

L EVEIL
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

Site : <https://eveil-de-sarry.fr>

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

 <https://www.instagram.com/eveil51520>

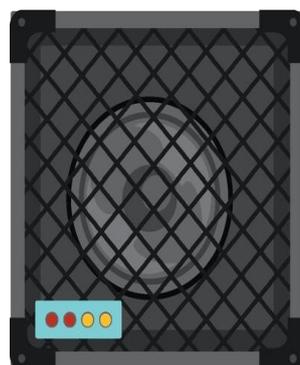
eveil51520

N° 398

JUIN 2025

Spectacle de musique

Le 14 juin à 14h



FORUM DES ASSOCIATIONS

SARRY

***Le 30 AOÛT 2025
de 13H30 à 17H00***

***parking du Club Omnisports
route de Sogny****

Les différentes associations vous attendent :

- L'Éveil
- Le Club Omnisports
- La Bibliothèque
- L'APES
- L'Amicale des Fêtes
- Familles rurales des deux villages de la Blaise
- Sarry, sécurisation RN 44
- Les chasseurs
- Sarryzen....

Echanges

Présentations

Renseignements

Expositions



Animations



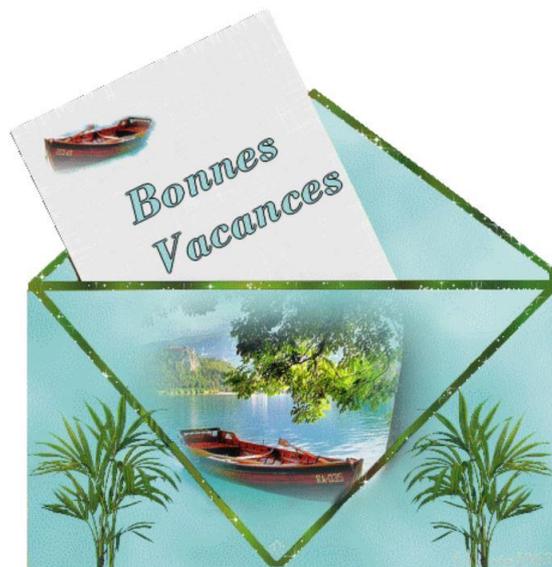
****à l'intérieur du Club Omnisports en cas de mauvais temps***

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Je profite de cette dernière parution de brochure
pour la saison 2024/2025
pour vous souhaiter
au nom de tous les membres du bureau
de très bonnes vacances estivales.

Nous vous donnons rendez-vous en septembre
pour l'entame d'une nouvelle saison
et la reprise de vos activités.

Ensemble, forts de notre unité
et de notre passion commune,
nous continuerons à faire
du foyer rural « l'Éveil de Sarry »
une association entreprenante et dynamique.



THÉÂTRE ADOS

Cette section pourrait reprendre à la rentrée prochaine si de jeunes ados se mobilisent en venant découvrir le professionnalisme de François et de Jacques. Le théâtre est une passion qui peut apporter beaucoup de satisfaction et d'épanouissement de soi.

François



Actuellement, comédien de la troupe des Sarrybiens, est un passionné qui prend plaisir dans tous ses différents rôles de personnages. Pour lui le théâtre est une merveilleuse façon d'approfondir sa confiance en soi. Se produire sur une scène offre un sentiment d'accomplissement qui oriente vers un épanouissement personnel.

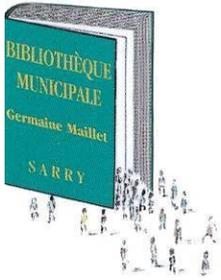
Jacques

Ancien comédien de la troupe des Sarrybiens et actuellement metteur en scène au Café-Théâtre de Sarry, il mettra à votre disposition, tout son savoir, son expérience et ses compétences en vous guidant avec bienveillance.



Tous deux vous aideront à apprendre à vous exprimer avec confiance, à travailler en groupe et à collaborer efficacement. En suivant leurs conseils, vous serez sur la bonne voie pour améliorer votre concentration, votre gestion du stress, votre assurance et bien d'autres encore ...





Bibliothèque Municipale de Sarry

Pendant les vacances d'été la bibliothèque municipale sera ouverte le samedi de 14h à 16h



16 enfants de l'atelier Sarrygolo préparent l'exposition du mois de mai - juin.

Ils fabriquent différents objets toujours en relation avec le livre.

Claudine et Nelly les encadrent et les guident dans leurs travaux.

Crépi, jeu, pliage, découpage, récupération de matériaux pour fabriquer casse-noisette ...

Venez découvrir prochainement leurs réalisations

SARRY Bibliothèque Municipale

EXPOSITION

du 24 mai au

28 juin 2025



L'activité manuelle à travers le livre

Bibliothèque Municipale Germaine Maillet

1 Square Jacky Min
51520 SARRY

☎ 03.26.21.61.21

Mel : bm_sarry51@orange.fr

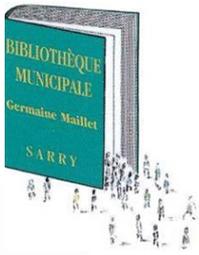
Horaires d'ouverture

Lundi : 16h à 18h

Mercredi : 14h à 17h

Jeudi : 16h à 17h

Samedi : 14h à 16h



Bibliothèque Municipale de Sarry

« ECOUTE TON CORPS » LES 5 SENS

Découverte

- YOGA
- POSTURAL BALL
- RELAXATION
- LECTURE D'UN CONTE



MERCREDI 2 JUILLET de 10h30 à 11h30

SUR RÉSERVATION

(aux heures d'ouverture à la bibliothèque)

8 enfants maximum de 3 à 5 ans

Section Aïkido Nakama

Une belle première saison pour la section Aïkido Nakama! Nous avons eu la



chance d'accueillir des pratiquants motivés et curieux dès le début de l'année. Les plus avancés dans la pratique ont pu accompagner les débutants qui ont fait de rapides progrès, chez les enfants comme chez les adultes.

Deux principaux événements ont été organisés, avec une journée placée sous le signe des cerisiers japonais "sakura" où les adultes ont pu suivre un cours thématique plus approfondi suivi d'un repas japonais et une journée "Jeunes aïkidokas en fête" où les enfants ont été à l'honneur entre jeux, cours et repas convivial. Ce dernier événement

rassemblait d'ailleurs trois clubs d'aïkido, puisque ceux de Châlons-en-Champagne et de Saint-Brice-Courcelles avaient répondu présents à notre invitation !

Nous poursuivrons donc cette belle aventure la saison prochaine,
dès le début du mois de septembre.

En attendant, nous proposons aux **adultes** de venir découvrir l'aïkido lors de **deux séances découverte les 18 juin à 19h et 23 juin à 20h15.**

Pour les **enfants**, nous organisons également
une **séance "Ramène ton pote!" le 18 juin, à 18h.**

Ce sera l'occasion pour les enfants qui pratiquent l'aïkido
de faire découvrir cet art martial à leurs amis,

mais tous les enfants désirant découvrir notre discipline sont les bienvenus !

Rendez-vous donc en juin au dojo du gymnase de la Blaise lors de ces séances découverte. Une simple tenue de sport suffit, ainsi qu'un zeste de bonne humeur.

ANGLAIS DÉBUTANT

Apprenez l'anglais sans stress !

Cours conçus spécialement pour des débutants adultes.



En petits groupes pour une pratique optimale :

- perdez votre peur de parler
- développez vos compétences en communication orale et écrite
- échangez avec d'autres participants !

Séances de 1h30 animées par **Naira**, notre professeure d'anglais.

N'attendez plus pour franchir le cap, inscrivez-vous dès aujourd'hui et voyagez serein !

Les cours auront lieu en période scolaire au sein du bâtiment de l'Éveil, situé au 6 rue de l'Église. Les jours et horaires seront définis en fonction des disponibilités des participants.

Nous recherchons également 1 ou 2 personnes pour étoffer notre groupe actuel du mardi de 9h30 à 11h - niveau A2 (niveau collège).

Pour tous renseignements complémentaires contactez le secrétariat

Coût : adhésion à « ÉVEIL DE SARRY »

Le prix est calculé en fonction du nombre de personnes

Baby-judo – Jeux d'opposition

Ramène ton copain !
Séance d'essai ouverte aux
enfants né(es) en 2020-2021-2022



Mercredi 11 juin 2025
de 9h45 à 12h
au dojo du gymnase
de la Blaise
rue du Bas à Sarry

Soyez curieux et venez nombreux



Pensez à vous préinscrire pour la saison prochaine
auprès du secrétariat de l'Eveil

L'activité CHANT CHORAL

VOUS PROPOSE

UN

CONCERT

de Chants Corses

Co-organisé avec le groupe "Accentu"

le samedi 28 juin 2025

à 20 h 30

à NOTRE-DAME en Vaux

Châlons en Champagne

Avec la participation
du groupe "Chants Corses"
de l'Éveil

Entrée : 15 euros

Réservation possible au 06 62 72 10 11



ENCADREMENT

L'activité existe à l'Éveil depuis plus de 20 ans.

Elle se déroule chaque **vendredi matin** au 1^{er} étage de l'Éveil.

Les personnes inscrites actuellement, ayant réalisé beaucoup d'encadrements, souhaitent pour la plupart, ne pas continuer à la rentrée de septembre prochain.

Aussi nous lançons un appel pour recruter de nouvelles personnes intéressées.

N'hésitez pas à vous faire connaître **dès maintenant**, car faute de nouvelles inscriptions, cette activité pourrait s'arrêter à la rentrée prochaine.

Pour info, la cotisation annuelle est actuellement de 75 € pour une douzaine d'inscrites + coût de la carte d'adhésion à l'Éveil.

*Pour obtenir des renseignements et (ou) vous préinscrire,
appelez une des 3 responsables :*

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

Initiation aux arts du cirque

Mercredi 25 juin 2025



de 15h15 à 16h15
au dojo
du gymnase
de la Blaise
rue du bas à Sarry



Nora vous proposera
une petite représentation
des exercices initiés et pratiqués
au cours de cette saison
par nos bouts de choux.

**Jonglerie, acrobatie - équilibre
et expression corporelle**
feront partie de ce spectacle

Soyez curieux et venez nombreux





R (retraite)
T (très)
T (tranquille)

Pour toutes nos activités, chacun vient quand il veut, quand il peut !

Après-midi « Jeux de société » :



Les mercredis des semaines
impaires à 14h00
à la salle du Colombier
(cour de la mairie).

Prochains rendez-vous : mercredis 21/05,
04/06 et 18/06.

Et ensuite vacances ! Reprise le mercredi
10 septembre.

Bowling : tous les mardis et
jeudis. Rendez-vous à 14h00 dans le
hall du bowling des Escarnotières.

Tarif réduit pour les adhérents de
l'Éveil (hors période de vacances
scolaires). La carte de l'Éveil est à présenter au bowling (elle est à

demander lors des permanences le mercredi de 17h30 à 19h00).



Groupe « Promenade » : Rendez-
vous tous les mardis et vendredis à
10h00 sur le parking de la salle des fêtes
quand la météo le permet.



Récapitulatif des animations réalisées par le comité d'animation RTT depuis septembre 2024 (en plus des activités régulières citées ci-dessus):

- Une journée découverte de la ville de Troyes le 26/09/2024
- Animation par la Prévention Routière le 07/11/2024
- Visite d'un ancien relais de poste et après-midi « Guinguette » dans les Ardennes le 27/11/2024
- Galette des rois le 15/01/2025
- Théâtre à Paris le 1^{er} /03/2025
- Animation Prévention Routière le 06/03/2025
- Conférence sur l'eau le 02/04/2025
- Une journée à Azannes (55) le village des vieux métiers le 18/05/2025

Manifestations à venir :

- *Repas des membres du Club RTT* : le mercredi 4 juin.
- *Repas de l'Éveil* : le dimanche 29 juin.

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 19h00) ou auprès de vos responsables d'activités).

Votre équipe d'animation RTT vous souhaite un bel été !

Contact: michel.lallement94@sfr.fr

Tél: 03 26 64 34 70 ou 07 86 77 30 48

NEWS DU MOIS

Pour la rentrée prochaine de septembre, l'Éveil de Sarry pourrait se prévaloir d'une activité supplémentaire selon le nombre de personnes intéressées à participer à des séances de :

KINÉSIOLOGIE

(technique basée sur la médecine traditionnelle chinoise)

animées par une professeure diplômée d'un certificat de kinésiologie.



Voici un petit éventail et aperçu du travail qui peut être entrepris sur la personne :

Les chakras : sont des centres énergétiques dans notre corps. Il est important de les entretenir car c'est notre énergie de vie. C'est notre sécurité intérieure, nos envies, notre détermination, l'ouverture du cœur, la communication, l'intuition, la conscience. Nous pouvons les retravailler pour être en équilibre.

Le brain gym : consiste à refaire des connections dans le cerveau. Par le biais de certains mouvements, nous allons travailler ce dernier. En effet, sous stress, les hémisphères ne se connectent plus.

Ces mouvements permettent de retrouver son plein potentiel. Cette méthode est idéale pour les enfants (apprentissage scolaire...) mais aussi pour les adultes (performance au travail et en sport...) ainsi que pour les personnes âgées. En effet, la gaine de myélines peut être attaquée, ce qui provoque des maladies neurodégénératives. Ces mouvements, travaillés au quotidien, réparent cette gaine de myéline. Bien sûr en kinésiologie nous n'allons pas vous guérir, mais peut-être ralentir cette dégénérescence. Tout le monde est différent. Les résultats seront différents d'une personne à une autre.

Les méridiens : sont notre circulation énergétique dans le corps. Un vide entraîne une fatigue et un manque de force sur le muscle en lien avec ce méridien et des douleurs. Il est donc important de faire circuler l'énergie.

Pour cela nous travaillerons des mouvements pour libérer les blocages sur les méridiens.

Les réflexes archaïques : Nous sommes tous concernés (pas que les bébés), par les réflexes archaïques. Ce sont des mouvements répétés par le bébé pendant sa vie foétale, naissance, les premiers mois de vie. À force de répétition, le mouvement devient automatique comme la marche.

Sous stress, ils ont pu se déprogrammer dans votre cerveau ou ne jamais être acquis. De ce fait vous pouvez avoir des troubles de la mémoire, de concentration, de posture, maux de transport, troubles de l'humeur, etc ...

Ces mouvements se travaillent et se retravaillent pour vous libérer de vos troubles.

A quoi ça sert ?

A toutes les problématiques de la vie. Accompagnement dans la maladie, difficulté d'apprentissage, allergies, problèmes de peau, troubles dys, énurésie, maux dans le corps, des événements qui se répètent, attirer toujours les mêmes personnes, problèmes de digestion.

Pour qui ?

Tout le monde, il n'y a pas d'âge.

Présente au forum des associations organisé le samedi 30 août (13h30 à 17h00) dans l'enceinte du club omnisport de Sarry (C.O.S) Céline sera en mesure de répondre à toutes vos questions et interrogations qui peuvent vous interpeller. N'hésitez pas à vous déplacer.

A titre indicatif, le coût de cette éventuelle activité s'élèvera à 150 euros pour la saison de septembre 2025 à juin 2026 (hors vacances scolaires) plus le coût de la carte d'adhérent de l'association.



SOPHROLOGIE

La saison va se terminer fin juin et reprendra mi-septembre.

En plus des séances hebdomadaires du **jeudi et du vendredi**, Paola notre animatrice, organise des ateliers spécifiques le samedi matin (ouverts à toute personne adhérente à l'Éveil)

Le prochain atelier consacré à la **douleur** aura lieu le **14 juin**.

Un 2^o atelier sur le même thème aura lieu le **28 juin**. (voir affiche ci-jointe)

Cette année, l'activité a regroupé **35 inscrits** répartis sur les 3 groupes.

Suite à l'article paru dans le dernier Éveil infos, plusieurs personnes se sont préinscrites pour nous rejoindre en septembre.

- ❖ *Si vous aussi souhaitez nous rejoindre pour la saison 2025/2026, il est fortement recommandé de vous faire connaître dès maintenant en appelant le : **07 87 37 20 45** car très peu de places disponibles.*
- ❖ *L'activité sera représentée au prochain forum des associations à Sarry, vous pourrez échanger avec Paola et des pratiquants de l'activité.*

ATELIER DE SOPHROLOGIE

Apaiser la douleur physique et émotionnelle



Comprendre les mécanismes de la douleur physique et émotionnelle

Découvrir des pratiques pour apaiser la perception de la douleur

- **Le samedi 14 juin de 9h à 12h ou**
- **Le samedi 28 juin de 9h à 12h**

A l'Éveil de SARRY - 6, Rue de l'Église

Inscription au 07 87 37 20 45

Participation : 20 euros (adhésion à l'Éveil obligatoire)

PAOLA FERNANDEZ

06 67 65 63 74

Sophrologue de l'ESNE de Reims certifiée RNCP

Praticienne en Communication Thérapeutique

ATELIER DE SOPHROLOGIE

Apaiser la douleur physique et émotionnelle



Comprendre les mécanismes de la douleur physique et émotionnelle

Découvrir des pratiques pour apaiser la perception de la douleur

- **Le samedi 14 juin de 9h à 12h ou**
- **Le samedi 28 juin de 9h à 12h**

A l'Éveil de SARRY - 6, Rue de l'Église

Inscription au 07 87 37 20 45

Participation : 20 euros (adhésion à l'Éveil obligatoire)

PAOLA FERNANDEZ

06 67 65 63 74

Sophrologue de l'ESNE de Reims certifiée RNCP

Praticienne en Communication Thérapeutique



PORTES OUVERTES 2025

à la section YOGA de Sarry
lors des séances hebdomadaires :

Lundi 16 juin de 17h15 à 18h30 et 18H45 à 20H00

ou mercredi 18 juin de 16h30 à 17H45

ou encore le jeudi 19 juin de 17h à 18h15 *pour une pratique différente et plus douce.*

**C'est ainsi que nous faisons un
petit clin d'œil à la**

**10^{ème} journée internationale du
« Yoga » en avançant la date
anniversaire du 21 juin.**



**et proposons au public de Sarry et de toutes les communes
environnantes, la possibilité de venir participer
gratuitement**

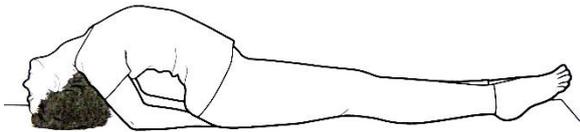
à un ou deux cours cités plus haut,

*dans les locaux du Dojo du Gymnase de la Blaise,
rue du bas (dans le prolongement des tennis).*

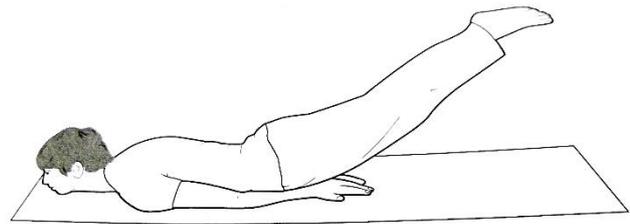
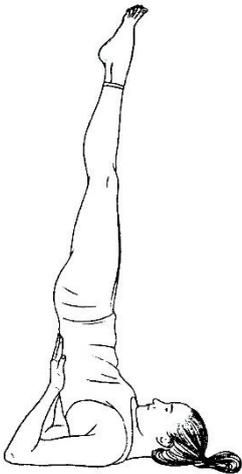
Pour tous renseignements complémentaires :

Chantal 06 79 65 08 63 ou Sylvie 06 19 84 67 74

Ces séances sont animées par notre **Professeur de Yoga : Frédéric POUILLY** – diplômé, qui vous propose une pratique issue du Hatha yoga (*à noter une pratique plus douce les jeudis*).



Elles comprennent des exercices de souplesses et de renforcements, combinés à une respiration profonde et consciente, pour se libérer des tensions du corps, calmer le mental, se recharger en énergie...



Alors, si vous vous posez des questions sur cette discipline, sa pratique, sur l'organisation de quatre séances à Sarry (*les lundis – mercredis et jeudis*), profitez de nous retrouver à ces portes ouvertes pour découvrir, essayer et échanger avec notre professeur.

***Au plaisir de vous y rencontrer
pour préparer votre rentrée de septembre 2025.***

ATELIER MUSIQUE

Spectacle Annuel



SAMEDI 14 JUIN À 15H

L'activité « Musique » proposera ce jour un spectacle de fin d'année. Les participants joueront plusieurs morceaux étudiés dans l'année, individuellement et collectivement entre musiciens de l'atelier, le tout dans une ambiance décontractée. S'en suivra un moment d'échange autour d'un verre et de quelques gourmandises.

Nous invitons les parents, les proches, et les personnes qui souhaitent participer l'année prochaine à venir les encourager. Le spectacle aura lieu à la salle du Colombier située derrière la mairie.

Contact : Teddy LANGLOIS 06 30 07 48 85



Les Associations

- . *L'Amicale des Fêtes*
- . *L'APES*
- . *Le club Omnisport*
- . *Le comité des Fêtes Moncetz-Longevas*
- . *Familles Rurales des deux villages de la Blaise*
- . *Sarry Sécurisation RN 44*

**vous invitent à lire
leurs articles**



Semaine du bien manger senior

Organisée par le département de la Marne, cette semaine (du 2 au 6 juin) est destinée aux personnes âgées de 60 ans et plus dans le cadre d'actions de prévention et de promotion autour de l'alimentation et du lien social.

Le stand itinérant « **Recette & Causettes** » sera présent devant la mairie de Sarry **le mardi 3 juin de 10h à 12h30**

Trois agents dont une infirmière proposeront (jeux, dégustations et documentations gratuites) aux seniors venant à la rencontre du stand, sous forme d'ateliers plein-air en petits groupes favorisant les rencontres.

Le thème abordé sera : **Souvenirs d'Enfance**

Les objectifs principaux seront les suivants :

- garder l'envie de manger en jouant sur le sens et le plaisir gustatif
- redonner l'envie de cuisiner en adaptant sa cuisine au contexte (petit budget...)
- stimuler la mémoire et proposer un moment convivial favorisant échanges et rencontres.

N'hésitez pas à venir découvrir ce stand

DATE A RETENIR A SARRY



VENDREDI 20 JUIN
dès 18h30
L'APÉRO GOURMAND
SERA ORGANISÉ
PLACE DU COMMERCE
Petite restauration
et
animation musicale
« **Balthazar Quartet** »

Organisé par l'Amicale des fêtes



L'ASSOCIATION FAMILLES RURALES DES DEUX VILLAGES DE LA BLAISE

INVITE SES ADHÉRENTS ET PARTENAIRES

à son Assemblée Générale 2024

le mercredi 25/06/2025

à 20h00

**à la salle des fêtes
de Moncetz Longevas**

Si vous avez inscrit vos enfants au centre de cet été : vous pourrez y découvrir l'équipe d'animation, elle vous présentera les thèmes et activités qui seront proposés aux enfants.

La réunion se clôturera par un verre de l'amitié

Pour tout renseignement : Mail : contact@ufr2blaise.fr

Barbecue de la Saint-Jean



Suivi des feux d'artifices
SAMEDI 5 JUILLET
au terrain de Foot
à partir de 19h00

Chacun apporte son panier repas
les barbecues seront mis à disposition
ainsi que les tables et chaises
en notre possession.

(si vous avez des tables et chaises, vous pouvez les
amener, car il n'y en aura pas assez pour tous)

Buvette sur place
soirée organisée par l'Amicale des fêtes

BROCANTE SARRY

14 septembre

RÉSERVATIONS

3 et 10 septembre

de 17h00 à 19h00

Salle du Colombier

(réservée 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