

PROGRAMME

Sept - Oct - Nov - Déc 2022

Sorties-Loisirs et Randonnées

Nos grands chefs cuistos, Florence et Alain, vous ont concocté le programme de la rentrée !

Chaque trimestre, nous proposons et organisons de nouvelles sorties culturelles et randonnées. Nous espérons vous retrouver prochainement à nos côtés.

Et n'hésitez pas à nous faire part de vos idées et propositions pour les prochains trimestres.



Les Auxiliaires des Aveugles - Paris / Ile-de-France

Sorties-Loisirs : Florence ou Alain au 06 60 99 79 81

Petites randonnées : Christine au 01 45 65 15 86 - Grandes randonnées : Annie au 01 46 58 51 20

LES AUXILIAIRES DES AVEUGLES - Association reconnue d'utilité publique (décret du 26 mars 1974)

71 avenue de Breteuil, 75015 Paris - Secrétariat : 01 88 32 31 40

Courriel : contact@lesauxiliairesdesaveugles.asso.fr / Site : www.lesauxiliairesdesaveugles.asso.fr

PROGRAMME SORTIES-LOISIRS

Bonjour à toutes et tous.

Voici les sorties et randonnées que nous vous proposons jusqu'à la fin de l'année.

Vous pouvez vous inscrire auprès de Florence ou d'Alain **avant le 15 SEPTEMBRE 2022** :

- soit par téléphone à l'unique numéro : 06.60.99.79.81

- soit par courriel à l'adresse dédiée : sorties@lesauxiliairesdesaveugles.asso.fr

Indiquer l'ordre de préférence des sorties désirées et votre besoin éventuel d'un guide accompagnateur.

Votre participation vous sera confirmée par mail ou par téléphone. Dès lors, vous vous engagez à régler cette sortie. Toute annulation est non remboursable.

Florence et Alain restent à votre disposition.

DÉCOUVERTE DES ATELIERS DE LECTURE DES IMAGES EN RELIEF

Le mercredi 28 septembre 2022 de 09h30 à 16h30 environ

La Fédération des Aveugles de France vous invite à une séance d'initiation à la lecture d'images en relief. Vous pourrez y découvrir des lieux insolites à travers des albums donnant à toucher Cluny, Carcassonne, les inventions visionnaires de Léonard de Vinci...

Apprendre à toucher un relief comme on apprend le braille. Les premiers contacts semblent difficiles. On développe peu à peu une meilleure sensibilité et une mémoire tactile. Plus on touche, mieux on sent et plus vite on comprend ce que l'on touche.

5 déficients visuels et 5 accompagnateurs

GRATUIT (déjeuner sur place au choix et à la charge de chaque participant)

RDV à 09h20 à l'association Les Auxiliaires des Aveugles

71 avenue de Breteuil 75015 PARIS

Métro : Sèvres-Lecourbe (ligne 6)

LE JARDIN DU LUXEMBOURG

Sortie proposée par Marie-Christine AMATO

Le mardi 4 octobre 2022 de 11h00 à 13h00 environ

Ce célèbre jardin parisien a été créé au début du 17^{ème} siècle, suite à l'acquisition par Marie de Médicis, de l'Hôtel François de Luxembourg et ses nombreux terrains : le Palais du Luxembourg est l'œuvre de Salomon de la Brosse et le jardin, celle du paysagiste Boyceau de la Baraudière.

Passant de 8 hectares à 23 aujourd'hui, le parc a subi de nombreuses transformations. Initialement bordé par le monastère des Chartreux détruit durant la Révolution, l'architecte Chalgrin l'agrandit et traça une perspective jusqu'à l'Observatoire, toujours visible. Sous le règne de Louis Philippe, le palais fut agrandi par l'architecte Alphonse de Gisors afin d'accueillir le Sénat. Le jardin prit sa configuration actuelle sous le règne de Napoléon III avec un rucher, un verger et l'emplacement actuel de la fontaine Médicis.

Jacky, votre guide-conférencier, vous fera découvrir ce parc abritant des merveilles telles que les jardins à l'anglaise, le bassin central, une centaine de statues, un petit manège, des pèse-personnes, un théâtre de marionnettes....

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs

TARIF PRÉFÉRENTIEL DÉFICIENT VISUEL : 8 euros

TARIF PRÉFÉRENTIEL ACCOMPAGNATEUR : 5 euros

RDV à 10h45 Place Edmond Rostand à l'entrée du jardin située à la sortie de la station Luxembourg du RER B

RER B station Luxembourg

Bus : 21- 27- 38 - 58 - 82 - 83 - 84 - 85 - 89

BALADE DANS LE 19^{ÈME} ARRONDISSEMENT **LA CITÉ ROUGE ET LA BUTTE BERGEYRE**

Sortie proposée par Marie-Christine AMATO

Le mercredi 19 octobre 2022 de 14h00 à 16h00 environ

Venez découvrir deux lieux insolites avec Jacky, votre guide-conférencier.

La Cité Mathurin Moreau dite Cité rouge est un groupe de 475 logements HBM (habitation bon marché, ancêtres des HLM), répartis sur 10 immeubles construits en 1930 par l'architecte Charles Heubès. Elle est située au pied du talus des Chauffourniers qui lui-même est dominé par la Butte Bergeyre.

Petite cité pavillonnaire, la Butte Bergeyre fut créée au-dessus d'une carrière. Elle porte le nom d'un joueur de rugby tué durant la 1^{ère} guerre mondiale et a été inaugurée par Joséphine Baker. Vous y découvrirez un jardin partagé et une ambiance paisible.

Promenade pour de bons marcheurs, escaliers à gravir.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs

TARIF PRÉFÉRENTIEL DÉFICIENT VISUEL : 8 euros

TARIF PRÉFÉRENTIEL ACCOMPAGNATEUR : 5 euros

RDV à 13h45 à la sortie de la station de métro Colonel Fabien (lignes 2 ou 3) près de la colonne Morris.

BALADE DÉCOUVERTE DU 7^{ÈME} ARRONDISSEMENT

Sortie proposée par Madeleine LACROIX

Le jeudi 27 octobre 2022 de 14h30 à 17h00 environ

Découvrir cet arrondissement avec ses hôtels particuliers, une chapelle cachée, ses boutiques très originales, son carré gourmand (pâtisseries et chocolats renommés et originaux), la grande épicerie avec notamment son bar à eaux et bien évidemment de nombreuses anecdotes sur ce quartier. (Pauses possibles)

4 déficients visuels et 4 accompagnateurs

GRATUIT (prévoir quelques euros pour éventuellement déguster une des gourmandises découvertes)

RDV à 14h30 à la sortie du métro Solférino à côté de la librairie Albin Michel
sise 229 bd Saint-Germain 75007 PARIS

VISITE DU PANTHÉON

Le mardi 15 novembre 2022 de 14h30 à 16h00 environ

Pour remercier le ciel de l'avoir guéri de la maladie, Louis XV décida en 1744 d'offrir à sainte Geneviève un sanctuaire digne d'elle. Défenseur d'un retour à l'art classique, Soufflot conçut un édifice qui réunissait la rigueur antique et la légèreté héritée du gothique. En 1791 l'Assemblée constituante décida de faire de la crypte le tombeau des Français qui avaient mis leur talent au service de la patrie.

10 déficients visuels et 10 accompagnateurs

TARIF PRÉFÉRENTIEL DÉFICIENT VISUEL : 4 euros

TARIF PRÉFÉRENTIEL ACCOMPAGNATEUR : gratuit

R.V. à la Billetterie du Panthéon

Métro : Maubert Mutualité (ligne 10)

RER : Luxembourg

CHRISTELLE CHOLLET "RECONDITIONNÉE"

Le vendredi 18 novembre 2022 de 21h00 à 22h30 environ

Venez retrouver Christelle CHOLLET dans son nouveau woman show musical. : une Christelle dans la peau de NABILOU l'influenceuse, de FERDINAND le taureau, d'une prédatrice sexuelle, d'une prof de musique, d'une love coach, d'une DJ et des tubes reconditionnés à la sauce Chollet.

Sketches, folie et rock'n'roll, Christelle Chollet ressort ses griffes, accompagnée de ses fidèles musiciens.

Une coupe de champagne vous sera offerte.

6 déficients visuels et 6 accompagnateurs

TARIF PRÉFÉRENTIEL DÉFICIENT VISUEL : 20 euros

TARIF PRÉFÉRENTIEL ACCOMPAGNATEUR : 15 euros

RDV à 20h00 devant le théâtre de la Tour Eiffel

3 square Rapp 75007 PARIS

Métro : ligne 9 station Alma Marceau (7 minutes) – ligne 8 station Ecole Militaire (9 minutes)

Bus : lignes 42 - 69 - 80 - 87 - 92

« AU SCALPEL »

(pièce de théâtre sans audiodescription)

Le vendredi 25 novembre 2022 de 19h00 à 20h15

Deux frères. L'un est un brillant chirurgien à qui tout réussit en apparence. L'autre est un photographe qui semble assez content de lui.

L'un était amoureux de la femme de son frère. L'autre a été l'amant de la femme de son frère.

L'un était le premier de la classe .L'autre était le fils préféré.

L'un et l'autre ne se sont jamais dit à quel point ils se détestent.

Jusqu'à ce soir... Qui est Abel ? Qui est Caïn ? Et que s'est-il vraiment passé entre eux ?

Une coupe de champagne vous sera offerte.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs
TARIF PRÉFÉRENTIEL DÉFICIENT VISUEL : 12 euros
TARIF PRÉFÉRENTIEL ACCOMPAGNATEUR : 8 euros

RDV à 18h15 devant le théâtre des Variétés

7 boulevard Montmartre 75002 Paris

Métro : Grands Boulevards (ligne 8 et 9) - Richelieu Drouot (ligne 8 et 9) - Bourse (ligne 3)

Bus : lignes 20-32-39-74-85

POMPÉI – PROMENADE IMMERSIVE
CONFÉRENCE AUDIODÉCRITE

Conférence proposée par Jacques PRIOU

Le vendredi 2 décembre 2022 de 14h00 à 15h30 environ

Avec le support de tableaux en matériau dur en relief et autres accessoires, Diane, votre conférencière, vous fera revivre l'histoire fascinante de Pompéi, enrichie des dernières découvertes archéologiques, thème de l'exposition organisée en 2020 au Grand Palais de Paris.

6 déficients visuels et 6 accompagnateurs

TARIF : GRATUIT

RDV à 13h30 à l'association Les Auxiliaires des Aveugles

71 avenue de Breteuil 75015 PARIS

Métro : Sèvres-Lecourbe (ligne 6)

« TOUT EST DANS LA VOIX »
SPECTACLE DE MARIANNE JAMES

Le vendredi 9 décembre 2022 de 19h00 à 20h20 environ

Le public la connaît et l'aime pour son franc-parler, sa sensibilité.

Dans ce nouveau seule-en-scène musical interactif et irrésistiblement drôle, elle endosse le rôle de professeure de chorale et emmène les spectateurs à la découverte de leur voix. Une expérience hors-norme où Marianne nous ouvrira les portes de son cœur et où chacun se révélera en tant que chanteur.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs

TARIF PRÉFÉRENTIEL DÉFICIENT VISUEL : 20 euros

TARIF PRÉFÉRENTIEL ACCOMPAGNATEUR : 15 euros

RDV à 18h15 devant la SCÈNE LIBRE (THÉÂTRE LIBRE)

4 boulevard de Strasbourg 75010 Paris

Métro : Strasbourg St Denis (lignes 4- 8 et 9)

Bus : arrêt Strasbourg St Denis (lignes 20 – 38 - 39 et 47)

PROGRAMME DES RANDONNÉES

RECOMMANDATIONS POUR LES RANDONNÉES :

- être en bonne forme physique.
- être vêtu confortablement selon la température et la météo, **bonnes chaussures de marche**
- vous munir de boisson. 1 litre pour les petites randonnées et plus pour les plus longues.
- emporter un encas pour les petites randonnées, plus un pique-nique pour les plus longues.

IMPORTANT : Nous vous rappelons qu'en cas de randonnée en dehors de Paris, tous les déficients visuels doivent être munis du « Pass Navigo accompagnant » ou du « coupon accompagnateur » permettant à leur guide de voyager gratuitement. En cas d'oubli, ils devront prendre un billet supplémentaire pour leur guide si nécessaire.

SEPTEMBRE 2022

PAS DE PETITES RANDONNÉES PENDANT LE MOIS DE SEPTEMBRE

GRANDES RANDONNÉES 15 – 20 km

S'inscrire auprès d'Annie Brion au 01.46.58.51.20 de 9h00 à 18h30 ou par courriel : rando.lesauxiliaires@gmail.com

DIMANCHE 11 SEPTEMBRE 2022

Didier DEGREMONT : De Fontainebleau à Bois le Roi - 18 km

RDV Gare de Lyon à 08h55, dans le grand hall devant "le train bleu" - Train à 09h16

DIMANCHE 18 SEPTEMBRE 2022

François MACHEREY : Aux marches de Luzarches (Val-d'Oise), boucle de 20 km

RDV Gare du Nord devant les quais de la ligne H (voie 30-35). L'horaire sera communiqué ultérieurement.

DIMANCHE 25 SEPTEMBRE 2022

Antoine SMITH : Randonnée de 18 Kms en forêt de Carnelle (Val-d'Oise)

RDV Gare du Nord devant les quais de la ligne H (voie 30-35), direction Persan Beaumont. L'horaire sera communiqué ultérieurement.

4^{ème} TRIMESTRE 2022

PETITES RANDONNÉES 6 – 8 km environ

S'inscrire auprès de Christine Billebaud au 01 45 65 15 86 de 10h à 18h30 ou par courriel : billebaudchristine@gmail.com

SAMEDI 8 OCTOBRE 2022

Georges GUILLON : Arboretum de l'école Dubreuil, 7 km, facile.

RDV à 14h00, à la sortie du métro Château de Vincennes, côté château.

Retour par le RER A de la station Joinville, vers 17h00.

En cas de nécessité, vous pouvez joindre monsieur Guillon au : 06 77 38 52 79.

SAMEDI 19 NOVEMBRE 2022

Georges GUILLON : Le lac de Gravelle au bois de Vincennes. 7 km, facile.

RDV à 14h00, à la sortie de la station du métro Château de Vincennes, côté château.

Retour par le RER A de la station Joinville, vers 17h00.

En cas de nécessité, vous pouvez joindre monsieur Guillon au : 06 77 38 52 79.

SAMEDI 17 DÉCEMBRE 2022

Georges GUILLON : Le lac de Daumesnil au bois de Vincennes. 7 km, facile

RDV à 14h00, à la sortie du métro Château de Vincennes, côté château.

Retour par la station Porte Dorée vers 17h00.

En cas de nécessité, vous pouvez joindre monsieur Guillon au : 06 77 38 52 79.

RANDO - SOPHRO 7 km environ

S'inscrire auprès d'Annie BRION au 01 46 58 51 20 de 9h à 18h30 ou par courriel : rando.lesauxiliaires@gmail.com

SAMEDI 15 OCTOBRE 2022

Annie BRION : Du parc Jean Moulin – Les Guilands au parc des Beaumonts. 7 km, quelques dénivelés.

RDV à 14h00, au terminus de la ligne 3, à la sortie de la station Gallieni.

Retour par la station Mairie de Montreuil.

Cette randonnée rentre dans le cadre des 'petites traversées' proposées chaque année par l'organisme « Est Ensemble », qui regroupe neuf villes de la banlieue est parisienne et la ville de Paris. Elle est organisée en collaboration avec l'association la « Clef des Champs » laquelle, installée à Pantin, propose des ateliers de sophrologie. Pendant la randonnée, deux arrêts vous permettront de profiter de séances d'initiation à la sophrologie. Des personnes extérieures à l'association participeront à la randonnée.

GRANDES RANDONNÉES 15-20 km

S'inscrire auprès d'Annie Brion au 01 46 58 51 20 de 9h à 18h30 ou par courriel : rando.lesauxiliaires@gmail.com

DIMANCHE 9 OCTOBRE 2022

Antoine SMITH : Boucle autour de Breuillet (Essonne)

RDV Gare d'Austerlitz, avant les portillons - Train RER C. L'horaire sera communiqué ultérieurement.

DIMANCHE 23 OCTOBRE 2022

Didier DEGREMONT : Randonnée le long de l'Essonne - 20 km

RDV Gare de Lyon à 09h10, avant les portillons - Train RER C à 09h31

DIMANCHE 30 OCTOBRE 2022

François MACHEREY : Randonnée en Seine et Marne d'Emerainville à Tournan de 19km

RDV à Magenta-Gare du Nord pour prendre le RER E. L'horaire sera communiqué ultérieurement.

DIMANCHE 6 NOVEMBRE 2022

Antoine SMITH : Forêt de Meudon, Fausse Repose, Saint-Cloud – 17 km

RDV à 9h00 Gare Montparnasse, dans le hall 4 niveau 0, devant les guichets Ile de France (ligne N). Départ du train à 9h20.

DIMANCHE 13 NOVEMBRE 2022

Didier DEGREMONT : Saint Sulpice de Flavières (91) - 20 km

RDV Gare d'Austerlitz à 08h55, avant les portillons - Train RER C à 09h16

DIMANCHE 27 NOVEMBRE 2022

François MACHEREY : Boucle de 15 km, du Bois de Saint-Martin au Bois de Célié, départ de la gare Les Yvris-Noisy-Le-Grand (Seine et Marne)

RDV à Magenta-Gare du Nord pour prendre le RER E. L'horaire sera communiqué ultérieurement.

DIMANCHE 4 DÉCEMBRE 2022

François MACHEREY : De Verneuil l'Etang à Mormant (77) – 16,5 km

RDV à la Gare de l'Est, devant les portillons des trains de banlieue (ligne P). L'horaire sera donné ultérieurement.

DIMANCHE 11 DÉCEMBRE 2022

Didier DEGREMONT : Pontoise - 19 km

RDV Gare du Nord à 08h50, devant les quais de la ligne H (voie 30-35) - Train à 09h11

DIMANCHE 18 DÉCEMBRE 2022

Antoine SMITH : Randonnée dans le Vexin, autour de Meulan-en- Yvelines et Juziers

RDV Gare Saint Lazare, devant la ligne J. L'horaire vous sera communiqué ultérieurement.

À TRÈS BIENTÔT