

VIE LOCALE

Lettre d'information du service vie locale de la Mairie de St Lyé

n°6

Venez choisir vos nouvelles activités!

Jeudi 28 avril 10h-12h30 à la salle des fêtes de Saint-Lyé

Développer les moments d'échanges et de rencontre entre vous, Lyotains et Evêchats, c'est la mission du Service Vie locale. C'est en ce sens que sont souvent organisés des évènements intergénérationnels et des ateliers culturels et de loisirs orientés sur le partage de savoir et de compétences.

Afin de compléter l'offre d'ateliers déjà proposée à l'ensemble des habitants, notamment les séniors et toutes les personnes disponibles, nous vous proposons une matinée de découverte de nouvelles activités. Café ou thé de bienvenue et verre de l'amitié apéritif sont également au programme.

Des intervenants qualifiés vous présenteront et encadreront huit nouvelles disciplines ou loisirs interactifs. Les plus sollicités ou ceux qui répondent aux attentes et besoins de la majorité présente seront ensuite mis en place de manière pérenne.

Tendance relaxation



- Sophrologie : techniques de travail sur la respiration, la détente musculaire et l'imagerie mentale, afin
 - de retrouver un état de bien être, de stimuler ses capacités.
- Tai chi : gymnastique douce chinoise basée sur la concentration afin d'améliorer la souplesse, la vivacité d'esprit et la mémoire.
- Zumba séniors : bouger et s'amuser dans la bonne humeur, au rythme de la musique exotique, afin d'améliorer le tonus musculaire et la coordination.

Tendance instructive



- Généalogie : construction d'un arbre généalogique, historique d'une habitation ou d'un patrimoine, carrière militaire...
- **Anglais**: initiation ludique aux bases de cette langue.

Tendance ludique et créativité



- **Echecs**, tarot : rencontre conviviale autour de jeux sur table et de plateaux.
- Scrapbooking : mise en valeur créative des photos, création de cartes d'invitations, de décorations de table...





Contacts

Tous à vos rollers! Soirée randonnée & animation

Vendredi 15 avril -19h30

Autre temps de rencontre intergénérationnel, la randonnée rollers 2016 approche. Elle est gratuite et ouverte à tous ceux qui ont envie, pourvu qu'ils sachent rouler, tourner et freiner. Les participants extérieurs sont les bienvenus.

Cette 5^e édition empruntera plus que les années antérieures les axes principaux de Saint-Lyé, plus larges et plus roulants. La balade sportive se concentre sur une seule boucle de 10 km, avec une arrivée intermédiaire sur le parking de la poste pour les enfants et tous ceux qui souhaitent un parcours plus court.



Votre soirée commencera dès **18h30 sur le parking de la poste avec une animation autour de la glisse**. Vous pourrez (re)découvrir des engins roulants insolites et originaux : street surf, slide scoot, kayak et ski de rue (tapez « mi street surf facebook » sur le moteur de recherche pour accéder à la vidéo de présentation).





Départ de la randonnée à 19h30 depuis le parking de la poste.

Nouveau: une balade nature



Jeudi 26 Mai - 9h

Sur un parcours d'environ 6 kms, à St Lyé, une intervenant spécialisée et Jean -Marie CORDELLE (Lyotain bénévole très actif et spécialiste de la randonnée pédestre) proposent une marche printanière d'observation et sensibilisation à la nature. Vous découvrirez et observerez les éléments naturels qui jalonnent le circuit : flore, insectes du milieu aquatique, etc.

A l'automne, dans le cadre d'octobre rose, une nouvelle randonnée pédestre sera proposée.

Raid sportif famille, un mix entre la tête et les jambes



Samedi 2 juillet

De nouvelles disciplines sont prévues ainsi que quelques épreuves de « réflexion » pour ce rendezvous convivial entre générations autour d'activités sportives et de plein air.

Formez votre équipe : 1 adulte + 1 jeune ou 2 adultes.

L'Atelier Mémoire, une initiative très appréciée

Tous les quinze jours depuis fin octobre 2015 et jusqu'à fin juin prochain, l'Atelier Mémoire réunit en moyenne une douzaine de personnes qui ont envie d'entretenir, de stimuler ou de développer leur mémoire, de solliciter leur réflexion et tous les processus de cognition*.

Les séances durent 1h30 et sont ouvertes à tous. Elles sont encadrées par les intervenants de « Label écoute », association de psychologues dont l'objectif est d'apporter un accompagnement psychologique. Notamment basées sur le jeu avec une variation de thèmes et de méthodes, les activités associent agréablement la concentration, l'entraide, la bonne humeur et la convivialité.

Ce sont également des moments privilégiés pour renforcer ou développer l'estime de soi, ou encore rompre l'isolement. L'Atelier Mémoire sait aussi fêter Noël et partager la galette des rois. Bientôt Pâques...

Saluons cette belle initiative de la commission "vie locale" de Saint-Lyé.



*La **cognition** est le terme scientifique qui sert à désigner l'ensemble des processus mentaux qui se rapportent à la fonction de connaissance tels que la mémoire, le langage, le raisonnement, l'apprentissage, l'intelligence, la résolution de problèmes, la prise de décision, la perception ou l'attention.

500 nouveaux livres à la bibliothèque

500 nouveaux livres pour enfants et adultes sont arrivés début mars grâce à l'échange de documents quadrimestriel avec la Bibliothèque Départementale de Prêt, service du Conseil départemental de l'Aube. A cela, s'ajoute l'achat prévu courant mars d'une centaine de livres par la commune de Saint-Lyé.

De quoi satisfaire les lecteurs en quête de nouveautés !



Animation mang'ados (février 2016)

L'agenda de mars et avril 2016

• Depuis le 9 mars, accueil le mercredi matin des 6 classes de l'école élémentaire pour un cycle de 6 séances.

L'objectif : faire découvrir le lieu aux élèves. Au programme : lecture collective et emprunt individuel.

• Pendant les vacances de printemps, spectacle à destination du jeune public.

Et le Club des Lecteurs à Voix haute travaille sur son prochain spectacle sur le thème du voyage...

Horaires:

- Mardi de 8h30 à 10h30 (biblio'chaud moment convivial ouvert à tous) et 16h à 18h
 - Mercredi de 14h à 18h
 - Jeudi de 16h à 19h
 - Vendredi de 16 à 18h
 - Samedi de 14h à 17h



03 25 81 32 47



bibliotheque@saint-lye.fr