

Un dimanche pour se ressourcer

Faites une pause et passez en mode silence. L'Espace Léo Lagrange organise Culture Zen le dimanche 12 février, une manifestation dédiée au bien-être et à la détente.

Le marché du bien-être est en expansion et ce malgré la crise. Mais ce n'est pas ce phénomène de mode qui a conduit les animateurs de l'Espace Léo Lagrange à créer cet événement, bien au contraire, "Cette journée est aux antipodes de la consommation, elle va même plutôt à contre-courant, explique l'un d'entre eux, c'est en observant les gens autour de nous, stressés et entraînés dans une fuite en avant que nous avons eu l'idée de la manifestation. Loin de la surconsommation, l'objectif est plutôt d'inviter le public à se ressourcer et à travailler sur la notion d'épanouissement personnel à travers des activités de détente physiques et culturelles."

Prendre le temps

Cette journée sera une invitation au lâcher prise. Pour une fois, dites "non" aux multiples tâches qui vous happent et vous entraînent dans un rythme effréné, devoirs des enfants, entretien de la maison, activité professionnelle. Eteignez les écrans et coupez le son... Bref changez de rythme et cocooñez-vous l'espace d'un dimanche.

Quelles activités, avec qui ?

Yoga, tai chi, aromathérapie, soins du visage, automassage, gymnastique douce, relaxation, feng shui... De nombreuses activités de loisirs, physiques, manuelles, culturelles seront proposées sous la forme d'ateliers, de conférences et de démonstrations. "Le public pourra découvrir des activités nouvelles auxquelles il ne pensait pas et qu'il n'aurait peut-être pas osé essayer sans cette occasion, sou-



ligne les organisateurs, pour créer cet événement, nous avons fait appel aux associations locales et à l'ensemble des ateliers municipaux qui proposent des activités centrées sur le bien-être car Culture Zen sera aussi l'occasion de faire connaître et de valoriser leurs savoir-faire."

Tous les acteurs locaux oeuvrant dans le domaine seront mobilisés : l'association Vie en forme, les clubs de yoga et de tai-chi, mais aussi les conservatoires de danse et de musique et l'association Borann qui proposeront des temps de détente, danse classique, concerts de musique douce, démonstrations de danses cambodgiennes. Des artisans seront également invités et pour "se vider l'esprit", les visiteurs pourront aussi s'adonner à des activités manuelles telles que l'origami, les ombres chinoises, la peinture sur soie ou l'art floral, tout en dégustant pâtisseries et thé à la menthe.

Dans un décor adapté

L'Espace Léo Lagrange prendra un nouveau visage. Hall et salles seront décorés afin de plonger les visiteurs dans une ambiance version yin et yang.

Dimanche 12 février de 14h à 19h
Espace Léo Lagrange
Entrée libre
Inscriptions aux ateliers sur place

Théâtre en famille

A chaque période de vacances scolaires, le service culturel propose une séance au théâtre pour le jeune public. Le prochain rendez-vous aura lieu



pendant les vacances d'hiver autour des Contes gourmands de la compagnie du Théâtre Mordoré. Un spectacle fantaisiste peuplé de fées, de princesses et de grenouilles qui se déguste tel un dessert.

Vendredi 2 mars à 15h
 Salle Truffaut au centre culturel
 Enfants 3,50 €, adultes 5 €
Rens. au 01 43 09 01 22.

Les timbres pour passion

Zoom sur le Club philatélique qui organise en février son 21^{ème} salon des collectionneurs, fête cette année son 30^{ème} anniversaire et change de président.

Après dix années à la tête du club, **Pierre Pillard** a décidé de passer la main. Tout début mars, une fois le salon des collectionneurs terminé, il laissera les rênes de l'association à **Liliane Laurent** mais il restera à ses côtés au poste de vice-président, pour l'accompagner.

C'est sous l'impulsion de Jean Junca qu'a été créé le club en 1982 dans le but de rassembler les passionnés de philatélie. Les statuts n'étaient pas limités et prévoyaient aussi de s'ouvrir au monde de la collection en général, ce qui a motivé la création du salon des collectionneurs. Ce rendez-vous annuel qui réunit des collectionneurs venus de tous les horizons permet de dialoguer entre amateurs avertis et surtout de traquer la

perle rare qui complètera une collection. Que l'on affectionne les soldats de plombs, les cartes postales, la monnaie ou les timbres, l'esprit et la démarche sont identiques. Quand on collectionne, il faut savoir faire preuve de patience et de curiosité. "S'intéresser aux timbres est un

loisir qui apporte des connaissances. Il ne suffit pas d'acheter des spécimens pour remplir des cases dans un album. Il faut aller plus loin, regarder et approfondir. C'est un prétexte à lecture pour mieux connaître un personnage célèbre ou la géographie d'un pays. Ça fait rêver, voyager..."

Et les prétextes au voyage ne manquent pas, tant la diversité des thèmes est grande. France, pays étrangers, trains, poissons, papillons, de nouvelles éditions surgissent régulièrement et attisent chaque fois la curiosité des collectionneurs. "Il y a aussi des modes, actuellement on constate un engouement pour les timbres qui ont des particularités comme les séries perforées éditées par les compagnies d'assurance



et les banques au début du XX^{ème} siècle. Il arrive aussi que l'actualité mette certaines collections sur le devant de la scène. Avec l'éruption du volcan Eyjafjöll, les timbres islandais ont vu leur cote monter. Mais tout cela est très fluctuant et nécessite un suivi précis surtout si l'on souhaite vendre."

Très codifié, l'univers du timbre peut paraître complexe mais il est passionnant et étonnant. Saviez-vous que parmi les timbres de la République française, le n°7 édité en 1849 est l'un des plus chers du marché : de 20 000 € dans sa version oblitérée à 95 000 € à l'état neuf. "Les cotes sont établies en fonction du tirage, de l'ancienneté et par catégorie : timbres neufs avec gomme d'origine, timbres avec charnière et oblitérés".



Echanges et conseils avisés

Les clubs philatéliques sont des espaces privilégiés dans lesquels tout collectionneur peut bénéficier de conseils avisés. A Neuilly-sur-Marne, l'ambiance est chaleureuse et conviviale, les membres se réunissent tous les samedis après-midi au centre culturel. "Le but est d'échanger des timbres entre nous pour parfaire nos collections mais c'est aussi de s'informer sur les nouveautés et surtout de se retrouver entre passionnés." □

Dimanche 19 février la salle Marcel Pagnol accueillera le 21^{ème} salon des collectionneurs. Environ 50 exposants viendront présenter des collections multiples, parfois étonnantes et insolites. Si vous aimez et recherchez jouets anciens, cartes postales, fèves, disques vinyle, livres... ce salon est pour vous. De 9h à 18h. Entrée libre

Du cœur pour les Restos



Le 10 février, les professeurs du conservatoire de musique organisent leur concert annuel au profit des Restos du Cœur autour d'un thème qui rassemblera petits et grands puisqu'il s'agit des histoires de notre enfance. Ils interpréteront deux contes lus par des comédiens, Noé de Sally Galet et le célèbre Pierre et le loup de Prokofiev.

Les fonds recueillis seront reversés à l'antenne locale des Restos du Cœur. Débutée fin novembre avec une équipe de bénévoles toujours disponible et active, la campagne d'hiver se poursuit jusqu'au 31 mars. A ce jour, le nombre de familles accueillies est en augmentation de 17 % par rapport à la saison 2010/2011.

Concert à 20h30 à l'hôtel de ville
10 €, - de 12 ans et adhérents du conservatoire de musique 5 €.

Renseignements au 01 43 08 41 89.

