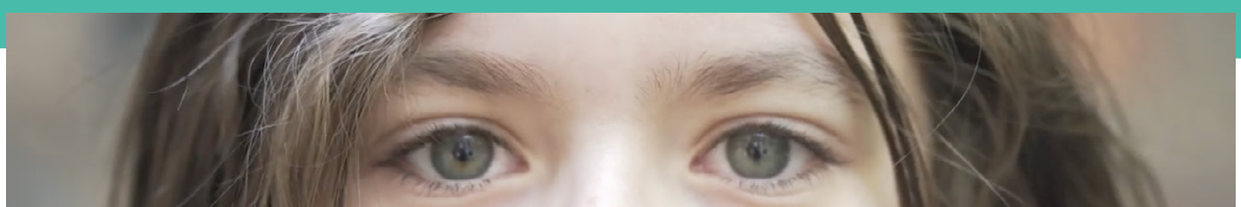
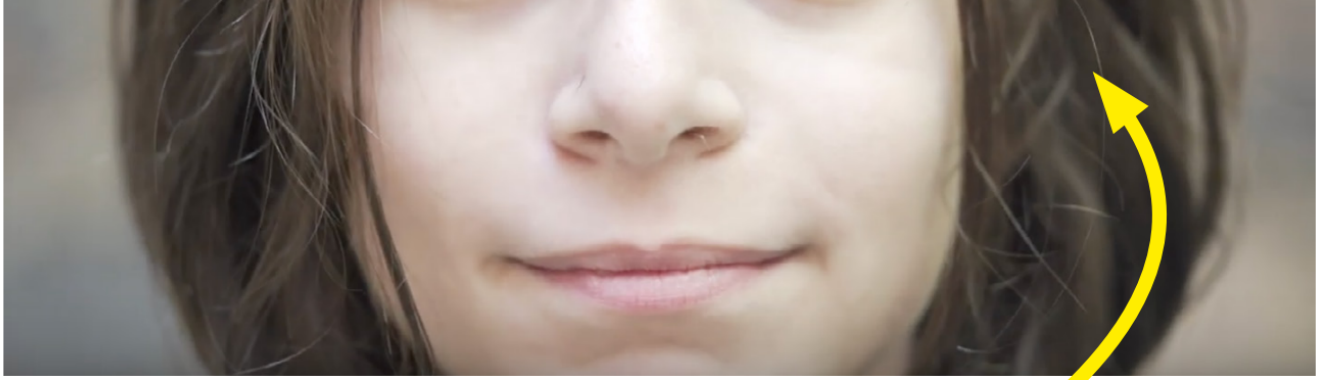
7 mai 2020

Restez chez vous, on vous occupe !

Pour vous aider à respecter le confinement imposé par l'épidémie, la Ville vous aide à trouver des occupations pour vous, vos enfants et pour toute la famille. Voici une première sélection d'activités à mettre en œuvre, des propositions que nous compléterons régulièrement au fil des jours…

Avant de commencer votre quête d'activités, faites un petit détour par Youtube pour écouter la chanson de Calogero, « *On fait comme si* ». Une chanson écrite avec Bruno Guglielmi, auteur compositeur interprète qui habite par ailleurs Sucy, pour décrire avec des mots choisis, un quotidien bouleversé pour l'épidémie. Et pour que leur chanson soit « *utile* », Calogero et Bruno Guglielmi ont décidé que tous les droits et bénéfices seront reversés au personnel soignant.





Cliquez ici !

Selena Faider

Le Centre Culturel vous propose de découvrir Selena Faider, une jeune DJ, musicienne, compositrice et chanteuse sucycienne. Selena a naturellement commencé à composer et à écrire des chansons en 2014 avec son single i avec la chanteuse Peinda enregistré à L'EMA de Sucy, puis les titres se sont enchainés tels que *«We Will Never Forget You»* et *«There We Are»*. Partie pour Londres pour approfondir l'ingénierie du son aux studios Strongroom aux côtés de Mike Skinner, Hayla, Lewis Bootle, Brunelle, elle est accueillie par le House Gospel Choir avec lequel elle fait des performances live.

Invitée par Radio FG le 21 avril 2020, son live a généré plus de 50 000 vues sur Facebook. Il est désormais disponible sur YouTube : https://youtu.be/NWcCU738xgY

+ d'infos sur https://www.facebook.com/selenafaider/

Selena Faider mixera Vendredi 8 Mai pour le festival virtuel de Defected Records, un des plus gros labels anglais de house music.
Lien de l'événement : https://www.facebook.com/events/657892441697141/

INSTANT CULTURE

Méliss'acoustique
Impossible de résister à son charme envoûtant et à sa prestance naturelle. C'est à l'âme qu'elle touche irrémédiablement ceux qui ont le plaisir de l'écouter chanter.
Dès son plus jeune âge, Mélissa apprend de sa grand-mère, complice de toujours, à exprimer ses émotions grâce au chant. Cette sucycienne est à découvrir, elle a même eu le plaisir de chanter avec Mariah Carey à l'Accor Hôtel Aréna. Découvrez-la en live :

https://youtu.be/YGameHqVNmE
https://youtu.be/Thvff8nnNWY
https://youtu.be/zUUfqHT2FP0
https://youtu.be/g0YxySW73XQ

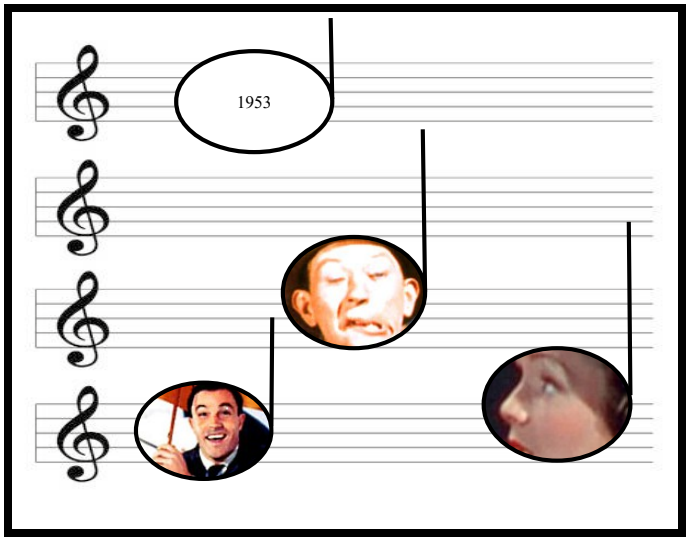
Facebook : https://fr-fr.facebook.com/melissacoustique/

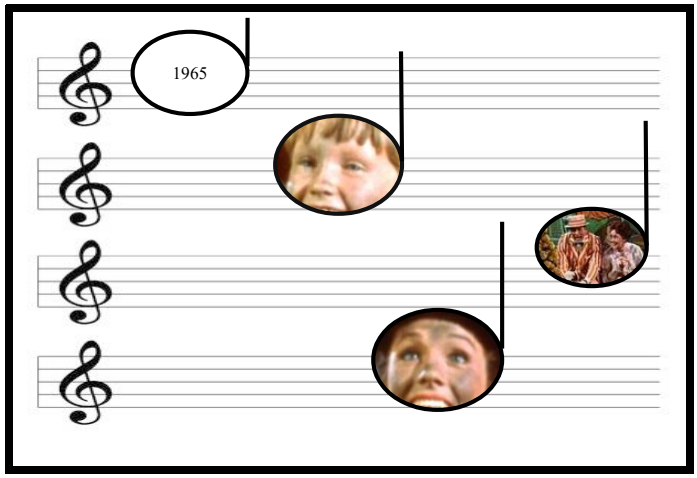
2Sisters
La musique des 2Sisters est un garage, punk et rock'n'roll, où les 2Sisters délivrent des riffs incisifs et entêtants, habillant leurs compos d'un son brut et de solos rageurs. De la fuzz, de la wah-wah, de la sueur, leurs concerts sont à l'image de leur musique: sauvages et habités avec comme principales influences Motorhead, MC'5, Stooges.

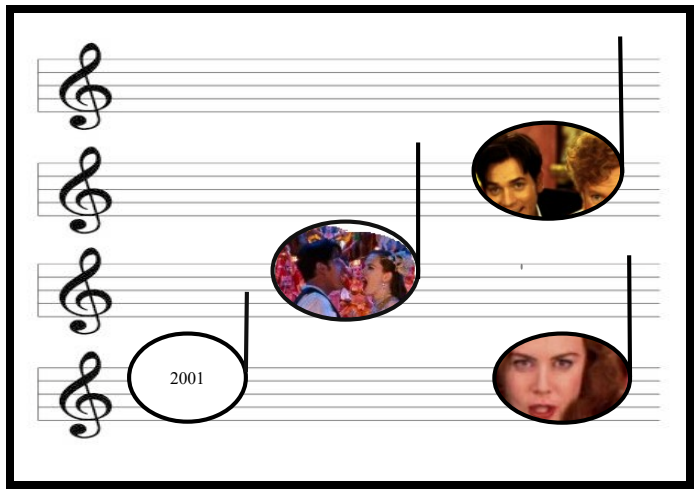
http://www.rockenfolie.com/radio-rock/groupe/2_Sisters-1567-videos.html
http://www.rockenfolie.com/radio-rock/groupe/2_Sisters-1567-photos.html
https://fr-fr.facebook.com/2SISTERS.from.Paris/

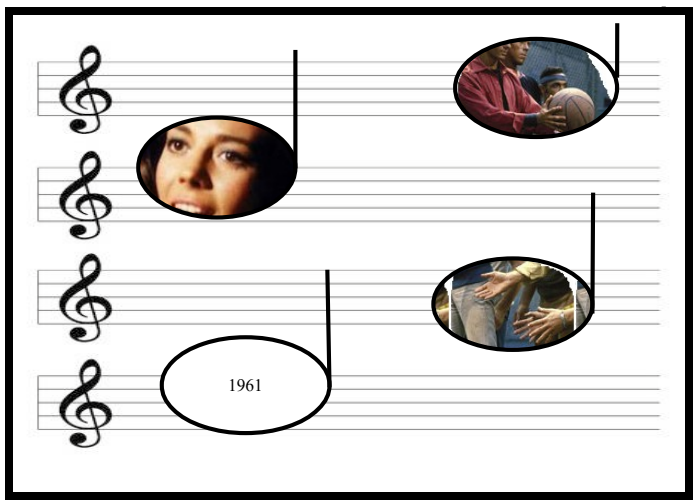
Cinéconfiné

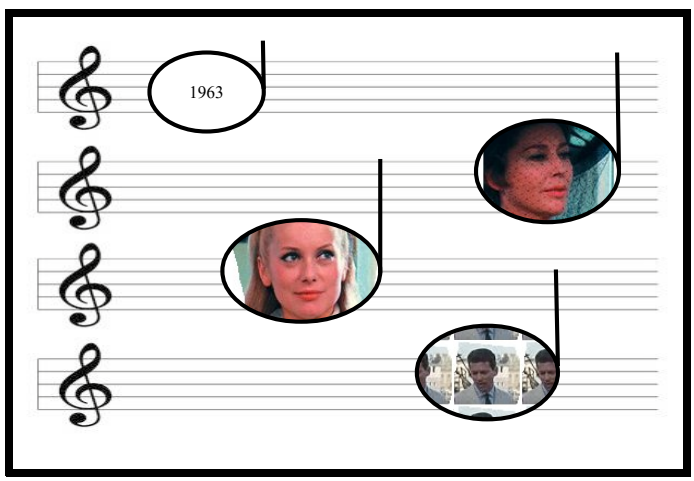
Et si cette semaine, on jouait avec les comédies musicales ? Saurez-vous retrouver ces grands moments musicaux du cinéma juste avec quelques « notes » ?

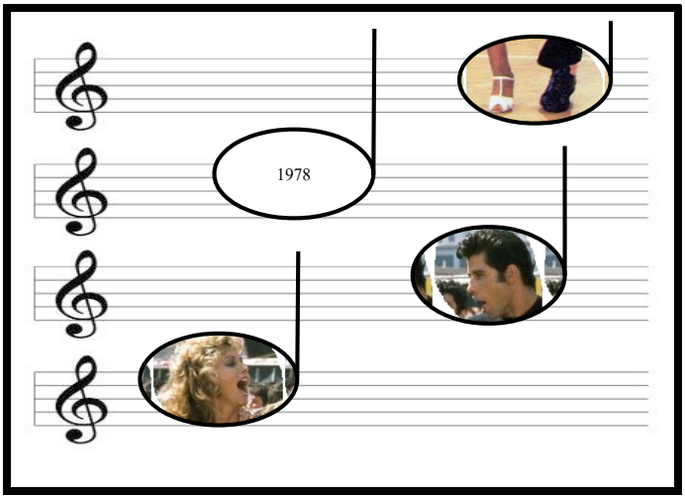


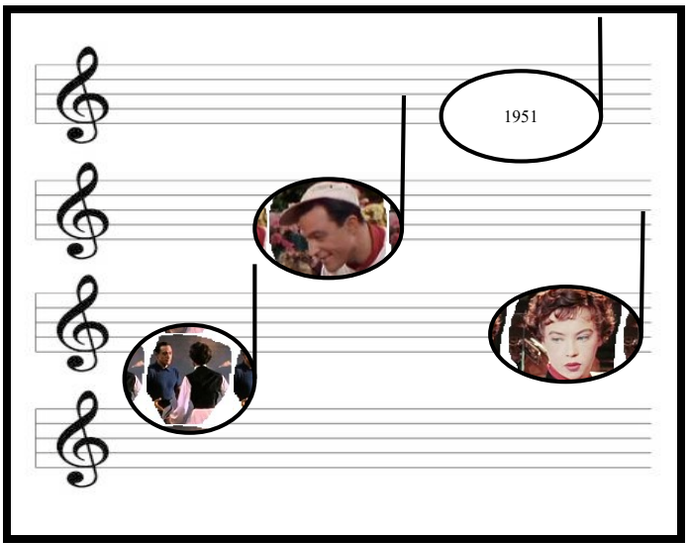

1965

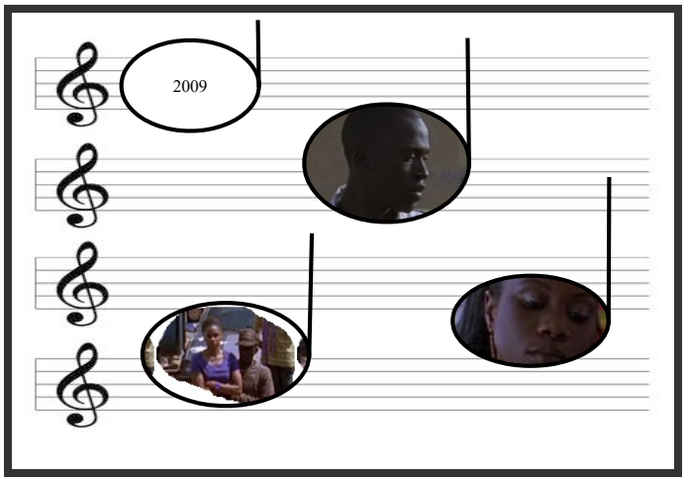

2001

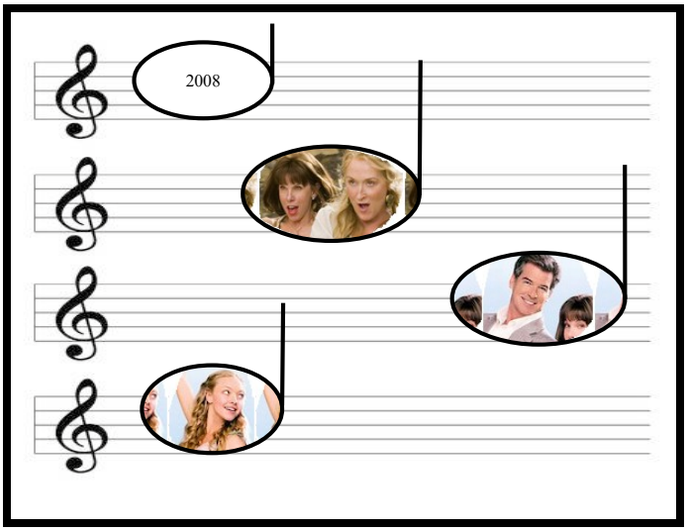

1961

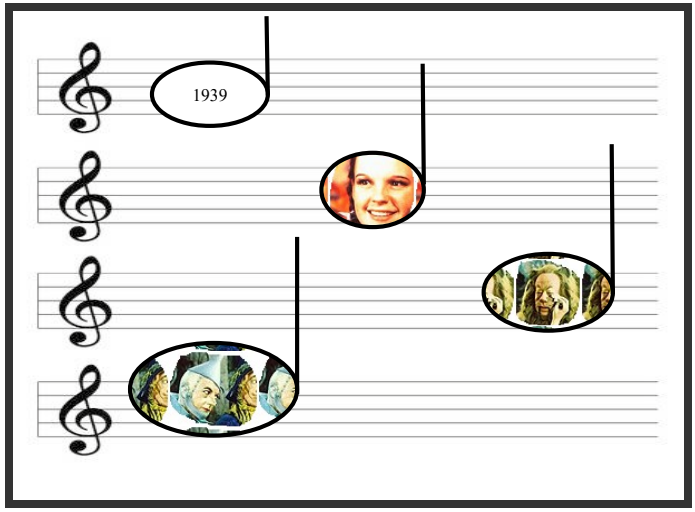

1963

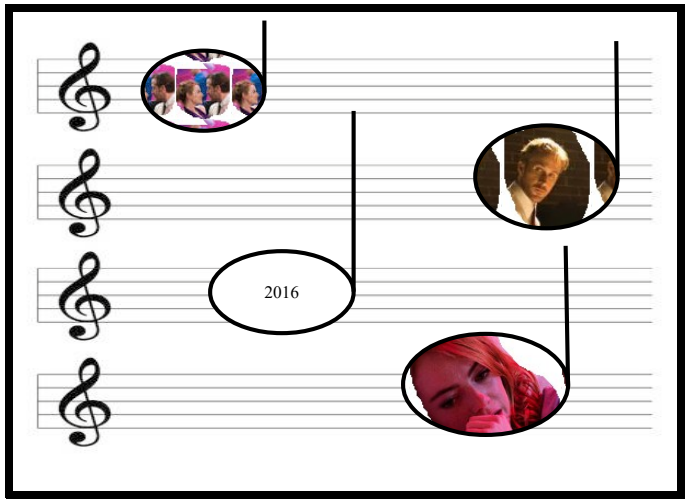

1978

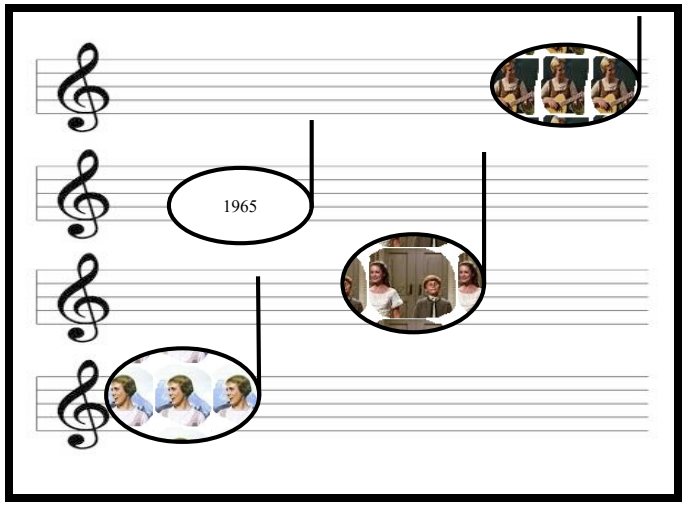

1951


2009


2008







Cinéma

En attendant le réouverture de votre cinéma, on vous propose une petite pause ludique et cinématographique ! Retrouvez les titres de douze grands succès du cinéma français. À vous de jouer !
https://docs.google.com/forms/d/

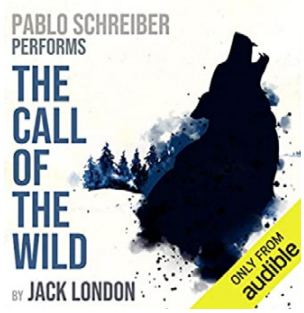
e/1FAIpQLSfZhZYbZmrIyuAAkzWZH_GhWktJeRKlKFQELhn8_qaY3RNW_w/viewform

(Re)découvrez les classiques du cinéma et des vidéos des archives de l'INA via la plateforme Madelen. Pendant 3 mois, toutes les vidéos sont en accès illimité gratuitement :
https://madelen.ina.fr/

https://animationland.fr/ propose 500 films d'animation à regarder en famille. Une façon ludique d'aborder les thèmes concernant les enfants ou de simplement « *voyager* » dans l'univers de l'animation.

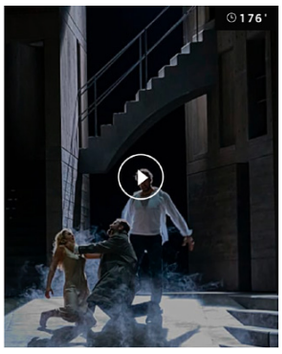
Lecture

La Fnac a mis en ligne 500 ebooks gratuits pour toutes et tous. Y en a pour tous les goûts !
Pour avoir accès (gratuitement !) à toutes ces merveilles, comment faire? C'est ultra simple : il vous suffit de vous créer un compte sur le site de la Fnac, ou de vous connecter si vous en avez déjà un, puis de sélectionner les ouvrages que vous avez envie de lire, les déposer dans votre panier virtuel, et finaliser votre commande. Votre livre format « *ePub* » sera ensuite disponible au format téléchargement dans l'onglet « *mes commandes* », et vous pourrez le lire directement sur votre ordinateur, ou bien le télécharger sur votre liseuse ou votre tablette, voire même votre smartphone. Bonne lecture !
https://livre.fnac.com/n309183/Tous-les-Ebooks-gratuits



Le site Audible propose des livres audio pour petits et grands, dans six langues différentes. Toutes les histoires peuvent être diffusées gratuitement sur votre ordinateur de bureau, ordinateur portable, téléphone ou tablette
https://stories.audible.com/

Opéra



OPÉRA
Don Giovanni

Rien de mieux qu'un bel opéra pour nous faire oublier notre condition de confinés.
Bonne nouvelle, l'Opéra National de Paris, en partenariat avec culturebox, a mis en ligne ballets et opéras.
Le programme change tous les 6 jours et se terminera le 6 mai.
Profitons-en !
https://www.operadeparis.fr/

La Maison de la Danse partage des spectacles chorégraphiques sur la plateforme en ligne Numeridanse avec une rubrique Tadaam dédiée aux plus jeunes !

Vous rêviez de visiter des musées du monde entier ? Ironie du sort, les mesures de confinement vont vous donner l'occasion de visiter quelques-uns des plus beaux musées du monde...sans sortir de chez vous ! Suivez le guide...

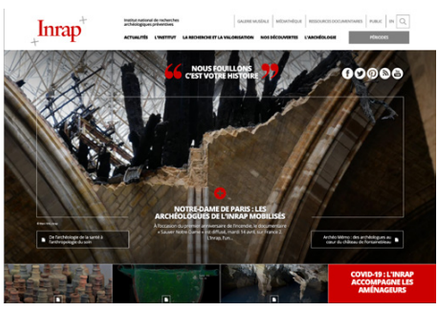
- Le Louvre de Paris https://www.louvre.fr/visites-en-ligne
- Centre Pompidou : https://www.centrepompidou.fr/
- Les musées et collections numériques de Paris à découvrir pendant le confinement : https://www.sortiraparis.com/arts-culture/exposition/articles/211750-coronavirus-les-musees-et-collections-numeriques-a-decouvrir-pendant-le-confinem
- Les musées de la Ville de Paris http://parismuseescollections.paris.fr/fr
- Grotte de Lascaux https://archeologie.culture.fr//lascaux/fr
- Institut culturel Google https://artsandculture.google.com/
- Riijksmuseum d'Amsterdam https://artsandculture.google.com/partner/rijksmuseum
- British Museum de Londres https://artsandculture.google.com/partner/the-british-museum
- Hubei provincial museum en Chine https://artsandculture.google.com/.../hubei-provincial-museum...
- Frick Collection à New York https://www.frick.org/visit/virtual_tour/ante-room
- Smithsonian Natural History Museum à Washington https://naturalhistory.si.edu/visit/virtual-tour
- Vatican- Chapelle Sixtine : http://www.museivaticani.va/content/museivaticani/fr/collezioni/musei/cappella-sistina/tour-virtuale.html

Théâtre

Le spectacle dans les théâtres parisiens
Rendez-vous sur https://www.theatresparisiensassocies.com/actualite-theatre-paris/ pour continuer à fréquenter les salles de spectacles parisiennes...sans sortir de chez vous !
Par exemple : Le théâtre Le Funambule Montmartre diffuse, chaque jour, la captation d'un spectacle. Chaque vidéo reste en ligne 48h avant d'être remplacée par une nouvelle...

4 pièces de théâtre à voir gratuitement en ligne
Des grands classiques du répertoire à revoir (gratuitement) depuis chez soi.
https://www.vogue.fr/culture/article/pieces-de-theatre-gratuites-a-voir-en-ligne-confinement?fbclid=IwAR0zmcrzI8Ia6CDLoZRk00Nch_NZ3QOVXofJF-5-k6_i2sgWDwLISVit3f8

Histoire



L'Institut National de Recherches Archéologiques Préventives, l'Inrap
L'Institut National de Recherches Archéologiques Préventives, l'Inrap, vous offre la possibilité de redécouvrir l'archéologie en partageant avec vous, chaque semaine, une sélection de découvertes ou de redécouvertes à visiter depuis chez vous.

https://www.inrap.fr/

L'ESS Athlétisme présente, sur sa page Facebook, des petites séances d'entraînements physiques parfaites pour garder la forme.

La Gymnastique Volontaire de Sucy vous propose des cours de gym sur son site: gvsucy.com. Rendez-vous dans l'onglet : Faire du sport à la maison.

Magic form Sucy-en-Brie : Si le club est fermé, pas question d'abandonner le sport. Rendez-vous sur https://www.facebook.com/magicformofficiel/ pour #lentrainementcontinue avec les coachs du Magic Form de Sucy.

Mélanie Marié : Coach de sport, vous propose des live tous les deux jours sur Facebook (HIIT, Yoga,...)

Flam&Go Coaching
Coaching au féminin

- ## Jeanne Bachelier, coach de vie professionnelle et praticienne PNL

Jeanne Bachelier, coach de vie professionnelle et praticienne PNL, se propose de vous aider à surmonter les difficultés du confinement.
https://www.fgocoaching.fr
Coach de Vie : 06.13.54.21.73

https://www.facebook.com/307772026541221/photos/a.314949845823439/543812736270481/?type=3&theater https://www.facebook.com/307772026541221/photos/a.314949845823439/539816220003466/?type=3&theater

- **Isabelle Castano Sophrologue Coach** : Tous les lundis et vendredis après-midi, Isabelle donne une technique de sophrologie afin de vous accompagner dans cette période de confinement et de crise sanitaire (exercices pour se détendre, retrouver du calme, limiter les angoisses…)
  Pour toutes questions : isabellecastano@sophronutri.com

- **Audrey Jarry Campi, psychologue, et Jean-Michel Pourtier, hypnothérapeute**, deux professionnels de l'accompagnement psychologique se regroupent pour assurer, bénévolement, une permanence téléphonique de soutien. Si vous avez besoin de parler pour évacuer vos peurs ou vos états anxieux, envoyez un SMS avec COVID au 07 61 69 18 00 ou 06 77 78 89 95 et ils vous rappelleront dès que possible. Merci de ne pas appeler directement et de passer par le SMS afin d'éviter toute surcharge d'appels.

Petit BamBou

- **Petit Bambou :** Pour votre corps et votre esprit n'hésitez pas à vous octroyer 10 minutes de médiation de pleine conscience à l'aide de l'application N°1 du bien-être.
  https://www.petitbambou.com/fr/

ÉCOLE

En plus des dispositions prises par l'Éducation Nationale pour la poursuite de la scolarité des enfants, d'autres possibilités vous sont offertes.

- Sur la page Facebook Sucyciens Solidaires, on voit ainsi que pour l'école primaire du Plateau, celle de la Cité Verte et celle de la Fosse Rouge, les équipes enseignantes ont mis en place un plan de travail hebdomadaire qui est envoyé par mail aux parents. Vérifiez vos spams si vous ne recevez rien, sinon contactez les direction des écoles par mail.
- Pour les lycéens et lycéennes, Charlotte Guillon Legeay propose ses services pour pallier un éventuel manque de professeurs ou d'ENT (Espace Numérique de Travail) fonctionnel.

- Avec France TV, faites classe à la maison : Pour mieux accompagner les enfants (et leurs parents) au quotidien, dans la poursuite des apprentissages scolaires à la maison, France TV renforce son offre en ouvrant plus que jamais ses antennes à l'éducation. https://www.francetelevisions.fr/et-vous/notre-tele/evenements/lumni-2377

EDUC' arte
LA RESSOURCE PÉDAGOGIQUE
INNOVANTE DE LA CHAÎNE ARTE

- Le meilleur d'ARTE, en multilingue : Plus de 1000 vidéos parmi le meilleur d'ARTE, sur toutes les disciplines scolaires https://www.educarte.fr/

- **CNED :** Des parcours pédagogiques pour tous les niveaux de la petite section de maternelle à la terminale avec le dispositif *« Ma classe à la maison »* qui propose gratuitement des parcours pédagogiques conçus pour un apprentissage à la maison. Faits de séances de cours, d'activités, de vidéos, de synthèses, ces parcours permettront aux élèves d'entretenir leurs connaissances et de consolider leurs acquis. Le dispositif du CNED *« Ma classe à la maison »* vient compléter les mesures mises en place par les enseignants ou les établissements scolaires (recours à l'ENT, autres supports de cours, etc), selon leur libre choix. https://www.cned.fr/maclassealamaison/
- **Le Conseil Départemental du Val-de-Marne** a mis en oeuvre Eurêka qui vous permettra de trouver des ressources gratuites et en accès libre : musique, cinéma, cours en ligne pour apprendre une langue, ressources pour la jeunesse, bons plans, le site Eurêka est une véritable médiathèque en ligne !

Fermée jusqu'à nouvel ordre, la Médiathèque Ludothèque vient chez vous en un seul clic.

En mal d'idées pour créer des jeux (avec des objets que vous avez forcément à la maison) pour vos enfants ? En panne d'histoire du soir…ou du matin ? La médiathèque publie tous les jours des animations culturelles sur sa page Facebook (lectures, ateliers, haïku…). N'hésitez pas à profiter de toutes leurs publications…

- **Médiathèque Ludothèque de Sucy-en-Brie** : En mal d'idées pour créer des jeux (avec des objets que vous avez forcément à la maison) pour vos enfants ? En panne d'histoire du soir…ou du matin ? La médiathèque publie tous les jours des animations culturelles sur sa page Facebook (lectures, ateliers, haïku…). N'hésitez pas à profiter de toutes leurs publications… https://www.facebook.com/Mediathequeludothequedesucyenbrie/

- **Bricks 4 Kidz Sucy-en-Brie** : Propose des *« challenges Lego »* pour les enfants sur sa page Facebook (Bricks 4 Kidz Sucy-en-Brie) : un thème est proposé, les enfants relèvent le défi et les parents postent la photo des réalisations avec les commentaires de leurs auteurs. Prêts à relever le challenge ? https://www.facebook.com/B4KSucy/

- **Papapositive.fr** propose des vidéos, des ateliers créatifs, des histoires du soir, des outils pour distraire vos enfants, des bandes dessinées gratuites pendant le confinement…De quoi faire passer le temps plus rapidement… https://papapositive.fr/

Petite sélection de site suggérant des activités à faire avec vos enfants :

- **https://www.teteamodeler.com/coronavirus/coronavirus-enfant**
  Des infos et 50 idées d'activités pour les enfants afin de gérer au mieux le confinement en famille et les besoins de nos petits loups. Assurer la continuité pédagogique, l'activité physique, trouver des idées pour se divertir ou préserver le lien social des enfants…

- **https://taleming.com/occuper-enfants-maison-coronavirus/**
  Plateforme collaborative sur laquelle sont partagés des ressources et contenus gratuits. S'y trouvent déjà des histoires à écouter, des livres audio, plein de contenus audio pour se cultiver comme les 13 histoires fascinantes pour découvrir les œuvres du Musée d'Orsay avec « *Promenades Imaginaires au Musée d'Orsay* » ou « *les dents et dodo* » et ses 75 épisodes de 3 min pour apprendre des choses tout en se brossant les dents. Vos enfants pourront regarder des vidéos pour apprendre des choses (et s'amuser), avec l'incontournable « *C'est pas sorcier* » ou « *C'est bon !* », une série éducative et légèrement loufoque pour faire aimer fruits et légumes et de sensibiliser à la diversité alimentaire.

Et aussi,

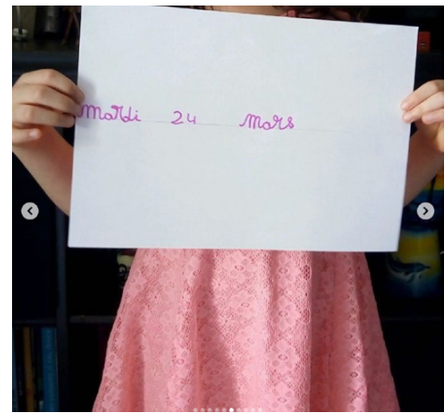
les 15 comptes instagram à suivre pour occuper vos enfants :

@lesmercredissouslapluie

@apprends_moi_autrement

@sereveiller_simplement

@lecoleblissonniere @maman_luju @paillettes_et_imagination



@monpetitsoukdidees @lamaternellepailletee @a.b.c.maitresse

La Maison du rond d'or

Participez au challenge photos « *Fenêtre sur le Val-de-Marne* ». Dans le prolongement de cette opération, La Maison du Rond d'Or vous propose de lui envoyer vos photos, dessins, poèmes, pensée pour réaliser une œuvre collective, un tableau, dans un premier temps virtuel, qui serait le symbole de l'attachement que tous se témoigne.

https://www.tourisme-valdemarne.com/fenetre-sur-le-val-de-marne/ et envoyez vos photos aussi à la MRO maison-rondor@ville-sucy.fr
Pour la constitution d'un tableau, dans un premier temps virtuel, mais qui pourrait devenir une œuvre collective à réaliser au centre social, symbole de l'attachement des uns avec les autres. Pour ceux et celles qui ne peuvent pas prendre de photos, cette vue de sa fenêtre peut être un dessin, un poème, une pensée…

Pour occuper les enfants mais aussi toute la famille découvrez régulièrement les activités concoctées par les animateurs de la MDO.

Un joli petit soleil : il vous faudra juste des feuilles de couleurs, de la colle et une paire de ciseaux pour ensoleiller notre journée

Des petits animaux rigolos avec des bouchons en plastique : pour les yeux un petit coup de feutre et le tour est joué !

Pâte à modeler maison
Une recette facile et pratiques pour amuser les jeunes sculpteurs

Et surtout, n'oubliez pas d'envoyer vos chefs d'œuvres à la Maison du Rond d'Or !

Partagez les photos des créations de vos artistes en les envoyant à maison-rondor@ville-sucy.fr

L 'équipe du CLAS (accompagnement à la scolarité) vous propose, pour partager un bon moment, pour rêver, pour vous évader, deux histoires courtes à lire pour vos enfants.

A nous, le canapé !

Chapitre I : Ce bon vieux canapé

Suzanne et moi, on est les reines du canapé ! On adore s'y installer pour câliner ; Elle croque des chips, du chocolat, des cacahuètes ; Moi, j'y fais mes griffes. Le bonheur !
On sonne. Papa trotte jusqu'à la porte et s'étonne :
- Déjà là ? Bravo, les gars !
Et deux costauds apportent un nouveau canapé !
Suzanne bondit et dit :
- Ce qu'il est mimi ! Je peux l'essayer
Bôôh ! Ça empeste le neuf. Enfin ! Voyons…

1

- D'accord, dit maman. Mais je ne veux pas une seule miette dessus ! Pas une seule tache ! Elle se penche vers moi :
- Ni une seule éraflure ! Compris ?
Hi ! Hi ! J'adore les plaisanteries.
Pour le moment, le canapé est occupé. Coincée entre papa et maman, Suzanne ne bouge pas d'un poil. On dirait trois momies.
Ridicule ! J'attends mon tour.

2

Terminé, la télé. Les momies vont au lit. À moi, le canapé !
- Sors du salon, Thérèse ! dit papa d'un ton sec ;
- Qu'est-ce qu'il lui prend au grand chef ? Je file dans le couloir. Je reviendrai plus tard.
Clic-clac ! Papa a fermé à clé !
Interdit de canapé ! Et mes griffes ? Sur quoi je vais les user, moi ? Je sors, très contrariée. Un parfum soudain chatouille mon nez : celui du vieux canapé ! Calé à côté des poubelles, dans le débarras ! J'y plante mes griffes avec amour, avec délice. Merci d'être encore ici, l'ami !

3

Mazie-Aude@Sanlesne.fr

Pour les plus grands :
À nous le canapé !

Thérèse déteste le nouveau canapé ! Interdit d'y grimper ! Et ses griffes, alors, elle les fait où ? Et ses câlins avec Suzanne devant la télé ? Thérèse sent qu'elle va encore s'énerver…

Alistair le crocodile vert

Album de Florence Grazia et Isabelle Charly
Edition Hachette – Gautier Languereau, collection les anizozos

Alistair était un crocodile vert, entièrement vert même à l'envers. Il vivait dans un pays vert, entièrement vert même en hiver.

Seuls ses yeux étaient vermillon, entièrement vermillon derrière son lorgnon. Un lorgnon avec deux verres entièrement ronds.

Pour franchir la frontière de ce pays vert, il fallait traverser une drôle de rivière…Alistair et ses frères y régnaient et peu d'espèces passaient au travers.
Au mois d'août, ces dangereux sioux guettaient l'arrivée de milliers de gnous. Guet-apens mortel, c'était la promesse d'un précieux ragoût… Un ragoût de gnous qu'Alistair trouvait à son goût !

Mais dans cet enfer, Alistair cassa ses deux verres…N'y voyant plus clair, il croqua un vieux banc de fer. Toutes ses dents

Pour les plus petits :
Alistair le crocodile vert

Alistair est un crocodile vert à qui il arrive une malheureuse aventure ! À la chasse au gnou avec ses compères, Alistair casse ses verres et toutes ses dents ! Piteusement, il se rend chez une dentiste collectionneuse de quenottes qui lui refait la mâchoire jusqu'à la glotte ! Mais moqué, même par ses frères, Alistair s'en va vers d'autres terres pour faire carrière !

Médiathèque Ludothèque de Sucy-en-Brie

https://youtu.be/lplJia-a904

Fermée jusqu'à nouvel ordre, la Médiathèque Ludothèque vient chez vous en un seul clic.
https://sudestavenir.fr/les-mediatheques-et-les-conservatoires-a-la-maison/

En mal d'idées pour créer des jeux (avec des objets que vous avez forcément à la maison) pour vos enfants ? En panne d'histoire du soir… ou du matin ? La médiathèque publie tous les jours des animations culturelles sur sa page Facebook (lectures, ateliers, haïku…). N'hésitez pas à profiter de toutes leurs publications…

La médiathèque-ludothèque vous propose des activités en ligne, et des ateliers créatifs, montés et diffusés par des bibliothécaires (Sophie et Sylvie), rendez-vous à la médiathèque en suivant ce lien :
https://www.facebook.com/Mediathequeludothequedesucyenbrie/

Thomas, médiathécaire spécialiste de la musique, a créé un Padlet, une étagère numérique où l'on peut facilement trouver les sélections musicales des bibliothécaires.

La boite mail mediatheque.sucy@gpsea.fr est à votre disposition.

Histoires Audio

les odyssées - France Inter à partir de 7 ans
Des personnages illustres et des histoires captivantes à écouter sans modération :
https://www.franceinter.fr/emissions/les-odyssees

Oli – France Inter à partir de 5 ans
Des petites histoires à écouter raconté par des personnalités. Souvent espiègles, toujours bienveillants, les plus petits se laisseront bercer par les personnages et leurs aventures.
https://www.franceinter.fr/emissions/une-histoire-et-oli

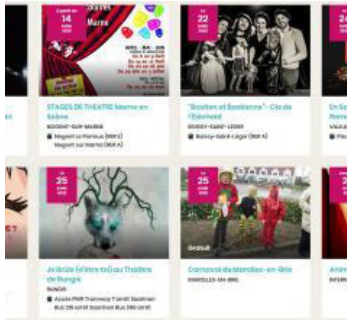
Mythes et légendes - Quelle histoire à partir de 8 ans
découvrir ou redécouvrir les mythologies célèbres, celle de l'Égypte, des grecs ou encore, celle-ci moins connue, la mythologie nordique !
https://podtail.com/fr/podcast/mythes-et-legendes/

Les aventures de Tintin – France culture à partir de 7 ans
Retrouvez le célèbre héros de Hergé et sa bande d'illustres camarades racontés par la comédie française sous la houlette de l'orchestre national de France !
https://www.franceculture.fr/bd-bande-dessinee/les-aventures-de-tintin-quatre-albums-a-ecouter

Des histoires en musique – Radio classique – à partir de 4 ans
Des contes célèbres accompagnés par de la musique classique. Retrouvez le carnaval des animaux rythmé par la musique de Camille Saint-Saëns, la belle au bois dormant et le lac des cygnes sous les notes Piotr Tchaikovsky ou encore Raiponce et Casse-noisette ?
https://www.radioclassique.fr/podcasts/serie/des-histoires-en-musique/

Autres

Les archives font leur cinéma
Découvrez l'extraordinaire patrimoine cinématographique des archives du Val-de-Marne. Chaque jour à 14h, deux nouveaux films sont proposés sur des sujets divers comme les transports, le patrimoine, l'histoire ou encore la culture en Val-de-Marne.
https://www.tourisme-valdemarne.com/agenda/exposition-les-archives-font-leur-cinema/



Zoom sur… les activités pour les enfants
Des contenus spécifiques pour les enfants sont proposés par les sites culturels du Val-de-Marne : animations théâtrales, lectures de contes et histoires, médiathèque jeune public, carnets de jeux au MAC VAL ou encore au zoo… Découvrez notamment le dossier spécial sur le site du Département avec des activités manuelles, sensorielles, physiques ou encore culinaires pour les petits.
https://www.tourisme-valdemarne.com/agenda/le-defi-dessin-du-musee-de-nogent/

Le défi dessin du musée de Nogent
A vos crayons, pinceaux, etc. Dessinez ce que vous voyez par la fenêtre et envoyez votre oeuvre au musée de Nogent qui partagera les dessins sur ses réseaux sociaux et son site. Une alternative à la photo pour exprimer votre créativité.
https://www.tourisme-valdemarne.com/agenda/le-defi-dessin-du-musee-de-nogent/

Le zoo depuis chez vous
Les animaux manquent à vos enfants ? A défaut d'aller au zoo, profitez des vidéos, dossiers, MOOC proposés par le parc zoologique de Paris pour découvrir la biodiversité animale. Partez à la découverte du blob, suivez les traces des caïmans en Guyane… Retrouvez aussi des carnets de jeux, coloriages et quiz adaptés à tous les âges.
https://www.tourisme-valdemarne.com/agenda/le-zoo-depuis-chez-vous/

35 jeux à fabriquer pour amuser les enfants pendant la période de confinement
Pour vous aider à occuper votre progéniture, voici 35 idées très intéressantes, qui nécessitent du matériel que vous possédez probablement déjà à la maison.
https://www.trucsetbricolages.com/brico-enfant/35-jeux-a-fabriquer-pour-amuser-les-enfants-pendant-la-periode-de-confinement?

Destination Danses
L'association Destination Danses lance des séances vidéos baptisées *«Confidanse»* pour vous permettre de suivre les professeurs de l'association, en direct. Gratuit et ouvert à tout public. Alors, confidansez maintenant !
https://www.destinationdanses.fr/

Page facebook pour des infos toutes fraîches
https://www.facebook.com/je.danse.je.suis/

Le Département offre de s'évader tout en restant à la maison

Que faire en Val-de-Marne en restant dans son salon ?

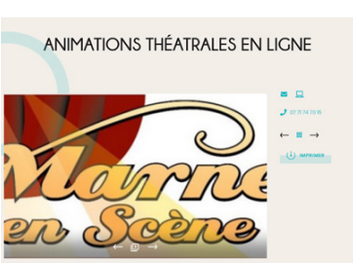
Pour consulter la newsletter depuis un navigateur **cliquez ici**

Quelques propositions de visites virtuelles de sites que vous connaissez peut-être déjà, ou que vous allez découvrir, et que nous pourrions programmer à l'avenir : passer du virtuel à la réalité, c'est en notre pouvoir.

Challenge photos « *Fenêtre sur le Val-de-Marne* »

Observez de votre fenêtre votre quartier : les bâtiments, le ciel, les oiseaux en toute liberté, les végétaux qui sortent de l'hiver, un coucher de soleil, une scène insolite ou de solidarité…
Pour y prendre part, partagez vos photos sur Facebook et Instagram : #MonValdeMarne et #FenetreSurLeValdeMarne
https://www.tourisme-valdemarne.com/fenetre-sur-le-val-de-marne/

Val-de-Marne Tourisme et Loisirs vous propose, cette semaine, pour vous distraire tout en restant dans votre salon en vous connectant sur
www.tourisme-valdemarne.com/soccuper-en-val-de-marne-confinement-sans-sortir-de-chez-soi/

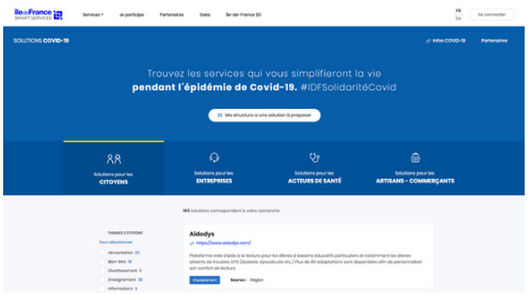


- **Développer ses talents de comédien**
  Découvrez les activités pour enfants et adultes proposées par Marne en Scène. Cette compagnie de théâtre propose différentes formules de théâtre en direct via une webcam : contes et histoires pour les 4-8 ans, jeux d'expression théâtrale à partir de 8 ans et adultes, coaching individuel à partir de 11 ans et adultes.https://www.tourisme-valdemarne.com/agenda/animations-theatrales-en-ligne/

- **Un rendez-vous en ligne avec l'art contemporain**
  Le MAC VAL vous propose chaque jour une actu, un jeu, une œuvre, un contenu… en lien avec l'art contemporain, à retrouver à 13h du lundi au vendredi sur les réseaux sociaux. A découvrir en famille : dessiner en s'inspirant d'une œuvre d'une exposition, télécharger des livrets pour enfants avec des jeux de dessins…
  Et bien plus encore sur le site du Musée

- **Se balader virtuellement en gyropode**
  On s'imagine en gyropode en train de suivre cette jolie balade dans le parc du Tremblay et sur les bords de Marne comme si on y était. Un voyage de l'esprit qui fait du bien au moral ! https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=QooaUUgYX10&feature=emb_logo

La région Île-de-France



La Région Ile-de-France a mis en œuvre une plateforme numérique recensant plus de 300 solutions collaboratives pour répondre aux besoins des franciliens face à la crise sanitaire.

Que vous soyez citoyens, entreprises ou acteurs de santé, quel que soit votre problème, la solution peut se trouver sur cette plateforme : https://smartidf.services/fr/solutions-covid19

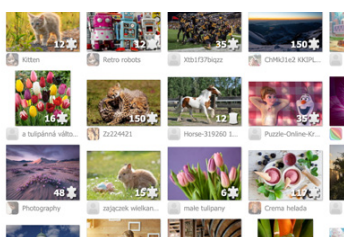
FAMILLE : 24 CARTES POUR CULTIVER LA CRÉATIVITÉ ET LA JOIE DE VIVRE EN FAMILLE

- https://apprendreaeduquer.fr/defis-en-famille-confinement/

Pour que le confinement réserve une surprise par jour, ce site propose 24 cartes défis à relever en famille. Chaque jour, chaque membre tire une carte et toute la famille relève le défi ensemble. Prêts pour *« se déplacer en marche arrière pendant une heure »*, *« raconter une histoire contenant les mots tam-tam, chou-fleur poilu et bison »* ou pour *« construire une cabane dans le salon et dîner dedans »* ? Le site propose également 10 activités ludiques basées des techniques de yoga et de relaxation à pratiquer en famille.

- https://positivr.fr/confinement-voici-100-activites-pour-occuper-petits-et-grands-a-la-maison/

Ce site vous propose un cahier d'activités à télécharger avec près de 100 activités à réaliser seul ou à plusieurs. Pour les enfants, le cahier met à leur disposition des coloriages, jeux d'éveil, explorations scientifiques, lectures… et même une chasse au trésor.



- https://www.jigsawplanet.com : vous offre des dizaines et des dizaines de puzzle sur tous les thèmes et de toutes les tailles…

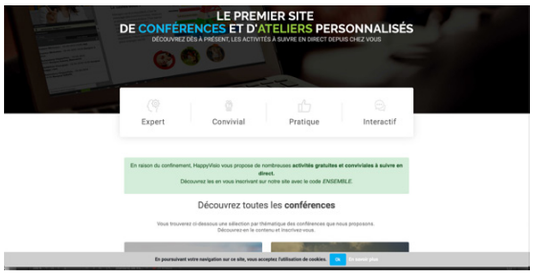
Kifékoi?

Kifékoi? vous informe et vous distrait chaque jour.

https://kifekoisucy.fr/

L'association Kifekoi ? vous propose une vidéo-conférence de Pierre-Alain Mallet, guide conférencier national, jeudi 30 avril à 15h.
Thème retenu : **Le cache-sexe dans la peinture**.
Une conférence sur les *« dessous de l'art »* …

Pour participer, suivez le guide :
https://kifekoisucy.fr/inscription-a-la-conference-sur-le-cache-sexe-par-pierre-alain-mallet/#content



HappyVisio : Partenaire habituel de la Ville

pour organiser des visio-conférences à la Maison des Seniors, HappyVisio a créé un programme exceptionnel de conférences ludiques et conviviales disponibles gratuitement pour tous les seniors. Ce programme est adapté aux personnes à domicile, en résidence ou en EHPAD qui leur permettra de participer en direct à de nombreux événements : conférences, jeux, réunions d'information…

Pour accéder à ce programme spécial et participer aux activités, il suffit de se rendre sur happyvisio.com. Inscrivez-vous en renseignant le code partenaire ENSEMBLE et choisissez les séances qui vous intéressent.

Delta 7 vous propose de *« Restez en forme »* en

suivant des ateliers audiovisuels à visée préventive pour l'entretien de la mémoire, pour la motricité, la nutrition ou encore la méditation.
Accès libre sur www.canaldelta7.org et choisissez l'onglet : Restez en forme.

Le Campus des seniors connectés, conçu par Delta 7, avec et pour les seniors, propose des tutoriels pour faciliter la pratique du numérique, pour suivre des conseils de santé, accéder à un réseau social simplifié. Un espace dédié aux aidants qui soutiennent un proche fragilisé est également accessible. Accès libre sur www.delta7.org puis cliquez sur le bouton Accès Campus.