

Moissy animations

septembre
2022
n° 423

MOISSY
CRAMAYEL

Bulletin d'information édité par la maison des associations

Le Comité des fêtes de Moissy-Cramayel

organise une

"Brocante et un vide-greniers"

Dimanche 25 septembre
de 8h à 18h

Place du Souvenir (devant la mairie)

Espace
buvette et
restauration
sur place



Permanences d'inscriptions
à la Maison des associations
(à côté de la mairie)

Vendredis 9 et 16 septembre
de 18h à 20h

Mercredi 14 septembre de 18h à 20h
Samedi 17 septembre de 9h à 12h

Modalités d'inscriptions :

Pour faciliter les inscriptions lors des permanences, **merci de vous munir d'une photocopie de la pièce d'identité et d'une photocopie d'un justificatif de domicile**. Un numéro d'emplacement vous sera communiqué. Tout dossier incomplet ne sera pas accepté.

TARIFS

16 € les 4 mètres linéaire
pour les Moisséens

30 € les 4 mètres linéaire pour les
extérieurs à la ville + brocanteurs

Pour tout renseignement, prendre contact
avec Josette Françoise au 06 19 05 66 42

Agenda

Club des anciens

• **Lundis 26 septembre, 3 et 17 octobre**
Activités jeux

• **Jeudi 15 septembre**
Papy Lunch

• **Jeudi 29 septembre**
Programme cinéma

• **Vendredi 30 septembre**
Visite du musée de la vie d'autrefois
+ déjeuner (Les Ormes-sur-Voulzie)

• **Jeudi 6 octobre**
Journaux

• **Lundi 10 octobre**
Concours de belote

• **Jeudi 13 octobre**
Papy Lunch

Voyage en Ariège du 18 au 24 septembre

Salle "Le Club" rue de la Fédération
le lundi de 14h à 17h et le jeudi de 13h45 à 17h30

Club linguistique

Vous connaissez une langue étrangère mais vous n'avez plus l'occasion de la parler. Le club linguistique vous permet de vous la remémorer, la pratiquer et l'enrichir. Nous ne donnons pas de cours mais nous échangeons sur différents thèmes, des articles, des livres ou à bâtons rompus en **allemand, anglais, chinois, espagnol, italien** dans une atmosphère conviviale.

Les échanges linguistiques ont lieu tous **les samedis de 15h à 17h** dans une ville de Sénart ou en visioconférences. Nous visionnons aussi des films en VO une fois par mois à la Rotonde de Moissy.

Samedi 17 septembre

Espace Arc-en-ciel de Lugny - 427 rue des Pièces de Lugny à Moissy-Cramayel

Samedi 24 septembre

Espace Atout âge - Rue du Stade à Nandy

Samedi 1^{er} octobre

MLC la Citrouille - 35 rue Janisset Soeber à Cesson Vert-Saint-Denis

Samedi 8 octobre

Salle du Bois du Bray - 7 rue du Bois du Bray à Lieusaint

Samedi 15 octobre

La Rotonde - Place du 14 Juillet 1789 à Moissy-Cramayel

Pour les visioconférences, nous contacter
par e.mail : assolangues@clublinguistique77.fr

Moi si, je joue !



Le club sera heureux de vous rencontrer sur son stand lors du **Forum des associations le samedi 10 septembre** pour échanger sur nos activités ! Vous nous retrouverez également **les samedis 17 septembre et 15 octobre** pour nos soirées jeux mensuelles à la **salle "Le Club" à partir de 18h**.

Tarifs : la première soirée de découverte est gratuite. Pour adhérer au club et bénéficier de tous les avantages (prêt de jeux, participation à des tirages au sort pour gagner des jeux...) **la cotisation est de 20 €** (personne seule) ou 30 € (couple / famille) avec une réduction de 5 € pour les Moisséens.

Pour plus d'informations :

Page Facebook du club :

Moi si, je joue ! Club de Stratégie de Moissy

Par mail : asso.ms2j@gmail.com



L'association "les Bambins"



organise une

"Braderie"

**Samedi 1^{er} octobre
de 9h à 18h**

à la salle "Le Club"

(rue de la Fédération, à l'arrière de la Rotonde)

Vente d'articles pour enfants jusqu'à 16 ans (vêtements, matériels de puériculture, jeux et jouets). Afin de faciliter l'organisation de la braderie, merci de prévoir à l'avance l'étiquetage de vos articles et de compléter la fiche envoyée par mail lors de votre inscription.

Le dépôt des articles (maximum 25) s'effectuera le **vendredi 30 septembre de 9h à 18h30 sans interruption**.
Règlement et reprise des invendus le **dimanche 2 octobre de 16h30 à 17h**.

**Inscription obligatoire par e-mail
lesbambins2@outlook.com, même si
vous avez déjà une référence.**

**Sans réponse de notre part,
l'inscription n'est pas valide !
N'hésitez pas à nous joindre
par téléphone.**



Renseignements auprès de Dominique
au 06 83 63 05 69
ou

lesbambins2.wixsite.com/lesbambins2moissy

►►►► Communiqués

►► Collectif Triplettes Roses



Il œuvre pour la cause des femmes atteintes d'un cancer du sein triple négatif, les Triplettes. Ce cancer méconnu est particulièrement agres-

sif et touche principalement des jeunes femmes. Le Collectif Triplettes Roses est un groupe d'action pour faire connaître ce cancer, obtenir l'accès à des traitements novateurs et soutenir la recherche.

A l'occasion d'octobre rose, nous faisons appel à votre aide et à toutes les bonnes initiatives pour faire connaître ce cancer du sein et récolter des fonds pour les Triplettes. Serez-vous là le week-end du **8 et 9 octobre**, à Moissy-Cramayel, pour contribuer à l'évènement Octobre Rose ? Avez-vous des idées, des propositions d'animation (défi sportif, animation, œuvre participative...) ? **N'hésitez pas à me contacter !** Je suis moi-même une Triplette en traitement. Votre aide est indispensable pour faire de ce week-end un succès. Chaque adhésion est un acte de soutien aux Triplettes !

Claude Coutier - Présidente du Collectif Triplettes Roses au 06 66 08 31 83 - claudecoutier@icloud.com
Pour en savoir plus sur le Collectif : www.collectiftriplettesroses.com



►► LPASGGS



Activité Cours de danses

Lieu : Salle de danse B de
Lugny (rue des Marronniers)
Sur des rythmes afro-caribéens,
avec nos coaches bénévoles.

**Samedi de 14h à 16h et le dimanche de
10h30 à 12h30** (hors vacances scolaires)
**Vous souhaitez découvrir notre associa-
tion et participer à un cours de danse ?
Nous organisons des journées portes ou-
vertes les samedis 10 et 17 septembre,
dimanche 11 et 18 septembre.**

Contact : Lucette au 06 14 64 86 54 ou Denise au
06 15 70 77 77, Natacha au 06 10 22 62 66
ou Flore au 06 05 32 69 80

Activité LPAS'ZEN

Atelier bien-être (massage/relaxation)
**tous les mercredis à partir de 20h à l'es-
pace Arc-en-ciel du Noyer-Perrot.** Plongez
pendant 30 minutes dans un univers paisi-
ble de bien-être. Atelier participatif pour
les membres adhérents, sur inscription,
nombre de place limité par séance.

Contact : Flore au 06 05 32 69 80
ou Natacha au 06 10 22 62 66

2^e édition du TROPICAL DAY

Samedi 24 et dimanche 25 septembre

Lieu : Hangar de Lugny (parc des Maillettes -
rue des Etangs)

Pour vous offrir une ambiance sportive et fes-
tive à la suite d'une masterclass, nous aurons
l'honneur de recevoir diverses associations
(danseurs, musiciens, etc.). Nous communi-
querons les détails via notre page Facebook.

Contact : Lucette au 06 14 64 86 54 ou Natacha
au 06 10 22 62 66 ou Denise au 06 15 70 77 77

►► Relais Mini-Schools® : l'anglais, un jeu d'enfants !

**Nouveauté ! A Moissy-Cramayel, les cours
d'anglais Mini-Schools® s'adressent désor-
mais aux enfants de 6° !**



L'association Relais Mini-
Schools® propose, depuis
plus de 50 ans, une méthode
d'apprentissage de l'anglais
s'adressant aux enfants de 3

à 12 ans. Tout au long de l'année scolaire,
les enfants se retrouvent une heure par
semaine, autour de leur enseignant. Ils
suivent un programme pédagogique struc-
turé et évolutif tout en incluant jeux, chan-
sons et activités à partager en s'amusant.
Les objectifs : faciliter la prise de parole,
développer la confiance en soi, donner de
l'aisance... EN ANGLAIS !

Retournée 2022 : les ateliers Mini-Schools®
reprennent à Moissy-Cramayel **le samedi
matin pour les enfants de maternelle, d'élé-
mentaire et de 6° !** Ateliers par petits groupes
et horaires en fonction de l'âge des enfants.
Inscriptions ouvertes dès à présent !

Renseignements : m.suel@mini-schools.com
ou 06 78 45 80 78

Site Internet : www.mini-schools.com

►► Sénart Happy Voices



L'association SHV chorale
de gospel, de world, de
soul, de jazz (à partir de 16
ans) sera heureuse de vous

accueillir sur son stand le 10 septembre
au Forum des associations pour prendre
le temps de vous rencontrer et échanger.
Inutile de connaître le solfège : vous savez
rire alors vous savez chanter ! Les cours ont
lieu **le jeudi de 20h30 à 22h** à la salle poly-
valente de l'école du Noyer-Perrot (rue de
la Mare Levêque). **Le 1^{er} cours est gratuit.**

Tarif annuel :

270 € + 15 d'adhésion = 285 €
Règlement possible en 3 fois.

Véronique Delamarre au 06 21 80 15 97
ou senarthappyvoices@gmail.com

A l'Eau la Terre



Créé en septembre 2015, l'atelier associatif de poterie baptisé "A l'eau la terre" réunit chaque année plus d'une vingtaine d'adhérents, adultes et enfants compris, un chiffre en déclin depuis le Covid.



Comme de nombreuses associations, l'atelier n'a pas rattrapé ses effectifs et a fortement souffert des années Covid. Pourtant la bonne et bienveillante ambiance n'a pas changé durant les cours des mercredis au local associatif des Marronniers. Si un noyau dur aime à s'y retrouver chaque semaine depuis des années, les petits nouveaux sont les



bienvenus. Quelle que soit leurs envies - découverte de la poterie, réaliser une activité manuelle, reprise de l'activité après un temps d'arrêt - les plus anciens savent accueillir et prodiguer leurs conseils. Une potière professionnelle, Josephte Grange Sarles, est également en appui des adhérent(e)s et enseigne les différentes techniques de la terre - modelage, tour du potier, travail dans la masse, technique des colombins, cuissons, décoration avec des engobes ou émaux. Pour le groupe, c'est une chance d'avoir l'écoute et les conseils de cette professionnelle expérimentée qui les pousse toujours à se dépasser. Du côté des enfants, ils sont pris en charge par la potière dans deux groupes dédiés,

le mercredi après-midi, à partir de 6 ans.

Christelle Rozenfeld, présidente de l'association et participante aux ateliers, a choisi cette discipline pour réaliser une activité artistique. Et elle a tout de suite beaucoup aimé. "Il y a un côté déstressant, apaisant et valorisant aussi. Moi qui n'étais pas très sûre de moi, cet atelier m'a confortée dans mes capacités à faire quelque chose de mes mains".

A l'atelier, les réalisations sont diverses : sculptures, objets de décoration ou de la vie courante. L'association participe chaque année au marché de Noël de Moissy en y vendant des pièces réalisées par les adhérents : nichoirs, pots, décorations de Noël... et expose également à la Rotonde. Cette année, en novembre prochain, l'association tiendra un stand au salon de la gas-



tronomie et de l'artisanat proposé par le Comité des fêtes. Une chose est sûre, l'association souhaite se relever après ces années Covid en proposant de nouveaux RDV et davantage de ces temps de convivialité si chers aux associations.



Tout est fait d'ailleurs pour faciliter les inscriptions. L'association propose des tarifs dégressifs sur un nombre de séances limitées afin de vérifier que la pratique corresponde aux attentes de l'adhérent, ou pour les familles monoparentales (possibilité de suivre les cours une semaine sur deux). Enfin, l'association accepte les bons CAF et les chèques vacances.

Les responsables seront heureux de vous rencontrer au Forum des Associations.

Contact : aleaulaterre.moissycramayel@gmail.com

Aisance Posturale

Le **YIN YOGA** détend, libère les émotions, assouplit et renforce les articulations. C'est une pratique douce et profonde au niveau du lâcher prise. C'est une quête de sensations durant laquelle le temps, l'immobilité et le souffle nous ouvrent à la détente. Cette pratique nous invite à être à l'écoute de nous-même, à ramener de la douceur dans notre pensée et dans notre façon d'être.

Les 4 règles du Yin : relâche les muscles, permet d'atteindre les tissus Yin (articulations, tendons, ligaments et fascias) afin de développer le lâcher prise ; sentir les sensations de notre corps, pas la douleur ; rester immobile dans la posture afin de permettre de reposer le mental et d'expérimenter le calme et rester longtemps dans la posture.

Les cours se dérouleront le lundi de 9h à 10h dans la salle "le Club".



Pour tout renseignement, n'hésitez pas à contacter Annabelle au 06 61 57 57 73

Moissy Danse Classique et Modern'Jazz

Changement de professeur !

Du changement dès cette rentrée chez Moissy danse classique et modern'jazz, créée en 1982 sous l'impulsion de Nathalie Cabanis.

Les galas de fin d'année du 18 juin dernier étaient l'occasion pour les danseurs petits et grands de se retrouver sur scène après deux années moroses, mais également de vivre des moments d'émotion avec pleins de surprises pour fêter le départ de Nathalie leur professeur depuis 40 ans. Trois générations de danseurs moisséens sont passés par son enseignement.

Le Moissy Animation du mois d'OCTOBRE sera distribué dans les boîtes aux lettres à partir du 6 OCTOBRE. N'hésitez pas à nous faire parvenir par e-mail sous format word et en pièce jointe (maisonassociations@ville-moissycramayel.fr) vos articles et informations concernant la période du 15 OCTOBRE au 15 NOVEMBRE au plus tard le DIMANCHE 11 SEPTEMBRE (dernier délai).

Il est temps pour elle de passer à autre chose et de laisser la place à **Ophélie, jeune professeur** plein d'énergie et de nouveauté. Profitez du **Forum des associations le 10 septembre** pour faire vos inscriptions et surtout n'hésitez pas à communiquer par mail pour tout renseignement.

Contact : moissydanse@neuf.fr

Moissy Fitness

Viens t'entraîner avec nous ! Nous proposons des cours de Body Boxe, Body Sculpt, Renfort musculaire, Pilates, et bien d'autres ! **Les inscriptions se font au Forum des associations le samedi 10 septembre ou durant nos permanences du 12 au 17 septembre.**

Pour plus d'informations, rendez-vous sur notre site web www.moissyfitness.com ou par mail : contact@moissyfitness.com ou par téléphone au 06 14 31 85 09

Moissy Yoga Relaxation

Donnez-vous le moyen de passer une année plus zen !

Pratiquer le Hatha-Yoga permet de prendre conscience de son corps et de son mental dans le mouvement et l'immobilité. Vous apprendrez à maîtriser votre souffle et à lâcher prise dans les diverses postures. Les bienfaits seront la détente, la souplesse, l'harmonie, le dynamisme et la confiance en vous. Autour de 4 professeurs différents, nous proposons 5 cours adultes et 1 cours enfants.

Les cours (1h30) se déroulent à la salle polyvalente de l'école de Jatteau pour les adultes et les adolescents **le lundi à 19h20, le mardi à 19h, le mercredi à 19h30 et le jeudi à 19h30 (tout niveau)**. Pour les enfants (50mn) c'est le lundi à 18h30.

Les cours doux (tout public) se déroulent à la salle de danse B de Lugny le mardi de 11h à 12h15.

Attention : semaine de découverte du 19 au 22 septembre aux jours et heures de cours habituels. Pré-inscription à ces activités sur notre lien Doodle à demander par téléphone, sur Facebook ou par e-mail.

Tarif annuel :

Adultes : 41 € x 5 = 205 €
Adolescents (13/18 ans) : 33 € x 5 = 165 €
Enfants : 20 € x 5 = 100 €

Non-moisséens : + 5 € sur le tarif annuel. Règlement en 5 chèques. Chèques vacances et coupons sport (ANCV) acceptés.

Période découverte possible jusqu'aux vacances de la Toussaint : 41 € (4 semaines de cours maximum). Ajouter 1 € par chèque pour les non-moisséens.

Les conditions et l'accueil pourraient être modifiés en fonction de l'évolution des mesures sanitaires dues à la COVID-19.

Contact : Sabine au 06 14 72 23 73 (laisser un sms)

*ou : moissy yoga.relaxation@gmail.com
Site internet : <https://sites.google.com/site/moissy yogarelaxation/home>
Page Facebook : <https://www.facebook.com/moissy yogarelaxation77550/>*



Sénart Tai Chi Moissy

Équilibre, Force et Bien-être : vous êtes stressés ? Les mauvaises postures au travail ou les heures passées dans les transports créent en vous des tensions et des douleurs musculaires ou articulaires ? Ou vous avez tout simplement envie de vous faire du bien ? Le Tai Chi est fait pour vous et peut vous aider.

Qu'est-ce que le Tai Chi ? C'est un art martial interne chinois, qui allie souplesse et force interne. Conseillé aux personnes à la recherche de calme et de concentration, le Tai Chi procure de nombreux bienfaits (améliore l'équilibre et la stabilité, aide à diminuer les douleurs chroniques, notamment du dos, améliore le bien-être psychologique...). Il permet de travailler l'attention et la concentration, la mémoire et de développer la confiance en soi. C'est un véritable anti stress.

Cela vous tente ? Venez nous rejoindre : **2 cours d'essai vous sont offerts** afin de découvrir et tester la pratique du Tai Chi.

Renseignements : senart.taichi.moissy@gmail.com