY » + 140 €**



# COURS DE MUSIQUE

## Guitare & Piano

**Programme de la rentrée 2023-2024 et Tarifs :**  
*Les cours sont proposés les mercredis entre 14h et 20h30*

### GUITARE & UKULÉLÉ

#### 6-8 ans

⇒ **ATELIER d'INITIATION** groupes de 3 à 5 enfants  
(séances de 30 minutes, possibilité de prêt d'instrument pendant les séances) ..... 330 €

#### 9-12 ans

⇒ **COURS COLLECTIF** par groupe de même niveau  
(séances de 45 minutes) ..... 490 €

#### Adultes et enfants de + 12 ans

⇒ **COURS COLLECTIF** par groupe de même niveau et de même tranche d'âge  
séances d'1 heure (45 minutes en duo) ..... 530 €

#### ⇒ **COURS INDIVIDUEL**

(séances de 30 minutes, possibilité 1 heure 1 sem./2) ..... 550 €

#### **PIANO** adultes et enfants de + 12 ans, débutants et "faux-débutants"

⇒ **COURS** (séances de 30 minutes, possibilité 1 heure 1 sem./2) ..... 550 €

*Cours hebdomadaires, hors période vacances scolaires  
Créneaux à définir selon vos disponibilités  
Réduction famille à partir de deux inscriptions  
Essai gratuit*

*En cas de nouveau confinement, les cours auront lieu  
en visio.*



**DÉMONSTRATION et INSCRIPTIONS**  
**Mercredi 13 septembre 2023 à 18h**  
**Rue de l'Église (Entrée côté Bibliothèque)**  
**SARRY**

Plus de renseignements : 06 30 07 48 85 *Teddy Langlois, professeur*

# Photoclub



L'activité se réunit à Sarry  
6 rue de l'Église  
Salle du bas à côté du porche

Cette activité reprendra  
le vendredi 15 septembre 2023  
à 19h30

Projections des photos des membres

Formations assurées à la demande :

- utilisation de son appareil
- traitement des images
- pour photos couleurs
- pour photos noir et blanc,
- sorties, avec ou sans thème.

Photo studio (photographe ou modèle)  
Les modèles mineur(e)s sont accepté (e)s

A la demande également,  
formations ciblées pour les nouveaux photographes.

Club affilié à la Fédération Photographique de France  
(avantages, concours, etc: à voir sur le site de la fédé)

Les réunions ont lieu les 1 et 3<sup>ème</sup> vendredis de chaque mois  
à 19h30, avec possibilité de décalage sur un autre vendredi,  
selon les besoins.

Possibilité de venir gratuitement  
une fois afin de découvrir cette section.



## SOPHRO-MÉDITATION

Cette activité existe depuis 5 ans à l'Éveil de Sarry. Les séances vont reprendre **les 14 et 15 septembre**. Elles se déroulent dans la salle du Colombier (Cour de la mairie).

Elles sont animées par **Paola**, diplômée de l'ESNE (École de sophrologie du Nord-Est de Reims).

Depuis l'an dernier, il y a 3 groupes qui sont limités à **12 personnes**. Les jours et horaires seront connus fin août. Ils devraient être les suivants :

- Le jeudi (1<sup>o</sup> séance de 17h15 à 18h15, 2<sup>o</sup> séance de 18h30 à 19h30)
- Le vendredi de 14h à 15h. Le 1<sup>o</sup> groupe (du jeudi à 17h15) est déjà complet.

*(En cas de changement d'horaire, les personnes inscrites seront prévenues individuellement).*

Beaucoup de personnes de la saison dernière s'étant déjà réinscrites, les places vacantes sont limitées, aussi n'hésitez pas à vous faire connaître dès maintenant : ☎ 07 87 37 20 45.

Vous pouvez également nous retrouver au forum des associations le samedi **9 septembre de 13h30 à 17h**.



***Venez profiter de ces séances collectives qui vous apporteront : détente du corps et du mental, meilleure concentration, confiance en soi, meilleure capacité à vivre ses émotions, amélioration du sommeil, apaisement des douleurs...***

*Une heure rien que pour soi, pour respirer, se poser, souffler, éliminer ses tensions... Techniques simples et praticables par tous, en position assise, debout ou allongée.*

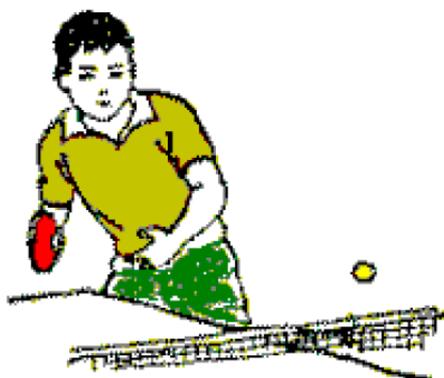
Inscriptions **dans la limite des places disponibles**

# TENNIS DE TABLE

Amateurs et amatrices de sport de raquettes,  
venez passer un bon moment (avec la petite balle)  
de détente dans la bonne humeur.

Sans compétition uniquement en loisir.  
(le matériel est prêté si vous n'êtes pas équipé).  
Tous les niveaux et tous les âges sont les bienvenus.  
Les entraînements se passent au gymnase les  
mercredis de 17h à 19h

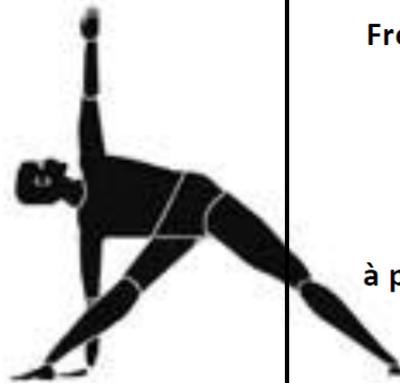
Pour plus de renseignements complémentaires  
contacter François au **06 42 51 46 56**.



**La reprise des entraînements  
débutera le mercredi 6 septembre**



# Y O G A



Chaque semaine, TROIS séances  
sont proposées à Sarry,

**animées par**

**Frédéric POUILLY Professeur diplômé**

Lundi de 17h15 à 18h30

et de 18h45 à 20h

Mercredi de 1 H30 à 17h45

**à partir du lundi 11 et mercredi 13  
septembre 2023**

Frédéric POUILLY propose un Yoga au service du bien-être physique, mental et émotionnel.

Il s'agit d'une pratique douce, issue du Hatha yoga,  
combinée à une respiration profonde et consciente.

### **Les séances comprennent :**

**Des exercices physiques** : principalement axés sur la souplesse de la colonne vertébrale (qui abrite le système nerveux central). Ces postures, qui corrigent la statique du corps, agissent également sur la circulation des fluides, sur les glandes et les organes, aussi bien que sur les muscles.

**Des exercices de respirations** : pour calmer, rééquilibrer le mental et recharger le corps.

**Des relaxations** : intercalées entre les postures pour permettre au corps de récupérer physiquement et en fin de séance pour favoriser un état de calme méditatif.

**... L'ÉNERGIE ET LA BONNE HUMEUR, C'EST POUR VOUS...**

**Mesdames, Mesdemoiselles, Messieurs,  
laissez-vous tenter ...**

Venez faire un essai pendant UNE ou DEUX séances dans les locaux du **dojo du gymnase de la blaise - rue du bas (dans le prolongement des tennis)** à Sarry.

Adhésion à l'Éveil 20 € pour les Sarrysiens et 22 € pour les personnes de l'extérieur,  
cotisation qui vous donne droit à d'autres activités du foyer.

+ 150 € pour couvrir la rémunération de notre professeur.

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS : le foyer l'Éveil 06 69 50 44 41

Chantal HESL : 06 79 65 08 63 - Sylvie REGNIER : 06 19 84 67 74

# KARATE SHOTOKAN



**Tous les jeudis de 18h30 à 19h30  
au dojo du complexe sportif  
Route de Sogny – 51520 SARRY**

**Cours animés par Jacky PERCEBOIS - DIF 4<sup>ème</sup> DAN**

Le Karaté Shotokan, art martial nécessitant force et puissance vous permettra de pratiquer un sport de combat tout en faisant preuve de maîtrise de soi.

Vous y travaillerez votre adresse, votre souplesse et votre dextérité tout en renforçant votre mental. Aussi vous pratiquerez quelques notions de self-défense.

Pour celles et ceux qui le souhaitent vous pourrez participer à des compétitions.

Cette activité est ouverte à toutes et à tous, adultes, ados et enfants à partir de 12 ans.

**Démarrage des cours le jeudi 21 septembre 2023.  
Nous vous proposons deux séances d'essai gratuites.**

Pour toutes informations, n'hésitez pas à contacter  
Sandrine au **06 75 24 05 49**

Suivez-nous sur Facebook : Karaté Club de Fagnières

**Les  
Associations**

**Les  
Commerçants  
et autres**

**vous invitent à lire  
leurs articles**

# ***BROCANTE SARRY***

***10 septembre***

***RÉSERVATIONS***

*30 août et 6 septembre  
de 17h à 19h*

*Salle du Colombier  
( derrière mairie)*

*Réservé aux particuliers*

*Renseignements :*

*03.26.65.87.02 OU 07.66.16.01.79*

*mail:amicaledesfetes.sarry51@gmail.com*

*Organisée par l'Amicale des fêtes de Sarry*



L'amicale des parents d'élèves  
des écoles de Sarry et Moncetz

Vous souhaite la bienvenue à son

Vente de  
boissons  
chaudes  
ou  
froides



Une boucle de 2 km avec plusieurs passages possibles  
en marchant ou en courant  
Possibilité d'un parcours de 500 mètres pour les maternelles

### Règlement

- . Les enfants de maternelle au CE1 doivent être accompagnés par un adulte.
- . Un pack sécurité est fourni à chaque participant (lunettes, tee-shirt).
- . Inscriptions en quantité limitée (100 personnes maximum).

Coupon réservation APES COLOR Dimanche 17 septembre 2023				
Nom – Prénom – Classe :				
Téléphone obligatoire			Mail	
Nombre de participant(s)	Nombre	Tarif	Montant	Nombre d'enfant(s) de – 12 ans inscrits :
		5 €	€	

Coupon réponse et règlement par chèque à l'ordre de l'APES à déposer jusqu'au lundi 11 septembre à l'école élémentaire ou maternelle Cousteau 14 rue du thermot à Sarry.

Pour tous renseignements adresse mail : [apes.sarry@gmail.com](mailto:apes.sarry@gmail.com) ou sur le site facebook : APESARRY  
L'association se réserve le droit d'annuler la manifestation pour des conditions climatiques défavorables, pour un nombre d'inscriptions insuffisant.

# **LOTO**

SALLE DES FÊTES DE

# **SARRY**

**7 octobre 20h00**

**Spécial : Bons d'achats**

**Valeur total: 1500 €**

**Accueil à partir de 19h**

**Réservations :**

**Tél : 07 66 16 01 79**

**mail: [amicaledesfetes.sarry51@gmail.com](mailto:amicaledesfetes.sarry51@gmail.com)**

**Buvette et petite restauration sur place**

**Organisé par l'Amicale des fêtes de sarry**



## DEMARRAGE DES COURS saison 2023/2024

### ACTIVITES ENFANTS

#### INSCRIPTIONS ou PRE-INSCRIPTIONS dès le lundi 26 Juin au CO SARRY

- BABY RECRE (4/5 ans). -----Mercredi 13 Septembre 10h30 → 11h45 (gymnase de la Blaise)
- GYMNASTIQUE RYTHMIQUE section loisir -----Mardi 12 ou Mercredi 13 Septembre horaires suivant section (gymnase de la Blaise)
- EVEIL A LA DANSE (4/5 ans) -----Samedi 16 Septembre 9h30 → 10h30
- INITIATION A LA DANSE (6/7 ans) -----Samedi 16 Septembre 10h30 → 11h30
- DANSE CLASSIQUE (+ 8 ans) Débutant 1 -----Mercredi 13 Septembre 13h15 → 14h15
- DANSE CLASSIQUE (9/10 ans) Débutant 2 -----Mercredi 13 Septembre 15h15 → 16h15
- DANSE CLASSIQUE Elémentaire 1ere année pointe Mercredi 13 Septembre 16h15 → 17h15
- DANSE CLASSIQUE (+ 16 ans) Avancé/Intermédiaire Samedi 16 Septembre 12h45 → 13h45
- DANSE MODERN'JAZZ (+ 8 ans) Débutant 1 -----Mercredi 13 Septembre 14h15 → 15h15
- ..... Ou ----- Jeudi 14 Septembre 18h00 → 19h00
- DANSE MODERN'JAZZ (12/13 ans) Elémentaire ---Mercredi 13 Septembre 17h15 → 18h15
- DANSE MODERN'JAZZ (14/15 ans) Intermédiaire -Samedi 16 Septembre 11h30 → 12h30
- DANSE MODERN'JAZZ (+16 ans) Avancé -----Samedi 16 Septembre 13h45 → 14h45
- DANSE STREET JAZZ (Hip Hop) ( 8/13 ans) -----Vendredi 15 Septembre 18h00 → 19h00
- ..... (+ 14 ans ou suivant niveau) --Vendredi 15 Septembre 19h00 → 20h00
- ECOLE DE TENNIS ..... -----Lundi 04 Septembre (à partir du) horaires selon groupe
- ECOLE DE BASKET BALL -----Vendredi 11 Septembre 18h30 → 20h30 (selon niveau)
- ECOLE DE FOOT ..... -----Mercredi 06 Septembre 14 h00 (selon groupe)

#### Pour les mineurs

Photo récente

QUESTIONNAIRE

DE SANTE

& Attestation





## ACTIVITES ADULTES REPRISE DES COURS année 2023/2024

● ABDO – FESSIERS .....	Lundi	11 Septembre -----	19h00 → 20h00
.....	Mercredi	13 Septembre -----	18h30 → 19h30
● BODY SCULPT .....	Lundi	11 Septembre -----	18h00 → 19h00
.....	Mardi	12 Septembre -----	19h00 → 20h00
● COURS D'ANGLAIS .....	Jeudi	21 Septembre -----	18h00 19h45
● POSTURAL BALL .....	Mercredi	13 Septembre -----	mercredi 20h30 / jeudi 12h15
● ENTRETIEN MUSCULAIRE (+50 ans) .....	Mardi 12/	Vendredi 15 Sept	10h00 → 11h30
● GYM MODEREE .....	Lundi	11 Septembre -----	15h00 → 16h00
● GYM & FORME .....	Jeudi	14 Septembre -----	9h30 → 10h30
● STRETCHFIT ou STRETCHING .....	Mardi	12 Septembre -----	18h00 → 19h00
● LATIN STEP Fessiers, Abdo, Cuisses .....	Mercredi	13 Septembre -----	19h30 → 20h30
● Cours PILATES - Hugues .....	Mardi	12 Septembre -----	17h00 → 18h00 ou 20h00 → 21h00
Pascal .....	Jeudi	07 Septembre -----	17h00 → 18h00
Pascal .....	Vendredi	08 Septembre -----	17h00 → 18h00
Angélique .....	Mardi	12 Septembre -----	9h30 → 10h30
● MARCHE NORDIQUE .....	Jeudi	14 Septembre -----	14h00 → 15h45
● DANSE MODERN'JAZZ Adultes .....	Lundi	11 Septembre -----	20h00 → 21h00
● LADIES DANSE Adultes .....	Jeudi	14 Septembre -----	20h00 → 21h00
● STREET JAZZ Ados et Adultes .....	Jeudi	14 Septembre -----	19h00 → 20h00
● Danse CLASSIQUE Adultes .....	Vendredi	15 Septembre -----	19h00 → 20h00 (Nlle activité)
● DANSE DE SALON .....	Vendredi	15 Septembre -----	20h00 → 22h00 (selon niveau)
● BASKET Détente .....	Lundi	11 Septembre -----	18h30 → 20h00
● MARCHE DETENTE .....	Lundi	28 Aout	9h30 → 11h45
● QI GONG .....	Mercredi	13 Septembre -----	9h30 → 10h45
● SPORT & SANTE .....	Jeudi	14 Septembre -----	10h30 → 12h00
● TENNIS Cours Adultes (à partir du) ...	Lundi	04 Septembre -----	suitivant groupe

**CERTIFICAT MEDICAL ou QUESTIONNAIRE DE SANTE OBLIGATOIRE (suivant règles en vigueur)**

**pour les réinscriptions (certificat médical datant de - 3 ans, ou suivant règles en vigueur)**





**ASSOCIATION FAMILLES RURALES  
DES DEUX VILLAGES DE LA BLAISE**

**ORGANISE**

**du 23 octobre au 3 novembre 2023**

**UN ACCUEIL LOISIRS SANS HÉBERGEMENT  
POUR LES ENFANTS SCOLARISÉS DE 3 - 14 ANS  
AVEC CANTINE**

*Dates et lieu d'inscriptions*

**Le mercredi 27 septembre 2023 de 17h30 à 19h**

**Le samedi 30 septembre 2023 de 10h30 à 12h**

**Au Petit chez nous : 6 rue royale à MONCETZ-LONGEVAS**

Si 1<sup>ère</sup> inscription de l'année, ne pas oublier :

- votre avis d'imposition
- photocopie des vaccins de l'enfant
- fiche de renseignements et fiche(s) sanitaire\*
- chèque ou espèces pour l'adhésion à Familles Rurales

**\*Vous pouvez télécharger les documents  
sur le site des mairies de Moncetz-Longevas et Sarry  
afin de les compléter par avance pour un gain de temps.**

**Vous pouvez régler inscription + cantine en chèques bancaires, espèces,  
chèques vacances, CESU ou bons vacances CAF/MSA**

**Pour tout renseignement :**

**Mail : [contact@ufr2blaise.fr](mailto:contact@ufr2blaise.fr)**



# Bettina Kasztelan

## Réflexologue

### NOUVEAU

à

Moncetz-Longevas,

Je vous propose des soins de réflexologie plantaire ou palmaire (massage des pieds ou des mains) à mon cabinet situé au 1, rue de la Pagerie à Moncetz-Longevas parce que votre bien-être général est précieux.

Pour prendre un rendez-vous ou répondre à vos questions n'hésitez pas à me joindre :

Par téléphone au 06.13.63.35.68

ou par messagerie : [bettina.bien.etre@gmail.com](mailto:bettina.bien.etre@gmail.com)



Je vous souhaite à toutes et tous une excellente rentrée,  
pleine d'énergie et de peps.

J'ai le plaisir d'être présente sur la Foire Exposition  
le dimanche 3 et le jeudi 7 septembre.

Je vous propose de venir me rencontrer et échanger sur  
mes prestations sur un stand convivial sous le chapiteau  
bien-être (stand "Campus bien-être")

Profitez des offres spéciales FOIRE\*

-25% sur les prestations

Consultation naturopathique - Reiki - Réflexologie plantaire

Massage amma assis



**Zen'RJ**

"Reconnectez-vous au bien-être et à la vitalité"

Contactez Fanny: 06 69 91 05 62 ou zenrj51@gmail.com

\* offre valable pour les RDV pris sur le stand ou sur la période du 1<sup>er</sup> au 11 septembre.

# SOPHROLOGIE & HYPNOSE

à Sarry

## séances individuelles\* & collectives

Je vous accompagne avec bienveillance si vous souhaitez:



- Apprendre à vous **détendre, lâcher-prise**
- **Prendre soin de vous**
- Gérer votre stress, vos émotions, vos angoisses
- Retrouver votre **énergie, JOIE** de vivre, **légèreté**
- Décupler votre **confiance & votre estime** de vous
- **Mieux dormir**
- Vous **reconnecter** à votre corps
- Être à **l'écoute** de vos besoins, de vos ressentis
- Découvrir vos propres **ressources, richesses** intérieures
- Développer votre **créativité, votre imagination**
- **Préparation mentale** (aux examens, baccalauréat, prise de parole en public, permis de conduire...)
- **Phobies** etc.

\* à partir de 10 ans

### RENSEIGNEMENTS & PRISE DE RENDEZ-VOUS

Karine Robin-Glachant

sophrologue & praticienne en hypnose certifiée RNCP depuis 2015

06 67 86 84 33

karineglachant@free.fr - Crenolib

# 1<sup>er</sup> Salon de la Parentalité

Unique dans la région

Il sera rythmé par des ateliers et des conférences gratuites mentionnés sur le présent programme.

Nous vous attendons nombreux,  
pour cette journée riche en échanges et partages.



O bulles de tendresse

Organisé par



Portez vous bien

En partenariat avec

L'Association Familles Rurales des 2 villages de la Blaise

## Salon de la parentalité

De 10h  
à 18h



Dimanche 1er Octobre 2023

Entrée  
GRATUITE

Au programme

Des exposants sélectionnés par domaine d'activité

Des ateliers et des conférences

Restauration sur place

Salle des  
Fêtes  
MONCETZ-  
LONGEVAS

Plus d'information par mail :  
[salondelaparentalite51@gmail.com](mailto:salondelaparentalite51@gmail.com)  
et découvrez nos invités sur les réseaux facebook et instagram  
[@salondelaparentalite51](https://www.instagram.com/salondelaparentalite51)





# PROGRAMME



## Les ateliers

10h15 à 11h : Massage bébés

10h15 à 11h : Réflexologie plantaire  
(bébés de 1 à 6 mois)

11h15 à 12h : "A la découverte  
de soi" (à partir de 8 ans)

11h15 à 12h15: Portage  
physiologique des bébés

13h30 à 14h15 : Mon Moment Magique  
(enfants de 6 à 11 ans)

14h30 à 15h15 : Sophrologie parents/enfants  
(5-8 ans)

15h30 à 16h15 : Yoga parents/enfants  
(3-6 ans)

16h30 à 17h15 : Relaxation ludique  
(à partir de 2 ans)



## Les stands

Psychopédagogie positive, Coach parentale, Massage, Yoga, Réflexologie plantaire, Sophrologues, Monitrice en portage physiologique, Educatrices de Jeunes Enfants, Esthéticienne, Doula, Photographe, Ecole Montessori, Matériels pour l'allaitement, Micro crèche, Créateurs locaux, Accessoires de puériculture, jouets, Association Voyager Dos à la route (by Securange), Association Familles Rurales

Entrée  
libre

## Toute au long de la journée

Espace jeux/livres, Espace nurserie, Massage intuitif,  
Restauration sur place,  
Photos de famille, Maquillage enfants, body painting (avec participation)



## VENTE DE LEGUMES BIO

Vendredi 10h - 12h et 16h - 19h

Samedi 10h - 12h

Réservations possibles au 07.87.77.82.19

@ [www.evasionverte.fr](http://www.evasionverte.fr)  Evasion Verte  @evasionvertepaysage

Évasion Verte est une jeune entreprise d'aménagements paysagers et de maraîchage bio. Créée en 2021 par Clément LAHANQUE, ingénieur du paysage diplômé de l'ITIAPÉ Lille, elle se compose d'un savant mélange d'expertise en aménagement paysager et d'un profond respect de l'environnement.

Pour la deuxième année consécutive, Évasion Verte propose à la vente aux particuliers et aux professionnels ses légumes bio, de saison, produits sur place à Sarry. Tout est cultivé dans l'optique d'offrir une alimentation saine, dans respect des cultures et sans produit phytosanitaire.

Chaque semaine, retrouvez nos légumes bio, produits au rythme des saisons et de la météo. L'occasion de retrouver ou de découvrir les saveurs uniques des légumes du potager.

Rendez-vous sur l'exploitation d'Évasion Verte, au 1 Bout de Moncetz à Sarry, les vendredis de 10h à 12h puis de 16h à 19h, ainsi que les samedis de 10h à 12h.





# Achillée millefeuille

Magasin associatif bio

Pour une bio locale, saine



accessible à tous, respectueuse de l'humain

et de son environnement

Heures d'ouverture : Lundi 15h-19h

Mardi, mercredi, jeudi 9h -13h et 15h -19h

Vendredi, samedi 9h -19h



Arrivage le samedi matin : <https://www.poiscaille.fr>



Pour recevoir votre poisson, Inscrivez-vous sur le site

**La monnaie libre (june) est dans votre magasin !**



monnaie-libre.fr

Pour plus d'infos allez sur notre site internet à la page

« nouvelles » <https://www.achilleemillefeuille.fr>



# Dates à retenir

06/09  
09/09  
10/09  
13/09  
17/09  
27 et 30/09

1<sup>er</sup>/10

07/10

Réservations Brocante (page 31).  
Forum des Associations (page 2).  
Brocante de Sarry (page 31).  
Inscriptions Musique (page 24).  
APES Color (page 32).  
Inscriptions Accueil Loisirs AFR (page 36).  
  
Premier Salon de la Parentalité à Moncetz (pages 40 et 41).  
Loto à Sarry (page 33).

**Les articles pour l'Éveil Infos du mois  
d'OCTOBRE**

**sont à transmettre par mail:  
christianfrancoise.geyer@gmail.com  
eveil-de-sarry@wanadoo.fr  
au plus tard**

**LE JEUDI 14 SEPTEMBRE 2023**