

PROGRAMME

INTER - VACANCES & Festival des Nuits d'Orient et d'ailleurs *du 5 novembre au 20 décembre*



L'Essentiel-10

ASSOCIATION D'ÉDUCATION POPULAIRE des Grésilles

Programme d'activités

Toute activité :

- nécessite une adhésion à L'Essentiel-le de 4€
- se déroule soit à la Maison Castelnau (■), à l'Espace York (●), à l'Espace Galilée (▲) ou en Hors Les Murs (●) ;
- avec moins de 4 participants sera modifiée ou annulée.

► Pôle Jeunesse :

les activités proposées sont ouvertes aux adhérents de l'Essentiel-le, de **11 ans (ou entrée en 6^e) à 25 ans. Le programme plus détaillé par semaine** sera distribué par les animateurs.

► Pôle Famille :

les activités familles proposées comprennent obligatoirement **un enfant et un accompagnant (parent, grand-parent, etc.)**. Activités par tranche d'âge.

► Pôle ASC :

le pôle Animations Sociales et Culturelles est **TOUT PUBLIC**. Il propose des activités locales et des événements festifs adaptés pour tous aux Grésilles.

► Pôle APT :

les Activités Pour Tous sont également **TOUT PUBLIC** et se spécialisent dans les activités sportives et culturelles. Toutes ces activités sont détaillées dans la plaquette annuelle.

Activités récurrentes

Ateliers tout-petits : ateliers créatifs pour les moins de 4 ans, les mercredis, de 10h30 à 11h30, à l'Espace York (●).

Mixez-vous ! : ateliers de cuisine et de dégustation de soupes ou smoothies participatifs avec les fruits et légumes du marché. Tous les samedis et jeudis de 10h à 12h, à l'Espace Galilée (▲).

Espace Pluriel-le : jardinage, bricolage et atelier de réparation de vélos à partir de 14h les mercredis au jardin de la Maison Castelnau (■).

Multi-sports : Activités sportives (futsal et 3^e jeudi du mois basket) au gymnase Jean Marion (●), les jeudis de 19h à 21h30.

Atelier Gaming : Animations pédagogiques et ludiques autour des jeux-videos, les jeudis de 18h à 19h à l'Espace York (●).

Ludikbar : Ateliers créatifs, stop motion, cartonade, collages, espace jeux de société, ouverture du bar avec boissons et gourmandises sucrées et salées chaque mardi et jeudi de 17h à 19h à la Maison Castelnau (■).

Permanences numériques Dijilink : Accès libre par le Cesam, les vendredis de 14h à 17h. Pimms Médiation Dijon avec la présence d'un médiateur, les mercredis de 14h à 17h. Atelier réparation et informatique avec Désobsolescence, le deuxième samedi du mois à partir de 14h, à l'Espace Galilée (▲).



Du 5 novembre au 13 décembre

MERCREDI 5 NOVEMBRE

- ▶ de 14h à 16h, à l'Espace Galilée (▲):
Atelier mosaïque, sur inscription, à partir de 7 ans

JEUDI 6 NOVEMBRE

- ▶ de 11h45, à la Maison Castelnaud (■):
« **La Popote** », repas seniors suivi d'animations, sur inscription, à partir de 50 ans, 8 euros

SAMEDI 8 NOVEMBRE

- ▶ de 14h à 17h, à la foire gastronomique (●):
reportage par la Press'Essentiel-le
▶ de 17h à 22h, à Chalon sur Saône (●):
Match de basket Derby Bourguignon

SAMEDI 15 NOVEMBRE

- ▶ de 14h à 17h (●): **Sortie visite du FABLAB Kelfabrik**

MERCREDI 12 NOVEMBRE

- ▶ de 14h à 16h, à l'Espace Galilée (▲):
Atelier création de bougies, sur inscription, à partir de 8 ans

JEUDI 13 NOVEMBRE

- ▶ de 14h30 à 17h, à l'Espace Galilée (▲):
« **Jeu papote, tu tricotes** », jeux, lectures et activités manuelles autour d'une boisson chaude

MERCREDI 19 NOVEMBRE

- ▶ de 14h à 16h, à la Maison Castelnaud (■):
Personnalisation de sweat avec le groupe Press'Essentiel-le
▶ de 14h à 16h, à l'Espace Galilée (▲):
Atelier création de savons, sur inscription, à partir de 8 ans

JEUDI 20 NOVEMBRE

- ▶ de 17h à 19h, à l'Espace York (■):
Atelier de réparation d'ordinateurs avec l'association Désobsolescence.

JEUDI 27 NOVEMBRE

- ▶ de 14h30 à 17h, à l'Espace Galilée (▲):
« **Jeu papote, tu tricotes** », jeux, lectures et activités manuelles autour d'une boisson chaude

SAMEDI 29 NOVEMBRE

- ▶ de 9h à 12h (●): **Marche Nordique**

JEUDI 4 DÉCEMBRE

- ▶ de 11h45, à la Maison Castelnaud (■):
« **La Popote** », repas seniors suivi d'animations, sur inscription, à partir de 50 ans, 8 euros

MERCREDI 10 DÉCEMBRE

- ▶ de 14h à 16h, à l'Espace Galilée (▲):
Atelier création de couronnes de Noël, sur inscription

JEUDI 11 DÉCEMBRE

- ▶ de 14h30 à 17h, à l'Espace Galilée (▲):
« **Jeu papote, tu tricotes** », jeux, lectures et activités manuelles autour d'une boisson chaude

VENDREDI 12 DÉCEMBRE

- ▶ Sortie à la journée à Sochaux / Montbéliard (●): **Visite du Musée de l'Aventure Peugeot et marché de Noël**, repas au restaurant le midi (menu unique), sur inscription, 15 euros

SAMEDI 13 DÉCEMBRE

- ▶ de 9h à 12h (●): **Marche Nordique**

Du 14 au 20 décembre

DIMANCHE 14 DÉCEMBRE

de 19h à 23h, au Zénith (●):
Spectacle la Haine

MERCREDI 17 DÉCEMBRE

de 15h à 19h30, à la Maison Castelnau
(■): **Kermesse de Noël**, animations
suivies d'un spectacle, à partir de 3 ans

JEUDI 18 DÉCEMBRE

de 14h30 à 17h, à l'Espace Galilée (▲):
« **Jeu papote, tu tricotes** », jeux, lectures
et activités manuelles autour d'une boisson chaude
de 17h à 19h, à l'Espace York (■):
Atelier de réparation d'ordinateurs
avec l'association Désobsolescence

VENDREDI 19 DÉCEMBRE

à partir de 12h30, à la Maison Castelnau
(■): **Kantine de Noël** suivie
d'un karaoké, 6€ le repas et sur inscription.
Possibilité d'aider à l'atelier cuisine le matin pour
préparer la Kantine du midi

SAMEDI 20 DÉCEMBRE

à partir de 15h, à la Maison Castelnau
(■): **Ciné Noël** suivi d'un goûter,
projection du film « Le Pôle Express »,
à partir de 3 ans, sur inscription



* Festival des Nuits d'Orient et d'ailleurs

+ du 21 novembre au 6 décembre *

Voyage Orien'thé

VENDREDI 21 NOVEMBRE

* à partir de 12h30, à la Maison Castelnau (—):
Kantine végétarienne et orientale, 6€ le repas et sur
inscription. Possibilité d'aider à l'atelier cuisine le matin pour préparer
la Kantine du midi, sur inscription

* à 18h30, à la Salle Jacques Fornier (●): **Sortie
spectacle « Ma république et moi »** proposée par le TDB,
au sein de cette pièce il est question d'intégration et d'identité, et
surtout de liberté, des relations entre parents et enfants et de la place
que l'on occupe dans la société, à partir de 12 ans, sur inscription,
rendez-vous à 17h30 à la Maison Castelnau.

SAMEDI 22 NOVEMBRE

* de 14h à 16h, à la Maison Castelnau (—):
Atelier décoration de service à thé,
sur inscription, à partir de 8 ans

MERCREDI 26 NOVEMBRE

* de 14h à 16h à l'Espace Galilée (▲):
Atelier création de lampions, sur inscription

VENDREDI 28 NOVEMBRE

* de 18h à 20h, à l'Espace York (●): **Soirée jeux de
société** sur le thème de l'Orient, sur inscription, à partir de 7 ans

SAMEDI 29 NOVEMBRE

* de 14h à 18h, à l'Espace York (●): **Après-midi
jeux de société** sur le thème de l'Orient, à partir de 7 ans

MERCREDI 03 DÉCEMBRE

* de 14h à 16h, à la Maison Castelnau (—):
Atelier de cuisine, préparation de Nems, sur inscription
* de 14h à 16h, à l'Espace Galilée (▲):
Atelier de cuisine Cornes de Gazelle, sur inscription

JEUDI 04 DÉCEMBRE

* de 17h30 à 19h, à l'Espace York (●): **Atelier Gaming
et jeux de société** sur l'Orient

Festival des Nuits d'Orient et d'ailleurs

du 21 novembre au 6 décembre

Voyage Orien'thé

VENDREDI 05 DÉCEMBRE

* de 17h à 19h, à la Maison Castelnaud (—):
« Prépare-toi pour le cabaret », atelier beauté,
henné et bien être, sur inscription, réservé aux femmes

SAMEDI 06 DÉCEMBRE

* de 15h à 17h30, à la Maison Castelnaud (—):
Initiation à la danse orientale, sur inscription, à partir de 10 ans.

Cabaret Oriental

SAMEDI 06 DÉCEMBRE

* à partir de 18h30, à la Maison Castelnaud (—):

* Le temps de cette soirée, l'Essentiel-le se métamorphose
en cabaret aux senteurs orientales. **Place à l'enchantement
et à l'imagination avec musique, danse, théâtre et
saveurs d'ailleurs.** La compagnie Cie Les Incasables fera
la représentation de la pièce « Impeccable » sur le thème
de l'exil (spectacle tout public).

Événement sur inscription, à partir de 3 ans, 6€ par adulte et 3€ par
enfant (de 3 à 12 ans). Vente des places à l'accueil de la Maison
Castelnaud, à partir du 17 novembre à 14h pour les adhérents et ouverte
à tous à partir du 24 novembre à 14h. Une personne ne peut réserver
que 5 places (4 + elle). Les places sont nominatives.

Les Nuits
d'Orient

ET D'AILLEURS



Ce ciel étoilé, illuminé par les lanternes des habitants est un clin d'œil au Festival des Nuits d'Orient et d'ailleurs, organisé par la Ville de Dijon. L'Essentiel-le participe à ce festival et propose une diversité d'activités, dont un atelier création de lampions, le mercredi 26 novembre.