

VÉLIZY-ASSOCIATIONS MAGAZINE

Mars 2020



Let's DANCE

le Samedi **25**
avril

Salle Maurice Ravel
à partir de 21h

avec l'orchestre *Ambre 9*



Informations
www.velizy-associations.fr

 **EIFFAGE**
IMMOBILIER

 **VILLAZ DE**
VÉLIZY
VILLACOUBLAY

Organisé par
 **VÉLIZY-ASSOCIATIONS**

SOMMAIRE

DU JOURNAL

- PAGE 3 -
THÉÂTR' À HÉLICES

- PAGE 4 -
ELDORADANSE

- PAGE 5 -
ÉCOLE DE MUSIQUE ET DE DANSE

- PAGE 6 -
ÉVEIL ET DANSE

- PAGE 7 -
**CERCLE DE YOGA ET RELAXATION
DE VÉLIZY**

- PAGE 8 -
CINÉ-CLUB VÉLIZY

- PAGE 9 -
CLUB D'ASTRONOMIE DE VÉLIZY

- PAGE 10 -
**BON AMAPPÉTIT
ATELIERS D'ART ET D'EXPRESSION**

- PAGE 11 -
**LES ATELIERS DE LA COUR ROLAND
BEEOSPHÈRE**

- PAGE 2 -
**AGENDA
SPORTS - LOISIRS - CULTURELS**

- PAGE 12 -
BRIDGE-CLUB VÉLIZY

- PAGE 13 -
**SIGNES DES TEMPS
1642^E SECTION DES MÉDAILLÉS
MILITAIRES**

- PAGE 14 -
**CROIX-ROUGE FRANÇAISE
CYCLO-CLUB VÉLIZY-VILLACOUBLAY**

- PAGE 15 -
VÉLIZY TRIATHLON

- PAGE 16 -
CERCLE D'ESCRIME VÉLIZIEN

- PAGE 17 -
**ATHLÉTIC-CLUB
VÉLIZY-VILLACOUBLAY**

- PAGE 18 -
**BASKET-BALL CLUB
VÉLIZY-VILLACOUBLAY
HANDBALL-CLUB VÉLIZY**

- PAGE 19 -
**A.S VOLLEY-BALL VÉLIZY
AVD SNC**

- PAGE 20 -
**ARC EN CIEL 78
CLUB PHILATÉLIQUE
VÉLIZY-VILLACOUBLAY**

- PAGE 22 -
VÉLIZY MUSCULATION

- PAGE 23 -
PENCAK SILAT VÉLIZY CLUB

- PAGE 24 -
KARATÉ-CLUB VÉLIZIEN

- PAGE 25 -
**JUDO-CLUB VÉLIZY
CHANTIERS-YVELINES**

- PAGE 26 -
**SCRABBLE-CLUB
CLUB DE TENNIS DE TABLE DE VÉLIZY**

- PAGE 27 -
**TENNIS-CLUB VÉLIZY- VILLACOUBLAY
GYMNASTIQUE VOLONTAIRE
VÉLIZIENNE**

- PAGE 28 -
GYM AGRÈS VÉLIZY

AGENDA

TEMPS FORTS

SPORTS - LOISIRS - CULTURELS

06**CINÉ-CLUB**

*CERTAINS L'AIMENT
CHAUD*
de Billy Wilder

21h

Tarif à partir de 5 €
Salle Raimu
CENTRE M. RAVEL

ÉCOLE**DE MUSIQUE ET
DE DANSE**

*A Tempo Classique
ou pas*

20h

Sur réservation
Renseignements au
09 72 56 95 06/07
L'ONDE

07**THÉÂTR' À
HÉLICES**

*Stages de danse
africaine
(coupé-décalé et
danse traditionnelle)*

Tarif à partir de 10 €

Salle EPS
GYMNASE R. WAGNER

13**CINÉ-CLUB**

LA RONDE
de Max Ophüls

21h

Tarif à partir de 5 €
Salle Raimu
CENTRE M. RAVEL

ÉCOLE**DE MUSIQUE ET
DE DANSE**

In Situ

19h

Entrée libre
Renseignements au
09 72 56 95 06/07
AUDITORIUM

14**ASTRONOMIE**

Conférence
Thème : " Comètes et
Astéroïdes "

par J-C Dehove

20h**Entrée gratuite**

L'ARIANE

15**CROIX-ROUGE**

Formation PSC1
Renseignements et
inscriptions
06 33 18 68 59
VÉLIZY

18**PHILATÉLIE**

Conférence
de T. Delmotte
Thème : la révolte des
vignerons champenois
en 1911

18h

Entrée libre
Salle 101
L'ARIANE

19**CROIX-ROUGE**

Formation PSC1
Renseignements et
inscriptions
06 33 18 68 59
VÉLIZY

21**ÉCOLE
DE MUSIQUE ET
DE DANSE**

*Concert Orchestres
d'Harmonie et
Alborada*

15h

Sur réservation
Renseignements au
09 72 56 95 06/07
AUDITORIUM

21>22**LIONS CLUB**

*Salon des vins et du
goût*

10h - 19h

CENTRE M. RAVEL

22**GYMNASTIQUE
VOLONTAIRE**

Printemps party
Dress code : fleuri

10h30

Renseignements au
06 17 67 33 59
L'ARIANE

22**ÉVEIL ET DANSE**

Stage de Feldenkrais
Thème : êtes-vous
bien assis ?

11h - 12h30

Tarif à partir de 22 €
Salle Lifar
CENTRE M. RAVEL

28**ASTRONOMIE**

*2^e nuit astronomique
de Vélizy*

À partir de 21h

Arrêt Hôtel de Ville
PARVIS DU T6

29**YOGA**

*Stage de Yoga et
méditation*

9h30 - 12h30 et/ou**14h30 - 17h30**

Tarif à partir de 23 €
Inscriptions au
01 84 73 06 90
SALLE ARIANE

03>05**ATELIERS DE LA
COUR ROLAND**

Portes ouvertes

10h - 17h

DOMAINE DE LA
COUR ROLAND

04**ELDORADANSE**

Soirée dansante
Dress code : pirates

21h - 2h

Tarif à partir de 10 €
Renseignements au
06 17 67 33 59
Salles Renoir, Lifar,
Pontois
CENTRE M. RAVEL



Théâtre à hélices

STAGE DE DANSE AFRICAINE

*Venez vous évader avec nous grâce aux rythmes de la musique ivoirienne.
Rythmes modernes avec le coupé-décalé ou alors
Rythmes traditionnels accompagnés par un percussionniste.*



Stage 1 : coupé-décalé - de 14h00 à 15h00 - Tarif : 10€

Stage 2 : danse africaine traditionnelle - de 15h00 à 17h00 - Tarif 25€

(ces 2 stages sont indépendants)

Samedi 7 mars - Salle EPS du centre Wagner
Inscription sur notre site : theatrahelices.fr

LA DANSE COMME PASSION

Spot sur la vie de l'asso en février

En début de mois, a eu lieu une des soirées phare de la saison... la soirée crêpes et cidre. Marie et son équipe étaient aux fourneaux, les danseurs se sont régalez de leurs succulentes crêpes Bio accompagnées d'un verre de cidre. L'honneur était à la Bretagne et aux marins.

Pendant les vacances scolaires les activités ont poursuivi leurs activités : cette année les professeurs ont proposé des chorégraphies de leur danse et les cours étaient ouverts à tous. L'occasion pour tous ceux qui ne partent pas en vacances de continuer à danser, différemment, mais toujours passionnément !





Soirée dansante

SAMEDI 4 AVRIL 2020

Dress Code : PIRATES !



3 salles, 3 ambiances

Salle RENOIR: Rock / West / Swing / Danses de Bal
 Salle LIFAR : Salsa / Bachata / Kizomba / Cha-Cha
 Salle PONTOIS : Tango argentin / Vals / Milonga

10€ Adh Eldoradanse/danse-à-2, 12€ ext
 Boissons soft à volonté, vestiaire obligatoire

Centre RAVEL, 25 AVENUE LOUIS BRÉGUET
 78140 VÉLIZY-VILLACOUBLAY 21H-2H

WWW.ELDORADANSE.COM

CONTACT@ELDORADANSE.COM 06.17.67.33.59

ÉCOLE DE MUSIQUE ET DE DANSE

AU PROGRAMME...

Ecole Musique et Danse
Vélizy-Villacoublay

**A TEMPO
CLASSIQUE...
OU PAS !**

MARS
6
20h00

par les élèves de l'École de Musique et de Danse
Grande scène de l'Onde

Renseignements : école de Musique et de Danse 29, Rue Fauhan 78140 Vélizy-Villacoublay
09 72 56 95 06 - 09 72 56 95 07

VENIZY VILLACOUBLAY
Crédit Mutuel
La Fabrik
sur réservation
UNIQUEMENT

Ecole Musique et Danse
Vélizy-Villacoublay

CONCERT

1^{ère} PARTIE
ORCHESTRE D'HARMONIE
DIXIE DE MUSIQUE ET DE DANSE

2^{ème} PARTIE
ORCHESTRE ALBORADA
DE JON-PIERRE LAGET / MARQUE VÉLY-BOULE

MARS
21
15H00

Auditorium

Renseignements : école de Musique et de Danse 29, Rue Fauhan 78140 Vélizy-Villacoublay
09 72 56 95 06 - 09 72 56 95 07

Libre participation
SUR RESERVATION OBLIGATOIRE

VENIZY VILLACOUBLAY
Crédit Mutuel
La Fabrik
sur réservation
UNIQUEMENT

A Tempo : Classique ou pas

Vendredi 6 mars à 20h

Grande Scène de l'Onde

Par les élèves de l'École de Musique et de Danse qui vous présenteront du classique revisté... ou pas !

Sur réservation uniquement.

Scène ouverte

Vendredi 13 mars à 19h

In Situ à l'Auditorium

Entrée libre dans la limite des places disponibles.

Concert orchestre d'harmonie en partenariat avec l'Orchestre Alborada de Versailles

Samedi 21 mars à 15h

À l'Auditorium

Libre participation

Les examens instrumentaux approchent !

. Mercredi 25 mars

Piano, Clavier Moderne, Accordéon Diatonique

. Vendredi 27 mars : Batterie

. Lundi 30 mars

Harpe, Violon, Violoncelle

. Mardi 31 mars

Guitare toute esthétique, Guitare Basse

. Mercredi 1^{er} avril : Instruments à vent

Contact. École de Musique et de Danse
Tel. 09 72 56 95 06 - 09 72 56 95 07
Mail. contact@emdvv.fr



www.ecolemusiqueetdanse.com
Facebook. [ecoleMusiqueDanseVelizy](https://www.facebook.com/ecoleMusiqueDanseVelizy)
Twitter. [EMD_Velizy](https://twitter.com/EMD_Velizy)



LA MÉTHODE FELDENKRAIS®

Une méthode, qui nous apprend à réapprendre !

Stage de Feldenkrais

Dimanche 22 mars

de 11h à 12h30

Salle Lifar au Centre Maurice Ravel

Intitulé : êtes-vous bien assis ?

Clôture des inscriptions **le lundi 16 mars**

Tarif : 22 € pour les adhérents 25 € pour les non adhérents.

La Méthode Feldenkrais®, c'est :

Une forme d'éducation somatique, qui offre à chaque personne la possibilité de fonctionner au mieux dans sa vie quotidienne.

Elle nous apprend comment chaque partie du corps coopère dans tout mouvement, nous assiste dans le perfectionnement de nos actions et nous aide à être plus disponible physiquement et mentalement.

Elle nous permet de découvrir des mouvements qui ont été oubliés ou exclus de notre façon habituelle de faire les choses, de transgresser des limites survenues à la suite du stress, d'un accident, d'une opération, ou simplement de trouver de nouvelles manières de marcher, d'être assis, de courir, de tourner, de se lever.

Les recherches en neurophysiologie montrent que le système nerveux possède une capacité à se réorganiser. En stimulant ce potentiel à « réapprendre », des améliorations considérables se ressentent rapidement dans les postures, l'équilibre, la coordination et le bien-être général. L'unité du corps et de l'esprit est une réalité objective en Feldenkrais.

Cette méthode protégée est transmise par des praticiens ayant suivi 4 ans minimum de formation selon les règles du bureau européen d'accréditation des formations professionnelles internationales de la Méthode Feldenkrais®.



photographe : Sébastien Dolidon

Témoignages de trois adhérentes

Marie-Christine : " Je suis très heureuse de travailler avec Lydia qui nous enseigne la méthode Feldenkrais. Lydia nous apprend à explorer toutes les possibilités de notre corps pour le préserver et prendre conscience de sa rigidité et de ce que l'on fait. Nous sommes acteurs de nos mouvements.

Ce n'est pas de la relaxation. Un grand merci pour ces découvertes toujours surprenantes et facilement transposables dans la vie de tous les jours."

Sophie : "Je suis danseuse professionnelle et j'ai découvert le Feldenkrais lors des stages mensuels avec Lydia. La méthode m'aide à organiser mon mouvement de manière plus proportionnelle. Je danse en utilisant moins de force musculaire. Je vous recommande cette méthode avec Lydia qui est aussi une professionnelle de la danse."

Françoise : Mon premier contact avec " Feldenkrais " a été une révélation. Dès la première séance et pour la première fois de ma vie, je me suis sentie " bien posée au sol ".

J'ai suivi régulièrement les séances avec Monique, puis après son départ, j'ai décidé d'essayer une séance avec Lydia Karsenty. Je suis ravie de continuer cette discipline avec elle depuis octobre.

La Méthode Feldenkrais®, ce n'est pas :

De la gymnastique douce, de la relaxation, du stretching. Elle ne se pratique pas en musique.

Venez découvrir ! Cours hebdomadaires de PCM le jeudi matin de 11h à 12h, stages mensuels le dimanche. Pour tous renseignements vous pouvez nous contacter aux coordonnées ci-dessous.



CERCLE DE YOGA ET RELAXATION DE VÉLIZY
WWW.CYRV.ORG



STAGE

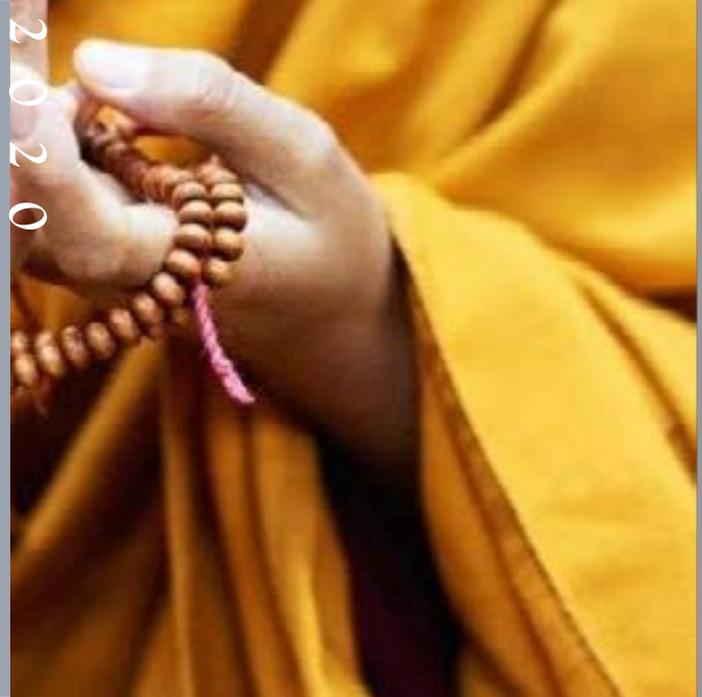
YOGA
&
MÉDITATION

DIMANCHE
29 MARS
Salle l'Ariane

1 bis place de l'Europe - 78140 VÉLIZY

9h30 - 12h30 Animé par Chantal Daudin
« Jeux de main, jeu divin » le yoga au bout des doigts

14h30 - 17h30 Animé par Thierry Jumeau
Découvrir de manière ludique et progressive les bienfaits de la méditation yogique



Membre du CYRV : 46 €

Extérieur au CYRV : 56 €

Possibilité demi-journée :

Membre = 23 € - Extérieur = 28 €

Inscription auprès de
VÉLIZY-ASSOCIATIONS

1 bis place de l'Europe 78140 VÉLIZY

Tél. : 01 84 73 06 90

[Facebook . com / CYRV78](https://www.facebook.com/CYRV78)

CINÉ-CLUB VÉLIZY

LES SÉANCES DE MARS

Vendredi 6 mars à 21h

CERTAINS L'AIMENT CHAUD

de Billy Wilder

Comédie - États-Unis - 1959 - 2h01 - VOST

Avec Marilyn Monroe, Tony Curtis

et Jack Lemmon

Ils partent en Floride avec un orchestre féminin. Ils tombent illico amoureux d'une ravissante et blonde créature, Alouette, qui veut épouser un milliardaire.

" Quand je suis très heureux je fais des tragédies, quand je suis déprimé je fais toujours des comédies. Pour Certains l'aiment chaud j'étais très déprimé, suicidaire." Toujours avec ce sens de la formule, Billy Wilder masque à demi-mot la fièreté de ce qu'il éprouve pour ce film devenu un classique. Porté par l'accueil enthousiaste du public, en pleine possession de ses moyens et encore très inspiré, il débute avec " Certains l'aiment chaud " une série de comédies très personnelles, cyniques, amères et sombres à travers lesquelles il règlera ses comptes avec la société et ses contemporains. Son prochain film sera " La Garçonnière (1960) ", autre chef d'oeuvre.

Vendredi 13 mars à 21h

LA RONDE

de Max Ophüls

Comédie - France - 1950 - 1h37 - VF

Avec Anton Walbrook, Simone Signoret, Serge Reggiani, Simone Simon, Gérard Philippe, Daniel Gélin, Danielle Darrieux, Odette Joyeux...

Un narrateur, le " meneur de jeu ", présente une série d'histoires tournant autour de rencontres amoureuses ou " galantes ". " La Ronde " passe de la prostituée au soldat, du soldat à la femme de chambre, de la femme de chambre au fils de famille, et ainsi de suite jusqu'à ce que le cercle soit bouclé...



" La Ronde " appartient à la tradition des films à sketches, mais Max Ophüls renouvelle ce genre par le choix d'une structure quasi abstraite très ambitieuse, notamment par le rôle polymorphe donné au meneur de jeu. Avec ses décors de théâtre, ses allusions aux lois du spectacle, à la censure et aux péripéties du hasard que le meneur de jeu élude avec désinvolture, cette œuvre relève autant de l'expérience esthétique que d'une étude morale de l'amour et des hypocrisies, des faiblesses et des lâchetés du genre humain face au sexe et aux sentiments.

Revenu en France après un périple américain qui ne donna rien de moins, entre autres, que " Lettre d'une inconnue ", Max Ophüls commence en 1950 une série de films impressionnants de beauté tragico-comique (*Le Plaisir, Madame de..., Lola Montès*) dont le premier, *La Ronde*, réunit un nombre de tableaux et d'acteurs non moins impressionnants. Tirés d'une pièce de Schnitzler à mi-chemin entre les Caractères de La Bruyère et le théâtre de boulevard fin de siècle, les dix tableaux de " La Ronde " mettent en scène la rencontre, la séduction, l'acte sexuel (*détourné*) et la séparation de dix couples différents, reliés par un personnage flottant et un motif simple : le plaisir infini de l'amour mêlé à son désenchantement.

" Roi de la mise en espace, le cinéaste calque ses virevoltants mouvements de caméra sur les volutes musicales du compositeur Oscar Straus, et roi de la mise en abyme, il désigne clairement le film comme un film dès le départ. Le spectacle est initié, commenté, habité, dirigé par un marionnettiste incarné par le malicieux Anton Walbrook, qui guide et côtoie les personnages, participant même parfois à l'action. Un véritable chef d'oeuvre. "

Les Inrockuptibles

CLUB D'ASTRONOMIE DE VÉLIZY

LE CIEL VA-T-IL NOUS TOMBER SUR LA TÊTE ?

Conférence - « Comètes et Astéroïdes »

Depuis la nuit des temps, les manifestations célestes ont envouté les hommes. Tantôt craints, tantôt attendus, les phénomènes célestes ont souvent fait l'objet d'une interprétation religieuse ou divinitaire. L'apparition des comètes et la chute de météorites sont parmi les phénomènes les plus spectaculaires. Or, l'actualité astronomique récente nous donne l'occasion de faire le point sur ces « visiteurs de l'espace » et d'évaluer raisonnablement les risques d'impacts catastrophiques avec notre Terre.

À cet effet, Jean-Claude Dehove, vice-président du Club d'Astronomie de Vélizy, donnera une conférence intitulée « Comètes et Astéroïdes » à l'Ariane, **le samedi 14 mars** à 20h.

Entrée libre, accessible à toutes et à tous, c'est une occasion de connaître un peu mieux ces petits corps errants de notre Système solaire.

Venez nombreux !

2^e Nuit Astronomique de Vélizy

Après deux années au cours desquelles il n'a pas été possible d'organiser une Nuit Astronomique pour des raisons de conditions atmosphériques, entre autres, le Club d'Astronomie programme cette année la 2^e Nuit Astronomique de Vélizy, **le samedi 28 mars** à partir de 21h. Cette manifestation aura lieu sur le parvis du T6 (Hôtel de Ville) et à l'Observatoire.

Indépendamment des séances d'observations publiques habituelles, cette manifestation a deux objectifs :

- Compléter la « Nuit des Étoiles » traditionnellement réalisée sur le plan national début août (correspondant à l'essaim d'étoiles filantes des perséides) par une observation des objets du ciel profond

VÉLIZY – VILLACOUBLAY
Samedi 14 mars 2020 à 20 heures
à l'**Ariane** salle 101, 1 bis Place de l'Europe

Réservation conseillée
au **01 84 73 06 90**

COMÈTES & ASTÉROÏDES

Par **Jean-Claude DEHOVE**
Membre du Club d'Astronomie de Vélizy

Club d'Astronomie
de Vélizy - Villacoublay

Conférence gratuite
tous publics

dans de meilleures conditions (*nuit plus longues, ciel frais plus transparent, éclipse élevée*).

- Faire connaître le Club et l'Observatoire de Vélizy extra muros, et inviter les clubs amateurs amis à venir échanger sur nos activités communes.

Observations potentielles

- Un 1^{er} croissant de Lune, Vénus et l'amas emblématique des Pléiades, dans un mouchoir de poche (*environ 7° d'arc*) !
- Objets du ciel profond : l'incroyable nébuleuse d'Orion, une pincée d'amas d'étoiles, un doigt d'étoiles doubles, et plus s'il y a lieu.

VÉLIZY – VILLACOUBLAY
Samedi 28 mars 2020
à partir de 21 heures

Observations publiques
gratuites

Sur le Parvis du T6 (Hôtel de Ville)
et à l'Observatoire

2^{ÈME} NUIT ASTRONOMIQUE DE VÉLIZY

Club d'Astronomie
de Vélizy - Villacoublay

<http://astro-velizy.fr> contact : astro.velizy@gmail.com

Venez nous rejoindre et découvrir le ciel d'hiver dans nos télescopes et lunettes astronomiques.

Cette fois encore, l'impondérable sera le temps !



BON AMAPPÉTIT

NOS ADHÉRENTS ONT DU TALENT !

Fête de l'AMAP

Elle aura lieu **le samedi 21 mars** à 18h au Centre Maurice Ravel.

Cette soirée est ouverte à tous. Adhérents et non-adhérents.

Cette année, pour la fête de printemps du 21 mars, Bon Amappétit fait la sienne. Elle est l'occasion de partager un repas sur le principe de l'auberge espagnole, un moment convivial et gastronomique incontournable pour une AMAP qui se respecte ! Une AMAP (*Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne*) est une association qui regroupe des personnes sensibles à la qualité et à l'origine des denrées alimentaires qu'ils cuisinent. Pour cela l'association signe des contrats à l'année avec des producteurs soutenus par le réseau Amap. Le cahier des charges est simple : pas d'engrais chimiques, pas de biocides, une juste rémunération du producteur et une distribution directe chaque semaine, ce qui implique une proximité entre le producteur et le consommateur.

Proximité à la fois géographique et humaine puisque nous visitons régulièrement nos agriculteurs et entretenons avec eux des liens amicaux et solidaires.

Cette année Bon Amappétit fait appel à ses adhérents pour animer la soirée. Parmi eux, en effet se cachent des talents ou des passions particuliers. Ils viendront parler de leur passion et répondront aussi aux questions du public que nous espérons nombreux.

Au programme :

- Les maisons à ossature bois avec son constructeur et concepteur (*Ecotive*) : Frédéric Mazonq
- Les associations de participation citoyenne à l'installation de champ photovoltaïque sur des toitures (*SCSO et Enercity 78*) par Jérôme Josserand
- Présentation de l'atelier de prise de parole en public et improvisation par Christine, de l'association Toast-Master.
- Et d'autres encore...



Un éleveur (*Antoine Ponton*) qui aime ses vaches et cela semble réciproque !



Contact. contact@bonamappetit.fr
<http://bonamappetit.fr/>

ATELIERS D'ART ET D'EXPRESSION

INSCRIVEZ-VOUS !



Venez dessiner, peindre, développer votre imaginaire, apprendre et exprimer vos talents avec la compétence d'une équipe pédagogique expérimentée, les mardis et les jeudis de 14h à 20h pour les adultes et les mercredis de 14h à 16h et de 16h à 18h pour les enfants.

Adapté aux besoins et aux objectifs de chaque élève, les Ateliers d'Arts et d'Expression sont un lieu de partage où chacun peut apprendre les bases du dessin, perfectionner une technique ou mener à bien un projet sur le long terme.

Que vous soyez débutants ou confirmés, vous bénéficiez d'un suivi individualisé. Le professeur encadre chaque participant en fonction de son niveau et de ses attentes.

Les cours durent 2h ou 3h chaque semaine, ce qui permet le développement d'un travail en profondeur, dans l'apprentissage et le développement d'une pratique créative



Contact. Vélizy-Associations
Tel. 01 84 73 06 90

LES ATELIERS DE LA COUR ROLAND

PORTES OUVERTES

Les Ateliers de la Cour Roland ouvriront leurs portes les 3, 4 et 5 avril prochains de 10h à 17h.

À cette occasion, vous pourrez vous inscrire sur place.

Cet événement vous permettra également de découvrir nos ateliers de métiers d'Art et d'Arts Plastiques.

Vous pourrez également admirer les nombreuses œuvres

exposées et réalisées par les adhérents.

Venez rencontrer nos enseignants tous engagés sur leur double compétence artistique et pédagogique, formés pour la plupart dans des écoles d'art réputées.

Profitez de ces trois jours pour vous imprégner de l'ambiance chaleureuse et conviviale de nos ateliers.



**Ateliers
Cour Roland**

PORTES OUVERTES

**Métiers d'Art
Arts plastiques**

**3, 4 et 5
avril 2020
10h-17h**

www.ateliers-cour-roland.asso.fr
01 39 46 69 96

Domaine de la Cour Roland
60 rue Etienne de Jouy
78350 Jouy-en-Josas




Les Ateliers de la Cour Roland
Domaine de la Cour Roland
60 rue Etienne de Jouy
78350 Jouy-en-Josas
Tel. 01 39 46 69 96
du lundi au samedi

Mail. accueil@ateliers-cour-roland.asso.fr
www.ateliers-cour-roland.asso.fr



BEEOSPHÈRE

VOUS ÊTES LES BIENVENUS

Nos amies les abeilles sont en période de repos, j'en profite pour vous donner quelques nouvelles du poulailler.

Tout d'abord notre coq Gédéon dont la santé s'était dégradée, a été accueilli dans une structure qui s'occupe des animaux malades. Puis, malgré les soins qui lui ont été prodigués, il n'a pas survécu à de nombreuses infections dues à ses blessures passées.

Pour plus d'informations sur cette association qui se dévoue pour accompagner les animaux malades :

<https://www.suzihandicapanimal.net/>

(Peut-être y verrez-vous une ancienne photo de Gédéon avant son départ)

Les bénévoles qui œuvrent quotidiennement à l'entretien de nos gallinacées ont besoin de trouver de nouvelles bonnes volontés afin d'être moins sollicités et pouvoir prendre quelques vacances.

Venez nous rejoindre et vous découvrirez un nouvel environnement en ville. Et, bien sûr, vous aurez la joie de récolter et consommer des œufs ultra frais lors de vos interventions. Sûr que beaucoup d'entre vous ont de bonnes idées et sont de bonne volonté, portez-vous volontaires.



- Soit directement auprès des personnes bénévoles lorsqu'elles sont au poulailler
- Ou en envoyant un message à l'adresse email en bas de cet article.

- Vous pouvez aussi déposer vos coordonnées dans notre boîte aux lettres à Vélizy-Associations.

Mail. beeosphere78@gmail.com
www.beeosphere.fr
Facebook. Beeosphere



Carrefour city
 Centre Commercial Mozart
 28 Avenue de Savoie - Vélizy
 01 39 46 04 51

Horaires d'ouverture
 lundi au samedi : 7h - 21h
 dimanche : 9h - 13h

Votre Carrefour City Vélizy
 livre à domicile
 le mardi et le jeudi
 à partir de 30 € d'achats

BRIDGE-CLUB VÉLIZY

DE L'INITIATION À LA PRATIQUE

Activité du club

Depuis l'automne, le club s'est engagé avec le collège Saint Exupéry à initier des élèves volontaires à la pratique du bridge. Trois membres du club ont suivi une formation auprès du comité du Hurepoix pour dispenser les bases du jeu. Cette action est pilotée par M. Obritin assistée de H. et B. Danguy. Quelques élèves de 6^e apprennent la pratique de ce jeu. Bravo pour leur motivation, car l'apprentissage du système d'enchères et du jeu de la carte nécessitent un travail de mémorisation et de réflexion important. Nous souhaitons que la pratique du jeu à quelque niveau que ce soit, leur apporte beaucoup de plaisir.

Tournois

Le tournoi de régularité du samedi 8 février au profit de la lutte contre le cancer a rassemblé 26 participants. Il a été suivi d'une dégustation de crêpes confectionnés par des membres du club. L'intégralité de la somme récoltée à cette occasion a été versée à l'institut Gustave Roussy.

Agenda

Les simultanés Rondes de France et les tournois de régularité se tiennent à l'ancienne église, 1 rue Aristide Briand le lundi, mercredi et jeudi à 14h et le samedi à 14h30. Soyez présents un quart d'heure avant le début du tournoi pour en faciliter l'organisation.

MMA PREMIUM
 Sc3vA - Cabinet SAUWALA
 Assureur PREMIUM

01.34.65.08.82 mma.velizy@mma.fr

Pour un avenir plus sûr,

**ASSUREZ
VOUS
PREMIUM**

M M A
 Entrepreneurs
 d'Assurances

ASSUREUR DES PARTICULIERS, DES ASSOCIATIONS
 ET DES PROFESSIONNELS



Contacts. Bernard Danguy - Albert Chillet
Mail. bridgevelizy@numéricable.fr
Tel. 06 25 36 97 04
(pendant les horaires de tournois)



SIGNES DES TEMPS

1642^E SECTION DES MÉDAILLÉS MILITAIRES

QUARTIER DU CLOS

Nous vous attendons lors de nos réunions mensuelles dans une ambiance chaleureuse et très conviviale.

Vos souvenirs, anecdotes, documents, histoires seront les bienvenus.

À très bientôt

Le Clos...

Quand le lieu-dit de « La mare aux bœufs » devient un lotissement.

L'arrêté préfectoral du 12 mars 1925, lance le début des constructions.

Dans la foulée, les agences réagissent. La publicité a toujours existé ! Ces dernières vantent la proximité de Paris avec les lignes de chemins de fer exist-

tantes, mais aussi : Le tout-à-l'égout, la largeur de la voirie et des trottoirs...

Quant à « La mare aux bœufs », dont une partie de l'extension Ouest de notre commune y a été construite aussi, ce nom lui vient de patûres où les bovins séjournaient avant leur ultime voyage pour les abattoirs de Vaugirard.

Nos prochaines réunions

Salle 101 à l'Ariane à partir de 15h

Les samedis 7 mars, 4 avril, 2 mai, 6 juin...

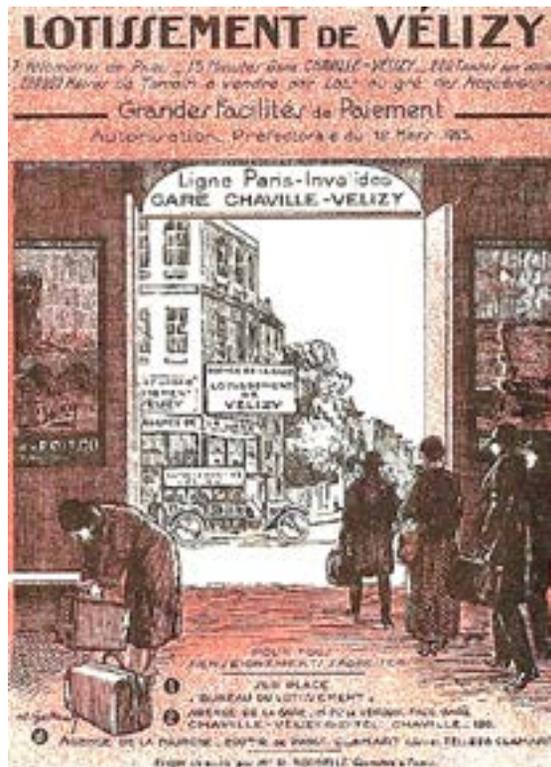
Rappel

Pour les moins de 16 ans, la cotisation annuelle est à 5 €.

DE LA CONVIVIALITÉ

Le 23 janvier la section de la médaille militaire de Vélizy a rassemblé plus de 50 personnes pour déguster l'excellente galette des rois préparée par le chef pâtissier de la Base Aérienne 107 de Villacoublay. Quelques jours plus tard, le 2 février, se déroulait la 54^e assemblée générale sur la même dynamique, elle fut dédiée à Roland Souchet qui nous a quittés en 2019. Cette section existe par ses adhérents et l'assemblée générale est un moment qui a permis à chacun de s'exprimer et de débattre sur les divers sujets proposés par le comité. La matinée se termina par la remise de la médaille de bronze de la Société Nationale d'entraide

de la Médaille Militaire à notre trésorière M^{me} Evelyne Himo, de la cravate de la SNEMM à M. Thierry Charbonneau porte-drapeau et de l'insigne accompagné du diplôme d'honneur de porte-drapeau à M. Gérard Vanhaecke. Le président a profité de la présence de M. le maire Pascal Thévenot pour remercier les services de la municipalité de leur soutien, de leur disponibilité et des bonnes relations pendant ces six ans. Cette belle assemblée générale fut suivie d'un cocktail offert aux participants et d'un repas marqué par sa plus forte participation depuis dix ans. Cette date du 2 février est sans doute le départ d'une année encourageante pour notre avenir.



Contact. Vélizy-Associations
Tel. 01 84 73 06 90
Mail. signesdestemps78@gmail.com



Contact. Jacky Moulin
Tel. 06 66 45 81 09
Mail. jacky.moulin7@gmail.com
www.medmilivelizy.free.fr



FORMEZ-VOUS !

Formations PSC1

. Dimanche 15 mars et jeudi 19 mars

Renseignements et inscription :

formation.viroflay@croix-rouge.fr ou

au 06 33 18 68 59



La Vestiboutique

Ouverture le samedi 7 mars

de 9h30 à 12h30



Place de l'aviation à Vélizy-Villacoublay

Tel. 06 80 00 69 85

Mail. ul.viroflay@croix-rouge.fr

Facebook. [croix rouge viroflay Vélizy](https://www.facebook.com/croixrougeviroflayvelizy)

Instagram. [#croixrougeviroflayvelizy](https://www.instagram.com/croixrougeviroflayvelizy)

<https://yvelines.websites.croix-rouge.fr/viroflayvelizy>

MERCI À TOUS !

Le Beau Mollet 2020

Avec 634 participants, notre randonnée VTT " Le Beau Mollet " a été une réussite.

Dès l'aube, les premiers vététistes savourent un café, un thé ou des gâteaux.

Équipés d'une plaque de cadre numérotée, ils s'engagent sur nos agréables chemins forestiers balisés.

Ils découvrent, à leur allure, les 3 distances proposées (20, 30 et 40 km).

Le temps est idéal pour cette 1^{re} rando VTT de l'année en Île-de-France : les températures sont fraîches, le sol est sec et le soleil au zénith !

Lors du ravitaillement à mi-parcours, les vététistes apprécient la soupe préparée par notre partenaire local, L'Orée du Bois.

À l'arrivée, ils profitent d'une station de lavage pour nettoyer leur VTT, d'un parking vélo sécurisé et récupèrent, des boissons et des sandwiches dans une salle chauffée.

Pascal Thévenot, notre Maire, et nos fidèles représentants de section récompensent les clubs les plus représentés. Notre partenaire local, Glorious Escape Game, leur remet des entrées à leur espace de jeux d'aventure indoor.

C'est dans cette agréable ambiance que chacun repart, le moral au beau fixe et les mollets plus musclés !

Merci à tous nos bénévoles pour leur présence, leur dynamisme et leur disponibilité.

À l'année prochaine !

Merci Philippe !

Après 7 années à la présidence du CCV, Philippe Chanvril passe le relais à Philippe Pruvost notre nouveau président. Tous les membres du club remercient Philippe C. toujours aussi actif dans la section pour son fort engagement, sa grande disponibilité et sa parfaite gestion du club.



Contact. Philippe Pruvost

Tel. 06 61 68 90 77



Mail. contact@ccv78.fr

www.ccv78.fr

VÉLIZY TRIATHLON

UN DÉBUT D'ANNÉE ROYAL

Run & Bike du Roi Versailles

Dimanche 19 janvier 2020

Distance Sprint - 13 km

Classement / 171

Le Run & Bike est une course en binôme avec un seul VTT, l'un des partenaires court pendant que l'autre pédale avec passage illimité du vélo de main à la main.

Parcours en 2 boucles autour de la Pièce d'eau des Suisses et en sous-bois avec des parties techniques, comprenant bosses, montées et descentes.

8^e - Pochon Maxime/Kerrand Huang Louis-Marie

Senior Homme 43'45"

50^e - Chabert Laurent/Maurice Yann

Vétéran Homme 51'01"

54^e - Nouet Sebastien/Tohier Cédric

Vétéran Homme 52'

114^e - Elissalt Olivier/Leguay Christophe

Vétéran Homme 59'42"

160^e - Isambert Pochon Elsa/Noualhaguet Christine

Senior Femme 1h06'57"

169^e - Mayaud Delphine/Usseglio Polatera Brigitte

Vétéran Femme 1h15'30"

Trail de Font-Romeu (66)

Dimanche 19 janvier 2020

30 km avec 1100 m D+

Classement / 260

225^e - Caban Olivier 5h01'

Les Foulées de Malakoff 10 km

Samedi 1^{er} février 2020

Classement / 728

55^e - Maurice Yann 37'28"

285^e - Lapoutge Emmanuel 46'19"



www.velizytriathlon.com

Mail. contact@velizytriathlon.com





STEFANDBIKE

Artisan du cycle

Spécialisé dans le domaine du 2 roues neuf et d'occasion pour professionnels et particuliers

Vélos
VTT - Urbains - Route - Électriques - Location

Trottinettes / Scooters électriques

Atelier
Réparation - Entretien - Reconditionnement
(fourches - amortisseurs - batteries)

Accessoires, pièces détachées...

Plateforme d'annonces gratuites

Vendez ou achetez votre 2 roues en toute sécurité

Tout article mis en ligne est rigoureusement vérifié par une équipe de professionnels

09 72 16 57 53
stephane.guerin@stefandbike.com
www.stefandbike.com



CERCLE D'ESCRIME VÉLIZIEN

RETOUR SUR LES 40 ANS DU CEV

Nous tenons une nouvelle fois à remercier tous les participants à l'anniversaire des 40 ans du club, qui a eu lieu le lundi 27 janvier dernier : Enzo Lefort et Julien Mertine, qui selon toute vraisemblance représenteront la France aux Jeux Olympiques cet été, M. le Maire, pour son soutien et sa présence lors de cet événement important. Merci à M. Philippe Julliard, photographe professionnel, d'avoir immortalisé la soirée, aux adhérents et leurs familles, qui ont permis de faire de cet événement un moment convivial et inoubliable, aux anciens adhérents qui se sont joints à nous pour l'occasion, nous permettant de renouer contact. Et pour finir, nous remercions le personnel du gymnase Robert Wagner pour leur aide lors de l'installation, le rangement et le nettoyage de la salle, Carrefour Market, de nous avoir gracieusement offert les boissons pour la soirée et enfin, évidemment, notre maître d'armes Yvan Meyer, qui nous fait profiter de son savoir et de sa bonne humeur depuis bientôt vingt-huit ans !

À bientôt sur la piste !

Horaires

Le lundi et le mercredi

- . 17h30-18h30 : débutants (de 6 à 10 ans)
- . 18h30-20h : confirmés jusqu'à 14 ans et débutants de 11 à 14 ans

Le lundi, mercredi et jeudi

- . 20h-22h : confirmés et débutants à partir de 15 ans et adultes



Photographe: Philippe Julliard

Contact. Camila Verjus (*présidente*)
Tel. 06 78 04 48 16 (*secrétaire*)
Contact. Benjamin Jacquart
Tel. 06 83 00 50 87



Mail. contact.escrime.velizy@gmail.com
www.[cercle-escrimevelizy.e-monsite.com](http://www.cercle-escrimevelizy.e-monsite.com)

ATHLÉTIC-CLUB VÉLIZY-VILLACOUBLAY

DE BEAUX RÉSULTATS

Il vient de nous quitter... à l'aube de ses 87 ans. Joseph Roger dit « JO » (*ci-contre*) était le président fondateur, à la fin des années 70 de l'athlétique club de Vélizy Villacoublay (ACVV).

C'était un homme de cœur connu pour sa gentillesse, ses qualités humaines et sportives. Il était toujours à l'écoute des uns et des autres. Sportif accompli, Joseph a disputé plusieurs championnats de France de cross.

Après une carrière professionnelle bien remplie - il partait souvent en déplacement à travers le monde - il s'est retiré au début des années 90 dans sa Bretagne natale à Naizin dans le Morbihan, tout en restant très actif lors de sa retraite.

Au revoir « JO », l'ACVV ne t'oubliera jamais.

Cross de Sartrouville - 1/4 de finale

Dimanche 26 janvier 2020

Élite Femmes

46^e - Bec Gabrielle - SEF - ESF/99

144^e - Morin Delphine - M1F/77

Cadets CAM

61^e - Georges Lilian - 17'06" - CAM/03

95^e - Hochedez Martin - 18'07" - CAM/04

93^e - Pollet Clément - 17'57" - CAM/04

105^e - Salmon Léon - 18'37" - CAM/03

Juniors Hommes JUM

38^e - Enguehard Kiko - 21'46" - JUM/02

Élite Hommes SEM

156^e - Nunes André - 32'38" - M0M/83

Masters Hommes > M0 MAM

237^e - Daviau François - 37'38" - M2M/74

200^e - Éliot Pierre - 35'56" - M2M/71

189^e - Godiveau Stéphane - 35'41" - M2M/71

193^e - Hervé Olivier - 35'47" - M2M/75

Masters Hommes > M0 MAM

46^e - Guégano Raphaël - 31'30" - M4M/65

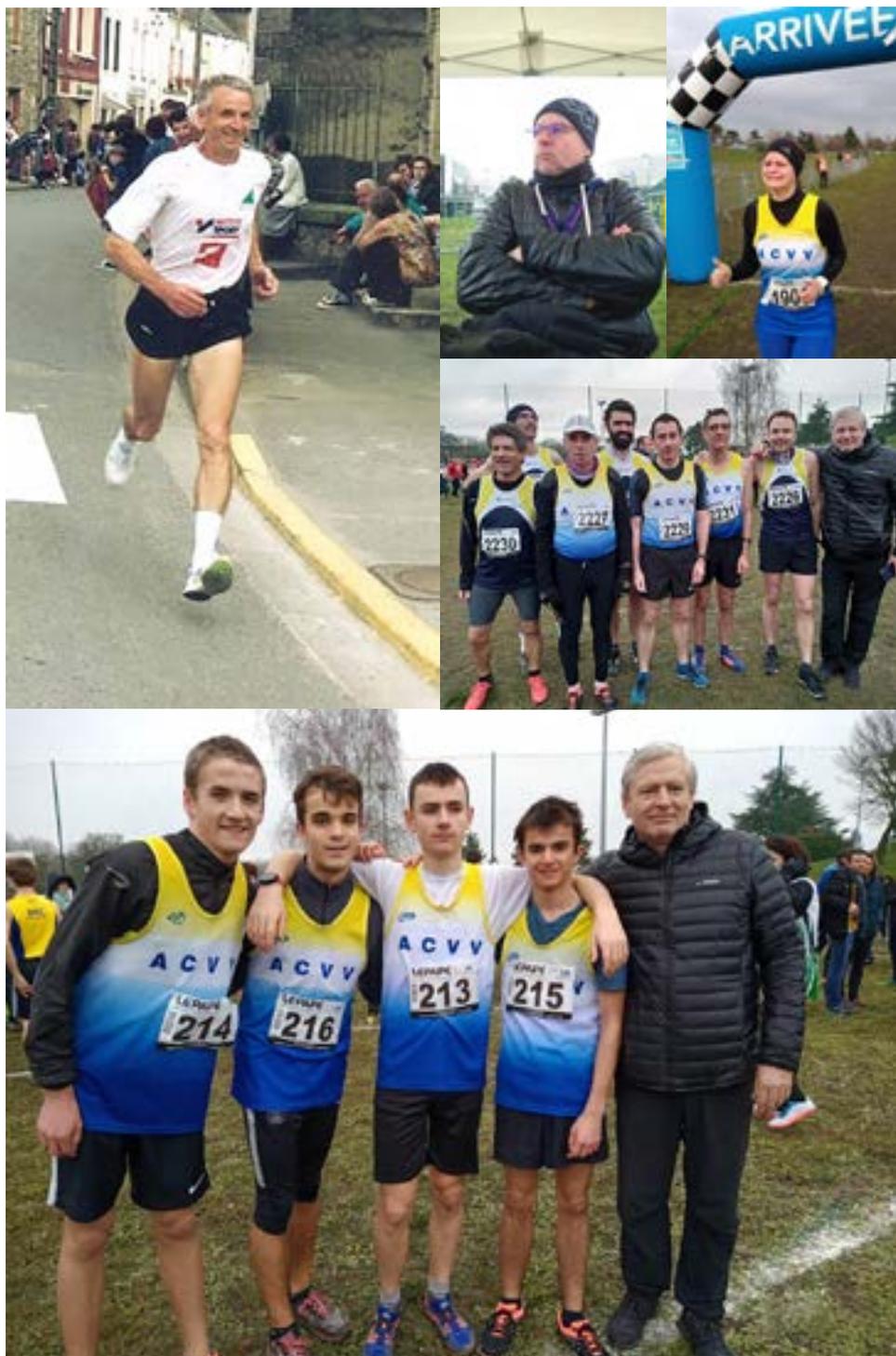
236^e - Pignon Pierre-yves - 37'36" - M4M/65

152^e - Xemard Alain - 34'43" - M4M/61

Élite Hommes SEM

112^e - Ait Omar Abdellah (MAR) - 31'09" - SEM/90

Beaucoup d'athlètes ACVV sur ce championnat, soulignons les excellents résultats de nos 4 cadets (*ci-contre*) qui se sont qualifiés idem pour Kiko et Raphaël.



Contact. Christiane Jégo

Tel. 06 41 04 31 61

Mail. acvv78@yahoo.fr

BASKET-BALL CLUB

DE L'ÉMOTION !

Le 2 février dernier, les Seniors filles ont joué un match contre l'équipe de Montigny-le-Bretonneux et quelle belle surprise dans les gradins ! La présence de Teddy Riner ! La victoire n'a pas été au rendez-vous mais les sourires sont bien présents sur les visages !

L'équipe des U17 a décidé de rendre hommage à leur idole, Kobe Bryan, décédé dans un accident d'hélicoptère.



Contact. Sylvie Lucas
Tel. 06 22 10 88 83 - 07 71 26 90 82
Contact. Stéphanie Lelan
Tel. 06 84 12 92 47
Mail. velizybasket@outlook.fr
Mail. zyadtia@gmail.com
Facebook. Bbcvv Velizy
www.bbcvv.com

HANDBALL-CLUB VÉLIZY

RESTONS EN FORME JUSQU'AU BOUT !

Ça y est, nous tenons déjà « le bon bout » de la saison, bien plus que la moitié pour être précis. Les matches retour des différentes poules sont bien engagés, les différents adversaires n'ont désormais plus de secret pour les diverses équipes.

Les SM1 sont qualifiés pour les huitièmes de finale de la Coupe des Yvelines et nous attendons la suite avec impatience et les SF sont qualifiées pour le Challenge.

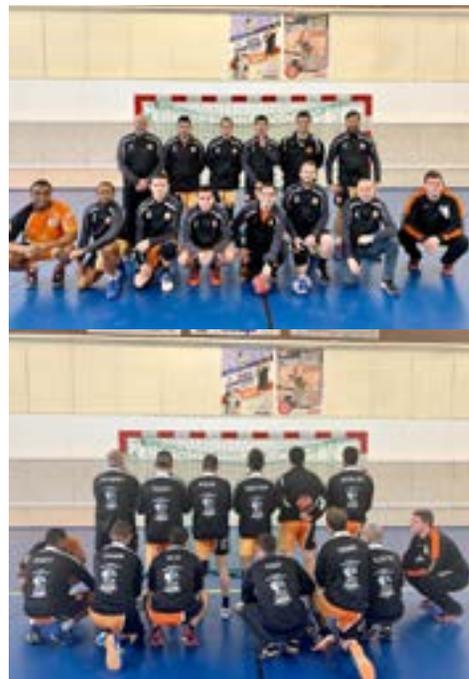
Pourtant, il reste un adversaire redoutable, imprévisible et dévastateur qui ravage nos différentes équipes : les blessures ! Dans certaines équipes, il a déjà lourdement sévi ce qui fragilise les autres joueurs et joueuses qui sont encore « maîtres de leurs quatre membres » et du reste de leur corps... et esprit. Et avant chaque saison de ski, voire avant chaque entraînement, se pose la même question côté entraîneurs : combien de joueurs vais-je récupérer ?

Du coup, il faudrait établir un planning « santé » jusqu'à la fin de la saison... et s'y tenir fermement :

- Pas de football tu feras (*trop de risque de se blesser*)
- Pas au ski tu partiras (*la mer est très sympathique et la natation renforce le corps*)
- Le vélo... d'appartement tu privilégieras (*aucun risque d'être confronté aux incivilités de la route*)
- Pas d'excès de console tu feras (*danger de tendinite ou de déséquilibrer son corps... et les échecs sont une activité magnifique !*)
- Peu d'alcool tu boiras (*ton foie te remerciera... et plus performant tu seras*)
- À des heures décentes tu te coucheras (*les entraîneurs seront ravis de la super-forme des joueurs et joueuses restant(e)s*)

À vous de compléter la liste à votre guise. Nous ne parlons ici bien évidemment que des blessures corporelles, les « blessures de l'âme » perdurent dans toutes les équipes, quel que soit l'âge... mais l'esprit d'équipe les guérira.

Contacts. Guillaume Renazé - Christine Sylvestre
Tel. 06 50 13 82 27 - 06 60 31 62 87
Mail. 5878040@ffhandball.net
https://sites.google.com/site/hbcvelizy/home



Planning des matches

Mercredi 4 mars - Gymnase Richet
 18h30 : -18F (1) / -18F (2) Match officiel de championnat
Samedi 7 mars - Gymnase Richet
 11h : Loisirs / Montigny
Samedi 7 mars - Gymnase Mozart/Borotra
 14h30 : -15 Masculins / Limay
 16h30 : -11 Mixtes / Montigny 2 / Versailles 2
Samedi 14 mars - Gymnase Wagner
 16h : -18 Féminines (2) / Alliance VDS2
 18h : SM3 / St Cyr/Fontenay 2
 20h : SF1 / AS Mantes 2
Samedi 21 mars - Gymnase Wagner
 14h : -18 Féminines (1) / Regroupement Le Chesnay/Bougival
 16h : -15 Masculins / Le Chesnay 2
 18h : SM2 / Le Perray
 20h15 : SM1 / Ste-Geneviève-des-Bois
Samedi 28 mars - Gymnase Wagner
 13h30 : -18 Féminines (1) / Conflans 2
 15h15 : -11 Masculins mixte / Conflans 3 / Trappes
 18h30 : SM3 / St Germain 2
 20h30 : SF1 / HVC2



A.S. VOLLEY-BALL VÉLIZY

AVD SNC VÉLIZY

LES CHAMPIONNATS BATTENT LEUR PLEIN

Les SF1 renouent avec la victoire

Après un début de saison compliqué en Nationale 3 dû à une restructuration de l'équipe, les SF1 ont abordé l'année 2020 d'une meilleure manière. Après avoir battu Saint-Lô 3/1 (25-22 19-25 25-21 25-20), elles ont concédé une défaite 3/2 contre l'équipe brestoise de l'Étoile St-Laurent qui leur permet néanmoins de gagner 1 point au classement.



Les équipes régionales et départementales en bonne position

À 3 mois de la fin du championnat, les équipes réserves continuent de lutter pour la montée en division supérieure :

- SF2 (Rég) : avec 9 victoires pour 3 défaites, les filles pointent à la 3^e place
- SM2 (Rég) : avec 8 victoires pour 4 défaites, les garçons sont 2^{ds} de leur poule
- SM3 (Dép) : avec 9 victoires pour 2 défaites, les garçons sont pour l'instant 3^{es}

La saison est encore longue, nos Seniors vont avoir besoin de votre soutien !

Nos rendez-vous :

• **Dimanche 1^{er} mars**
au gymnase Wagner
14h : SF1 (N3) vs Montgermont
16h : SM1 (N3) vs SC Ouest

• **Samedi 14 mars**
au gymnase Jean Macé
18h : SM2 (Rég) vs Dunois
20h30 : SF2 (Rég) vs Torcy

• **Dimanche 22 mars**
au gymnase Wagner
SM3 (Dép) vs Poissy

Mention spéciale

Ce mois-ci, ce n'est pas une personne mais bien l'ensemble de nos équipes jeunes que nous souhaitons féliciter pour leur parcours en Coupe Île-de-France : les M13F, M13M, M15, M15M et M20M se qualifient tous pour le 4^e tour !

ACCOMPAGNER VERS L'EMPLOI

« À SNC, nous nous efforçons de faire porter par la société un autre regard sur le chômage » Gilles de Labarre, Président de Solidarités Nouvelles face au Chômage.

Lorsqu'on est en recherche d'emploi, le doute nous assaille parfois : Vais-je y arriver ? Suis-je compétent(e) ? Ai-je les qualités nécessaires ? Mon expérience est-elle suffisante ?... Un doute qui s'accompagne souvent d'un repli sur soi : Je ne vais pas ennuyer les autres avec mes problèmes, personne ne me comprend, j'ai honte, les autres vont me juger...

Petit rappel essentiel :

Il n'y a pas d'un côté des gens compétents « en poste » et de l'autre, des gens incompetents « au chômage ». De plus, nombreuses sont les personnes - le fameux réseau... - autour de vous qui sont sincèrement prêtes à vous aider d'une façon ou d'une autre !

Alors ne restez pas seul(e) car c'est en allant à la rencontre des autres que vous trouverez la réponse à vos interrogations et lèverez ce doute qui peut entamer la confiance en soi (1) et l'estime de soi (2).



L'équipe SNC fait partie de ces personnes auprès desquelles vous pouvez vous ouvrir et trouver une écoute bienveillante pour vous accompagner dans votre retour vers l'emploi.

Vous pouvez nous contacter :

- Permanence le 1^{er} et 3^e mardi de chaque mois, de 10h à 12h 25 avenue Louis Bréguet (centre Ravel)
- E-mail : avdsnc@gmail.com

- (1) - Idée qu'on se fait de sa capacité à faire quelque chose
(2) - Idée qu'on se fait de sa propre valeur

À noter sur votre agenda !

• Jeudi 26 mars

« Forum de l'emploi » à Versailles, dans les locaux de l'hôtel de ville

Venez participer aux ateliers de préparation collectifs organisés en partenariat avec le service emploi de la mairie de Vélizy.



Contact. Sabrina Coireaud
Tel. 06 59 12 14 49
Mail. contact@volleyvelizy.com

www.volleyvelizy.com
Facebook. @VolleyVelizy



www.snc.asso.fr

MOMENT DE CRÉATIVITÉ

Activités manuelles, motricité libre, galette...

Un rendez-vous incontournable à l'accueil de loisirs « le Village », chaque lundi et jeudi (*hors vacances scolaires*), pour lequel nous nous retrouvons avec les enfants, pour des moments de créativité lors d'activités manuelles souvent liées à l'actualité du moment mais aussi d'imagination pendant les jeux libres, les histoires et comptines chantées, pour la joie des petits et des grands.

Le vendredi, on bouge et les enfants s'éveillent, pour leur plus grand plaisir, lors de séances de motricité dans ce bel espace, au dojo de la salle Barraco.

Nos réunions en soirée sont également l'occasion pour les membres du bureau et les adhérentes de faire le point sur les prochaines activités et de partager en ce début d'année une bonne galette, moment toujours très convivial.

À noter sur vos agendas :

. **Semaine du 12 mars**

Les séances à l'accueil de loisirs « le Village » laissent place à « l'hôpital des nounours », il n'y aura donc pas d'activités cette semaine là.

. **Samedi 28 mars** de 14h à 19h : recyclage PSC1 Croix-Rouge (*réservé aux adhérentes de l'association*)

. **Judi 2 avril** à 19h30 : réunion adhérentes (*salle Renoir*)

. **Vendredi 3 avril** à 9h45 : chasse aux œufs (*Boulodrome*)

. **Lundi 20 avril** à 9h15 : animation « mini-ferme » à l'accueil de loisirs « Le Village » (*sur inscription*)



Contact. Catherine Beaujard
(Présidente)
Tel. 06 45 74 88 72



Mail. contact@arcenciel-78.fr
www.arcenciel-78.fr

L'ACTUALITÉ DU MOIS

L'actualité du Club Philatélique de Vélizy Villacoublay et environs en mars c'est la conférence de Thierry Delmotte sur un épisode peu connu de l'occupation militaire de la Champagne en 1911 par l'armée française.

Conférence de T. Delmotte

Le 18 mars 2020 à 18h

Thème : sur la révolte des vigneron champenois en 1911 à travers la carte postale. Salle 101 à l'Ariane, 1 bis place de l'Europe à Vélizy.

Fête du timbre 2020

Les 28 et 29 mars

Le mois de mars est traditionnellement le mois de la fête du timbre. Après Citroën, l'an dernier, c'est la 404 Peugeot que vous retrouverez sur vos courriers.

Réunions du club

Mercredis 4 et 18 mars à 18h

Salle 205 de l'Ariane à Vélizy

Réunion de bureau

Mercredi 11 mars à 16h30

Pensez à demander dans votre bureau de poste, de jolis timbres issus de feuilles pour affranchir votre courrier.



Contact. Pierre Bouvard (Président)
Tel. 06 24 30 72 87
Mail. velizy.philatelie@wanadoo.fr
http://velizy.philatelie.pagesperso-orange.fr



Transaction - Location - Gestion



ESTIMATION OFFERTE



Pierre Hébert
Directeur



Mohamed Airour
Responsable d'agence



Patrick Lepleux
Responsable des ventes



Élodie Ginguene
Conseillère location



Laurent Madura
Conseiller



Vincent Jappont
Conseiller



Romain Crenais
Conseiller



Maxime Houdée
Conseiller

Agence Guy Hoquet Vélizy

65 place Louvois
78140 Vélizy-Villacoublay
01 73 950 200
velizy@guyhoquet.com

du lundi au vendredi
9h30-12h30 • 14h30-19h30
Samedi sur RDV

Besoin d'un
DIAGNOSTIC IMMOBILIER ?

dp diag précision
diagnostics immobiliers

2 rue Albert Pichon • 78140 Vélizy-Villacoublay

Tél : 01 39 26 83 38

diag.precision78@gmail.com

www.diagprecision.fr



Devis gratuit et rendez-vous sur www.clicanddiag.fr



**Catalogues, dépliants, flyers,
affiches, travaux administratifs, ...**

impression numérique pour les courts et moyens tirages...



impression offset pour les volumes plus importants...



Depuis 50 ans au service
des entreprises et des collectivités !

Imprimerie Grillet

38, rue Ampère - 78140 Vélizy-Villacoublay
01 39 46 01 52 - imp.grillet@wanadoo.fr

VIE DE L'ASSOCIATION

Nous sommes à ce jour 517 inscrits et ré-inscrits.

Le projet de tag sur les murs de la salle côté plateau de soulevé de terre a vu le jour courant janvier. Cela donne une âme à la salle. *(ce tag a été réalisé par Dorian Moreno, tatoueur et adhérent de la salle).*

Nous avons ouvert 2 créneaux de renforcement musculaire et abdo fessiers le mardi et vendredi de 17h à 18h. Ceux-ci sont dispensés dans la salle d'escrime.

Nous avons fait réaliser des survêtements à l'effigie du Club et de la ville. Si vous êtes intéressés, contactez Pascal ou Christine. Ils sont en vente au prix de 53 € TTC *(prix coûtant).*

Le 28 janvier, nous avons organisé la galette des Rois dans notre salle de musculation. Pour la 1^{re} fois, plus d'une centaine d'adhérents (es) ont participé à ce moment de convivialité.

Résultats sportifs

Après tous les championnats Départementaux, Régionaux, et sélection France, plusieurs de nos athlètes se sont qualifiés pour les différentes finales.

. **Féraud Nathalie** en BP, PL, et FA catégorie Masters 2 en – 52 kg

. **Lesellier Christine** en BP et DC catégorie Masters 2 en – 52 kg

. **Alves Agnès** en FA et DC catégorie Seniors en – 57 kg

. **Martial Félix** en FA catégorie Masters 2 – 83 kg

. **Etcheverry Anthony**, en FA catégorie Masters 1 – 66 kg

. **Saydoulaev Akraman**, en FA et DC catégorie Seniors en – 120 kg

. **Kirsch Louis-Joseph**, en FA catégorie Juniors – 83 kg



Suite aux éliminatoires par équipe, l'équipe Seniors Hommes formée par : Peltier Marvin au squat, Saydoulaev Akraman au DC, Louet Thomas au Soulevé de terre s'est qualifiée pour la Finale « Jean Villenave » au mois de juin, après avoir réalisé un total de 667.5 kg. Elle se classe provisoirement 5^e au niveau national.

PENCAK SILAT VÉLIZY CLUB

LE SCHÉMA CORPOREL

Approche du schéma corporel et du tonus

Le schéma corporel correspond à une représentation mentale de l'ensemble des structures neurologiques qui traitent l'information proprioceptive (conscience de la position du corps). Chaque fois que l'individu a une nouvelle sensation ou impression, il intègre ces nouvelles « données » à son schéma corporel. Ce dernier est donc en perpétuelle construction. Il intervient en permanence dans l'ajustement de la posture et dans la relation entre l'individu et l'espace qui l'entoure. Il est enrichi par la diversité de l'expérience vécue. En outre, chaque individu est le produit de sa propre expérience. C'est une des raisons pour lesquelles après une séance d'activité physique on se sent généralement « bien dans son corps » : notre schéma corporel s'est enrichi de nouvelles sensations.

À quoi sert une bonne intégration de son schéma corporel ?

Il ne s'agit pas simplement de connaître les différentes parties de son corps mais d'acquérir des compétences qui permettront de se mouvoir librement et de maîtriser son corps dans ses déplacements. Plus le schéma corporel est enrichi, plus on aura de facilité à mobiliser son corps avec habileté et agilité. En pencak silat, les kembangan jurus, qui sont des suites de mouvements codés qui se pratiquent individuellement, correspondent à des outils de transmission de techniques, mais aussi de principes de combat. Souvent répétés en boucle, ils nécessitent de pouvoir positionner les différentes parties de son corps dans l'espace sans avoir de retour visuel. En effet, le regard doit être porté en direction de l'assaillant imaginaire. Il apparaît alors évident que pour réussir à maintenir une posture d'équilibre et des changements directionnels rythmés, il est nécessaire d'avoir bien intégré son schéma corporel.



Comment renforcer cette intégration du schéma corporel ?

Quelques notions de neurophysiologie pourront aider à répondre en partie à cette question. Dans les fondements de toute motricité, il est important de comprendre la place du tonus et de la posture. Le tonus correspond à l'état de tension d'un muscle lorsqu'il est au repos. Il assure notamment la résistance à la pesanteur, c'est en partie ce qui nous permet de ne pas nous effondrer comme une poupée. Il est décliné en plusieurs types : de fond, postural et d'action. Lorsque l'on dort par exemple, les muscles ne sont pas complètement flasques, il s'agit du tonus de fond. Lorsqu'on est assis ou debout, même si l'on n'a pas toujours l'impression de faire un effort, il est nécessaire que les chaînes musculaires qui sont responsables de la stature soient dans une certaine tension que l'on appelle le tonus postural. Le tonus d'action correspond lui à l'état de tension nécessaire pour permettre le mouvement. La fonction tonique correspond quant à elle à l'ensemble des ajustements perpétuels nécessaires à l'équilibre du corps, elle donne un point d'appui aux mouvements, qu'ils soient précis ou plus globaux. Ces variations d'appuis constituent un élément crucial de tout mouvement.

En effet, c'est par exemple en libérant une jambe du poids du corps et en ajustant son tonus postural que l'on va pouvoir la dégager pour donner un coup de pied de l'autre sans pour autant perdre l'équilibre. Une image qui peut illustrer cette répartition du poids est celle d'une bouteille d'eau remplie à moitié que l'on couche : le niveau d'eau est parallèle à la bouteille elle-même. Si l'on soulève un côté ou l'autre, le liquide va se répartir automatiquement afin de rester horizontal. En opérant de la sorte, nous créons un déséquilibre que le mouvement de l'eau va rétablir. Le coup de pied de face, parfois appelé « front kick », peut être envoyé depuis une position pana ou pasang. Afin de pouvoir soulever sa jambe avant, il faut mettre le poids du corps dans la jambe arrière en opérant une bascule. Les informations proprioceptives reçues par le cerveau, avec la participation de l'oreille interne, vont permettre l'ajustement tonique nécessaire à ne pas chuter en arrière mais au contraire transformer cette position d'inconfort stationnaire en percussion vers l'avant.

Malgré les sources de déséquilibre occasionnées de façon inattendue et indésirée par un assaillant potentiel, le pesilat doit assurer sa stabilité. C'est le même principe que l'homéostasie qui est l'adaptation de l'organisme à une situation dans le but de conservation de l'équilibre interne. Pour finir, l'humain est en interaction avec son univers à travers l'action, par le corps et ses mouvements. L'organisme lui, reçoit les informations provenant de l'extérieur à partir desquelles, compte tenu de l'état interne, il va définir l'activité psychomotrice. Nous étudierons le mois prochain d'autres fonctions psychomotrices à travers la pratique du pencak silat.

Bon entraînement !

K.



KARATÉ-CLUB VÉLIZIEN

2020 DÉMARRE EN FANFARE

Le body karaté

L'équipe du body karaté est toujours au top ! Venez les retrouver pour bouger dans la bonne humeur, renforcement musculaire, cardio et convivialité sont toujours au programme.

J'aime la galette...

Nous avons eu l'occasion de partager notre galette annuelle le dimanche 2 février dernier au club housse Wagner. Un bon moment de convivialité. Licia a été notre reine cette année !

Le club reprend les compétitions

Après quelques années sabbatiques en compétition, Vélizy fait son retour !

Nous avons rendez-vous le dimanche 9 février pour le championnat combat départemental et qualificatif pour les régions.

Trois compétiteurs de Vélizy étaient engagés pour cet événement important.

Marion Asnar (*ci-contre*), Kais Caudoux Louzani pour la catégorie Minime et Thomas Bertin pour la catégorie Senior.

Raphaël et Pascal, les coaches étaient présents également pour les encadrer et les accompagner au mieux. On les remercie pour leur engagement tout au long de cette journée, ainsi que les parents venus les soutenir.

Nous tenons à remercier également Patrice pour la préparation lors des dimanches matin car les résultats sont encourageants. Marion revient avec une belle médaille de bronze en combattant contre la Championne de France en titre. Kais quant à lui, perd une finale 6/2 mais remporte la médaille d'argent et est vice-Champion des Yvelines. Ils sont tous les deux qualifiés pour le championnat régional qui aura lieu au gymnase de la halle Carpentier, Paris 13^e, à suivre ! Un grand bravo à eux pour leur première sortie.



Quant à Thomas, il a dû déclarer forfait suite à une blessure.

Nous lui souhaitons une bonne guérison pour qu'il nous revienne en pleine forme.

Les préparations des futurs candidats aux grades en fin d'année continuent leurs entraînements le dimanche avec Patrice.

Merci à toutes et tous pour votre assiduité aux cours.



JUDO-CLUB VÉLIZY

DE LA GRAINE DE CHAMPION...

Maiwenn Championne des Yvelines

Maiwenn sur la plus haute marche du podium, qualifiée pour les demi-finales du championnat de France Cadette à Paris. En Cadets Joachim et Ewenn 2^{es}. Bonne participation de Nikita et Max battus à la pesée (100 gr).

Challenge du Samouraï

2^e succès du « challenge des samouraïs » de la saison avec nos babies judo très heureux de participer. Les organisateurs ont pris du plaisir à arbitrer et à juger les prestations de nos jeunes judokas, récompensés pour finir par de délicieuses galettes des Rois. Bravo à tous, prochain et dernier challenge **le samedi 28 mars 2020**.

Bon sang ne saurait mentir...

Après Maiwenn dernièrement, 1^{re} en catégorie Cadette au championnat départemental, son frère Ivic monte sur la plus haute marche du podium en catégorie minimes et se qualifie pour les demi-finales du championnat de France. Ce même jour Maiwenn gagne la coupe du jeune commissaire sportif pour la 3^e année consécutive. Quelle famille ! Félicitations à tous les deux.

Euromasters à Lille

Rachid notre léger chez les lourds, après 5 combats âprement disputés s'incline en finale et monte sur la 2^e marche du podium, Hakim en - 73 kg et autant de combats que son compère est récompensé par une belle 3^e place. Bravo à tous les deux, sachant que pour se qualifier pour les championnats d'Europe Vétéran seul les 3 meilleurs résultats en tournois Masters excellences sont pris en compte.

Championnat des Yvelines Seniors à Plaisir.

Nos deux représentants, Rachid et Benoît malgré leur bonne volonté n'atteindront pas le podium. Félicitations à eux deux pour leur participation.

Vous avez toujours la possibilité de nous rejoindre pour pratiquer une activité sportive. Renseignements et inscriptions à Vélizy-Associations.



CHANTIERS YVELINES

BESOIN D'AIDE ?

Soyez acteur d'une économie sociale et solidaire avec la 1^{re} association intermédiaire des Yvelines.

Chantiers-Yvelines c'est 30 années d'expérience dans le suivi et l'accompagnement de personnes en recherche d'emploi et 98 % de clients satisfaits.

MÉNAGE* - REPASSAGE* 19.90 €/h TTC
lavage sols - vitres - courses

**MANUTENTION
DÉMÉNAGEMENT**
encombrant - gros nettoyage

JARDINAGE*
tonte pelouse - désherbage
taille de haie - plantations

PEINTURE 22.80 €/h TTC

**MAÇONNERIE
POSE REVÊTEMENTS
MURAUX ET SOLS**
moquette - parquet
carrelage - papier peint

BRICOLAGE
pose tringles à rideaux
étagères - montage ou
démontage de meubles

**LUNDI, MARDI ET JEUDI
DE 14H À 17H SANS RENDEZ-VOUS**

* **Déduction fiscale 50 % pour les services à la personne**



Adresse. Centre Maurice Ravel
25 av. Louis Breguet - Vélizy
Tel. 01 30 70 61 76
Mail. velizy@chantiers-yvelines.fr

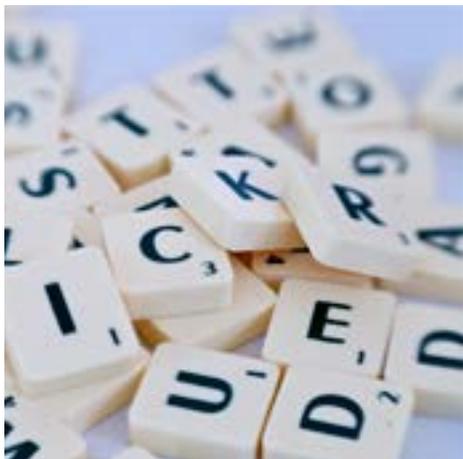
Contact. Vélizy-Associations
Tel. 01 84 73 06 90



Mail. club@judo-velizy.com
www.judo-velizy.com

SCRABBLE CLUB

LE JEU DE MARS



Voici les réponses de février :

B	A	I																	
B	A	I	E	E															
A	B	I	M	E	M														
B	I	G	A	M	E	G													
A	M	B	I	G	U	E	U												
B	I	T	U	M	A	G	E	T											

Voici le nouvel escalette :

D	O	L																	
									R										
										J									
											M								
												E							
													O						E

Bon courage et au mois prochain !



Contact. F. Tamisier - M. Cambron
Tel. 01 30 70 89 98 - 01 39 46 74 03
Mails. franctam@orange.fr
 michele.cambron@wanadoo.fr

CLUB DE TENNIS DE TABLE DE VÉLIZY

LOISIRS ET COMPÉTITIONS



Galette et bonne humeur

Le début de saison est traditionnellement marqué par la galette. Attendue par tous les sportifs de toutes les disciplines, c'est un moment de convivialité et de détente. À cette occasion, le CTTV avait invité ses amis de Bures-sur-Yvette pour une rencontre sous le signe de la bonne humeur. Le résultat reste anecdotique, mais l'ambiance était là pour tous nos compétiteurs et les galettes ont disparu rapidement.

Championnats

L'actualité sportive ne s'est pas faite attendre et les 17 et 30 janvier, les 4 équipes du CTTV ont disputé les 1^{res} et 2^{es} journées de la seconde phase du championnat.

Les résultats par équipe du 1^{er} tour

- Andresy Maurecourt 1 (15 - 24) **CTTV 1**
- CTTV 2 (20 - 22) **Mantaise AS 5**
- **Marly-le-Roi US 6** (25 - 17) CTTV 3
- CTTV 4 (17 - 25) **Limay ALJ 6**

Les résultats par équipe du 2^e tour

- **CTTV 1** (27 - 15) Sartrouilloise 5
- Plaisirois Club 2 (14 - 28) **CTTV 2**
- **CTTV 3** (21 - 21) **Verneuil US 2**
- **Verneuil US 5** (22 - 20) CTTV 4

À la une, l'équipe 1 en course pour une montée en division supérieure (*on croise les doigts*) et l'équipe 3 composée de jeunes pousses et d'anciens qui sauront les coacher aussi bien en championnat par équipe qu'en individuel. Des déplacements prestigieux les attendent... la suite au prochain numéro !

Retrouvez l'actualité de nos équipes sur l'application FFTT ou sur notre site web.



Mail. contact@cttvelizy.fr
 www.cttvelizy.fr

TENNIS-CLUB VÉLIZY-VILLACOUBLAY

LE TENNIS POUR TOUS

Belle participation à notre galette des Rois...

Cette fin d'après-midi d'un dimanche de fin janvier était vraiment propice à déguster une bonne galette entre amateurs de tennis. En plus d'une belle participation de nos adhérents, nous avons eu le plaisir d'accueillir notre maire Pascal Thévenot accompagné d'Olivier Poneau (*maire adjoint chargé de la vie associative*) et Alexandre Richefort (*conseiller municipal délégué à la jeunesse*) qui nous ont à nouveau assuré du soutien de la municipalité dans le développement de notre club.

Nos équipes en compétition

Notre équipe 1 hommes + 35 ans, fait un beau parcours en première division dans le cadre des championnats départementaux des Yvelines. Pour le moment elle comptabilise 3 victoires et une seule défaite. Félicitations à Julien, Yann, Jérôme et Pascal, tout sourire, après leur dernière victoire 3 à 0 ce dimanche 9 février contre Sartrouville. Il ne reste plus qu'un match à disputer contre Mesnil-le-Roi dans cette compétition. Ce match sera déterminant pour la montée ou le maintien en première division.

Votre agenda en mars et avril

- . **Dimanche 8 mars** : Journée parrainage où les jeunes entraînés partagent une journée avec les adultes des équipes de compétition.
- . **Dimanche 22 mars** : Amène tes amis, chaque adhérent peut inviter un ami, un parent à découvrir le tennis pendant cette matinée ludique et sportive.
- . **Vendredi 27 mars** : Auberge espagnole adultes pour fêter la fin du trimestre.
- . **Du 4 au 11 avril** : Tournoi jeune open.



Le tennis n'est pas réservé qu'aux jeunes, le TCVV accueille aussi les Seniors...

Il n'y a pas de limite d'âge au tennis car, comme beaucoup de sports, chacun joue à son propre rythme. Pour encourager les Seniors à jouer, le club a mis en place plusieurs solutions pour faciliter l'accès aux courts :

- Licence loisir semaine (*accès aux courts du lundi au vendredi de 8h à 17h*) pour 104 € l'année.
- Licence loisir sans restriction d'horaire pour les retraités de + de 65 ans avec 15 % de réduction sur le plein tarif soit 186 € sans cours ou 336 € avec un cours hebdomadaire en groupe par un enseignant diplômé.
- Licence découverte à 25 € pour jouer en toute liberté pendant 3 mois.

Même les petites douleurs ou raideurs ne sont plus une excuse car comme le dit la nouvelle médecine :

« Le traitement c'est le mouvement ! »



Contact. Bruno Lafitte
Tel. 06 09 11 80 40
www.tennis-club-velizy.com
Mail. tcvv78@tennis-club-velizy.com

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE VÉLIZIENNE

LE PRINTEMPS EN MOUVEMENT

La Printemps Party est de retour

Dimanche 22 mars à 10h30

Un moment convivial, chaleureux, l'occasion de se rencontrer entre adhérents (*plus de 700 à ce jour*) éducateurs sportifs et bénévoles, pour échanger et participer à des séquences d'activités physiques diverses de 20 mn environ (*du plus doux au plus cardio*), qui se succéderont de 10h30 à 12h30 : Pilates, stretching, renforcement musculaire, Zumba, bien-être...

Les échanges se poursuivront par un repas partagé dans cette même salle de l'Ariane. Chacun apportant un plat de son choix, sucré ou salé. L'association se faisant un plaisir de vous offrir les boissons. Pas d'inscription préalable, l'accès est gratuit, réservé aux adhérents.

Nous vous y attendons nombreux !
À noter que Vélizy-TV est invité à venir immortaliser ces moments festifs.



Contact. Vélizy-Associations
Tel. 01 84 73 06 90
www.gymvolvel.fr
Mail. contact@gymvolvel.fr

GYMNASTIQUE AGRÈS VÉLIZY

LE TOP 12

Le 8 février avait lieu le dernier match du Top 12 de notre équipe contre Noisy-le-Grand.

Le résultat : 24 partout mais grâce à notre match gagnant contre Montceau-les-Mines. En avant pour la demi-finale face à Antibes !

Félicitations à notre équipe et à ses coaches François et Mohamed.

Les premières compétitions de GAM et GAF ont débuté. Nos équipes se sont encore bien illustrées.

Félicitations à notre équipe de Performance entraînée par Aurélie et composée de Lauriane, Malia, Caroline, Marion et Manuela qui termine 2^e et à l'équipe Avenir qui finit 3^e du championnat départemental.

Bravo à toutes nos " gyms " qui ont matché lors de compétitions de Montigny et La-Celle-St-Cloud et à leurs deux coaches : Aurélie et Maureen.



Contact. Pascale Avard
Tel. 06 23 56 86 45
Le Bureau. 01 30 70 82 32

www.gymagresvelizy.net
Mail. gymagresvelizy@gmail.com
Facebook. Club GymAgrèsVélizy

VÉLIZY-ASSOCIATIONS C'EST...

L'ÉQUIPE DE VÉLIZY-ASSOCIATIONS

Président Jean Chantel

Directrice Alexandra Robert

Secrétariat des associations

Accueil du public

Lydie Moreira, Anne-Sophie Bortolin et Valérie Klein

Communication

Carole Balan

Comptabilité et gestion sociale

Sandrine Jarry, Alizée Couillandre, Sylvie Daniel et Conchi Moreno

INFORMATIONS PRATIQUES

ADRESSE

L'Ariane - 1 bis, place de l'Europe
78140 Vélizy-Villacoublay

Arrêt Tram T6 : Inovel Parc Nord

Tel. 01 84 73 06 90

Mail. secretariat.va@velizy-associations.fr



www.velizy-associations.fr

Retrouvez-nous sur facebook

HORAIRES

Lundi	9h-12h > 13h30-17h
Mardi	9h-12h > 13h30-15h30 * 15h30-18h
Mercredi	9h-12h > 13h30-17h
Judi	13h30-15h30 * 15h30-17h
Vendredi	9h-17h <i>sans interruption</i>

*** (permanence téléphonique - bureaux fermés)**

RÉALISATION DU MAGAZINE

Directrice de la publication

Alexandra Robert

Conception du principe graphique

Jules Izzi

Maquette et réalisation

Carole Balan avec la collaboration de Sonia Neveu

Impression

Imprimerie Grillet SAS

78140 Vélizy-Villacoublay

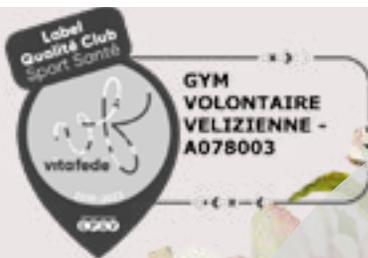
N° 184 -mars 2020

N° ISSN 1951-235X

11 000 exemplaires distribués
sur Vélizy-Villacoublay

Magazine gratuit

Ne pas jeter sur la voie publique



PRINTEMPS PARTY

DIMANCHE 22 MARS 2020
à 10H30

dress code - **FLEURI**

10h30 - 12h30

activités physiques

encadrées

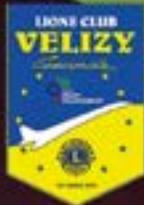
12h30 - 14h

repas convivial

partagé

réservé aux adhérents

SALLE DE L'ARIANE
1 BIS PLACE DE L'EUROPE, VÉLIZY



Salon

des Vins & du goût

21 & 22 Mars

Salle Ravel
Vélizy-Villacoublay

10h-19h

Lions Club Vélizy Concorde



L'Académie Nationale de Cuisine
vous réglera pour déjeuner ou dîner



L'Académie Nationale de Cuisine est un organisme pour la santé