

3, avenue des Pages – 78110 Le Vésinet

Site Internet : www.iris78artculture.org

Informations : irisartculture78@gmail.com - 07 43 46 06 63

I.R.I.S. : La culture active

Initiative : chacun d'entre nous est un participant actif et responsable

Recherche : nous sommes curieux et allons toujours plus loin

Imagination : c'est l'une de nos voies d'accès à l'initiative et à la recherche

Sensibilité : notre démarche relève autant de l'intuition que de l'intellect

Nos ateliers



ART



CREATIVITE POESIE



LITTERATURE



EXPERIENCES
POETIQUES



CINEMA



SOI ET LES AUTRES



CUISINER et
DEGUSTER



PEINTURE



INFORMATIQUE



LES ORPHELINS DU
PINCEAU



SOPHROLOGIE



REGARDS SUR L'EUROPE
ET LE MONDE

POUR TOUS

- **Jeudi 24 septembre 2026 de 18 heures à 20h30**
Salle paroissiale - 10, place de l'église - Le Vésinet
Apéritif cocktail de bienvenue et dernières inscriptions
- **Samedi 10 octobre 2026** : Sortie à Médan (église et château)
- **Jeudi 19 novembre 2026 à 14h30** : ASSEMBLEE GENERALE
Salle des conférences à la mairie du Vésinet
- **Printemps 2026** : sortie à prévoir

ADHESIONS

Faire de préférence votre inscription par correspondance avant le 20 septembre pour faciliter le travail de nos bénévoles

Adresser :

- 1 chèque de **25 euros** à l'ordre d'I.R.I.S. (40 euros pour un couple)
- La fiche d'inscription ci-dessous, dûment remplie

Avant le 20 septembre :

à M. Jean-Louis Lejeune – 11 route de Croissy (Escalier 4) – 78110 Le Vésinet



FICHE D'INSCRIPTION 2026-2027

NOM ¹..... PRENOM (S) :

Adresse :

Téléphone fixe :Téléphone mobile :

Adresse e-mail :

- | | |
|---|---|
| ☐ Art | ☐ Créativité poésie |
| ☐ Expériences poétiques | ☐ Soi et les autres |
| ☐ Conférences Regards sur le monde | ☐ Littérature |
| ☐ Cuisines | ☐ Peinture |
| ☐ Informatique | ☐ Les orphelins du pinceau |
| ☐ Cinéma | ☐ Sophrologie |
| ☐ Sorties | |

Cocher la (ou les) activités choisies (Dans le cas de l'inscription d'un couple, merci de préciser s'il s'agit de Monsieur ou de Madame)

¹ Les informations recueillies sont nécessaires à votre adhésion. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'association. Nous mettons en place tous moyens aptes à assurer la confidentialité de vos données personnelles. Vous bénéficiez en permanence d'un droit d'accès et de rectification des informations qui vous concernent



CRÉATIVITE POÉSIE

Découverte de la vie d'un poème.

Avec le désir d'écrire en poésie, nous sommes une quinzaine de fervents « apprentis » à nous réunir pour la journée, un lundi par mois, onze fois par an.

Un exercice de relaxation corporelle, nous amène progressivement à l'intériorité propice à la créativité. Et dans le silence, après écoute attentive d'un poème lu plusieurs fois, chacun écrit spontanément les vers inspirés par l'auteur inconnu qui sera découvert plus tard.

Plaisir de l'écriture, dans un partage amical.

Après le déjeuner, nous prenons connaissance et commentons les écrits anonymes, sans critique. Moments intenses, communication et partage.

Plaisir de l'écriture : **Le lundi de 10 h 30 à 16 h.**

2026 : 21 septembre, 05 octobre, 16 novembre, 07 décembre

2027 : 11 janvier, 01 février, 01 mars, 22 mars, 26 avril, 24 mai, 14 juin (Bilan de l'année, repas des vacances)

Responsable : **Yves Bourg** - 06 12 98 19 01 - E-mail : yvesbourg0304@gmail.com



EXPÉRIENCES POÉTIQUES

« Expériences poétiques » a pour but de découvrir notre écriture personnelle au meilleur de notre sensibilité en étudiant l'œuvre d'un poète contemporain.

C'est un travail personnel que l'on élabore chez soi.

A chaque séance nous confrontons nos textes dans un climat libre et amical.

Le mercredi de 09 heures 30 à 12 heures 30

- 30 septembre, 14 octobre, 04 novembre, 02 décembre 2026
- 06 janvier, 24 février, 10 mars, 21 avril, 12 mai, 09 juin 2027

Responsable : **Marie-Claude Bohnenblust** - 06 13 41 74 77

E-mail : bohnlenblust.mc@gmail.com



ART

Le programme sera de continuer sur l'art moderne et contemporain en continuité avec ce qui a été vu en 2025-2026 en évoquant l'univers des femmes peintres.

Lieu : Mairie du Vésinet, salle Apollinaire de 14h30 à 16h30

Calendrier :

2026 : 23 novembre

2027 : 01 février, 03 mai.

Responsable : **Jean-Charles Peltan** 01 34 80 64 48 ou 06 81 86 61 51

E-mail : jean-charles.peltan@wanadoo.fr



ATELIER CINEMA

Analyse et échanges autour de films « coups de cœur » et de films d'auteurs vus ou revus pour l'occasion.

Un groupe d'une quinzaine de personnes maximum se réunit une fois par mois le lundi de 14h à 16h30 de septembre à juin chez Claire Blanc 61, route de Montesson au Vésinet.

Dates :

2026 : 14 septembre – 12 octobre – 16 novembre – 14 décembre

2027 : 11 janvier – 22 février – 15 mars – 19 avril – 24 mai – 14 juin

Responsables : **Yves Fallouey** 06 07 15 59 73 E-mail : yves.fallouey@icloud.com

Danuta Manaud 06 79 83 95 18 E-mail : danuta.manaud@orange.fr



LES ORPHELINS DU PINCEAU

Vous aimez aller modestement sur les traces des « grands » pour tenter de décrypter leur art... Vous êtes curieux de découvrir de nouvelles techniques...

Vous aimez partager vos connaissances avec toute l'humilité d'un artiste amateur....

Alors, rejoignez les Orphelins du Pinceau où chacun pratique son art à son rythme. A chaque séance un thème est choisi de façon collégiale. Libre à chacun de le suivre ou de choisir une autre voie.

Techniques abordées : pastel gras, pastel sec, aquarelle, encre, peinture à l'huile, acrylique, crayons de couleurs, collage, etc.

Dates : les jeudis soir de 20 à 22 h au stade des Merlettes à partir de fin septembre

Responsable : **Anne le Gorrec** – annelegorrec67@gmail.com



CUISINER ET DÉGUSTER *

La culture, n'est ce pas ce qui s'apprend, se transmet de génération en génération et contribue à façonner l'identité d'une société, ses croyances, ses valeurs, ses coutumes, ses comportements ? Assurément la gastronomie en fait partie.

Qui dit gastronomie, dit cuisine, mais aussi, vins et terroirs !

Soyons modestes, l'atelier proposé, c'est son ambition, permettra aux participants de préparer, présenter, partager un repas complet, en se référant aux traditions de la gastronomie et à l'histoire des plats confectionnés et des produits utilisés, ceci dans la convivialité et la bienveillance d'une équipe d'amateurs cuisiniers.

L'atelier fonctionne en matinée, et se termine par la dégustation du repas préparé.

Il est ouvert à 12 personnes réparties en deux groupes.

La participation aux frais* est de 150 euros pour les 6 séances, payables à l'ordre d'IRIS lors de l'inscription (possibilité de déposer deux chèques pour encaissement différé).

Animation : Yves Fallouey 06 07 15 59 73 E-mail : yves.fallouey@icloud.com
Bénédicte Tiberghien 06 17 64 76 34 E-mail : datech@orange.fr

Horaire : 9h30 à 14h

Calendrier :

Groupe du Jeudi : 1 oct ; 26 nov ; 21 janv ; 04 mars ; 29 avr ; 03 juin

Vendredi : 2 oct ; 27 nov ; 22 janv ; 05 mars ; 30 avr ; 04 juin.

Lieu : 11 Domaine de la forêt 78112 Fourqueux St Germain en Laye
(Des places de stationnement dans le Domaine)

Inscription : contacter B. Tiberghien pour vous assurer d'une place disponible.

**La participation financière demandée pour cet atelier correspond à l'achat des aliments nécessaires.*



LITTÉRATURE

L'atelier littérature est avant tout un lieu d'échange sur des œuvres dont nous définissons ensemble le thème commun. Après le choix du thème, les membres de l'atelier proposent des œuvres, principalement des romans, susceptibles de l'illustrer. **Cette année nous avons choisi de nous intéresser à des romans historiques.**

Chacun de nous doit pouvoir présenter une œuvre au groupe, la présentation est suivie d'une discussion nourrie par nos divers points de vue et sentiments. Ce sont des moments très enrichissants dans l'approfondissement des auteurs et de leurs écrits.

Nos séances ne se limitent pas à cet exercice, nous prévoyons la saison suivante, nous partageons nos « coups de cœur » littéraires, nous abordons des questions variées, pour peu qu'elles aient un lien avec la littérature.

Romans historiques

	Dates	Œuvres	Auteurs
2026	22 septembre	Tous les matins du monde	Pascal Quignard
	13 octobre	Semper Augustus	Olivier Bleys
	17 novembre	L'allée du roi	Françoise Chandernagor
	15 décembre	Les mots entre mes mains	Giunevere Glasfurd
2027	12 janvier	Miniaturiste	Jessie Burton
	23 février	L'ami du prince	Marianne Jaeglé
	16 mars	La controverse de Valladolid	Jean-Claude Carrière
	20 avril	La jeune fille à la perle	Tracy Chevalier
	25 mai	Le barman du Ritz	Philippe Colin
	15 juin	Mesopotamia	Olivier Guez

Réunions au Forum de la mairie du Vésinet, de 10h00 à 12h00 le mardi

Responsable : Isabelle PLANDE E-mail : iplande@gmail.com



SOI ET LES AUTRES

Au cours de l'année 2025/2026 nous avons abordé avec les concepts de l'Analyse Transactionnelle les composantes de la personnalité (Parent, Adulte, Enfant) propres à chacun, les émotions, les positions de vie, les diverses manières de structurer le temps. Nous avons expérimenté l'importance des signes de reconnaissance, ainsi que les rôles familiaux joués dans les conflits : Persécuteur, Sauveur, Victime. Cette année 2026/2027, nous irons plus loin dans la perception de ce qui nous différencie des autres, afin de mieux les comprendre et de nous ajuster à eux.

Programme :

- Identifier six profils de personnalité
- Repérer son propre fonctionnement, celui de son entourage
- Acquérir des clefs de compréhension et des repères
- Reconnaître ses besoins fondamentaux et savoir y répondre
- Trouver le ton juste avec son interlocuteur
- S'entraîner à adopter différentes positions pour mieux communiquer.

Nous alternerons apports théoriques, exercices de diagnostic et d'appropriation, échanges, questionnements et situations concrètes apportées par les participants. Des documents sont remis à chaque séance, et un aide-mémoire envoyé à l'issue. Il est bon de prévoir une heure de révision/ expérimentation entre chaque rencontre.

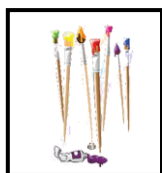
Calendrier : mardis de 14h à 17h

6 Oct ; 3 Nov ; 1 Déc ; 5 Janv ; 2 Fév ; 9 Mars ; 20 Avril ; 11 Mai ; 8 Juin.

Lieu : 11 Domaine de la forêt 78112 Fourqueux Saint Germain en Laye

Animation : Bénédicte Tiberghien 06 17 61 76 34. datech@orange.fr

Il reste quelques places. Prendre contact avec l'animatrice

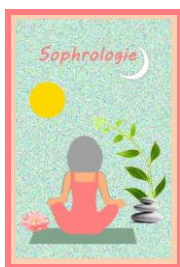


ATELIER PEINTURE

Au stade des Merlettes au Vésinet tous les jeudis matin de 9h à 12h à partir de fin septembre

(Une participation financière sera demandée pour cet atelier)

Responsable : **Bénédicte Malard** – E-mail : bmalar@hotmai.fr – Tél : 06 81 38 16 35



SOPHROLOGIE

MIEUX ETRE ET CONSCIENCE DE SON CORPS

Cette approche devient alors un véritable pont entre le corps, les émotions, l'expression personnelle et les expériences culturelles, artistiques et sensorielles, pour faire de chaque rencontre et de chaque instant un moment plus conscient, équilibré et vivant.

Chaque séance dure 1h et afin de garantir l'efficacité de la démarche, il est proposé 2 séances par mois et par participant. Il est ouvert à 8 personnes.

L'engagement est annuel pour un montant de 210 €, payables à l'ordre d'Iris lors de l'inscription (possibilité de déposer deux chèques pour encaissement différé).

2 séances de découverte gratuites sont proposées les mercredis 23 et 30 septembre.

Animation : Yves Fallouey 06 07 15 59 73 - yves.fallouey@icloud.com

Virginie Morgado 06 30 04 44 68 - medzentorii@gmail.com

Horaire : le lundi matin de 9h30 à 10h30

Calendrier : 5-12 oct. 2-16-30 nov. 14 déc. 4-18 janv. 1-22 fév. 8-22 mars. 19-26 avr. 10-24 mai. 7-21 juin

Lieu : Salle du Club de l'île aux dames / 5 bd Folke Bernadotte LE PECQ

Parking disponible en bord de Seine

Inscription : contacter V. Morgado pour vous assurer d'une place disponible.



CONFERENCES

REGARDS SUR L'EUROPE ET LE MONDE

HIER, AUJOURD'HUI ET DEMAIN

Réunion à la mairie du Vésinet, salle des conférences, le vendredi à 9h30 précises
Responsable : **Yves Bourg** - 06 12 98 19 01 - E-mail : yvesbourg0304@gmail.com

Dates :

2026 : vendredis 09 octobre, 20 novembre, 11 décembre,

2027 : vendredis 08 janvier, 26 février, 19 mars

Nous vous proposons six conférences par an sur les grandes questions actuelles : sociétales, géopolitiques et économiques.

Objectif : Notre but est de produire une information sur les grands défis que notre monde doit affronter aujourd'hui.

Interviendront des membres d'IRIS ou des personnalités extérieures selon les sujets traités, l'entrée étant réservée aux adhérents d'IRIS et à leurs invités. Chaque rencontre sera suivie d'un temps d'échanges entre l'intervenant et les participants.

09 octobre 2026 : « La création de l'Europe après la seconde guerre mondiale ».

Jean-Marc Lieberherr Monnet, petit fils de Jean Monnet, nous fera revivre les doutes, les incertitudes de Jean Monnet et ses efforts à faire émerger une Europe unie et démocratique.

20 novembre 2026 : « L'Europe face à son destin ».

Général Jérôme Pellistrandi, Saint Cyrien, docteur en histoire, DEA et master en relation internationale, ayant exercé de nombreux commandements et missions à l'étranger, aujourd'hui consultant chez BFMTV et rédacteur en chef de la revue Défense Nationale. Son analyse sera particulièrement tournée vers la défense.

11 décembre 2026 : « Le Souvenir Français, son histoire, ses missions ».

Didier Mercier, président du comité du Souvenir Français à Bailly et Noisy le Roi. Il nous décrira comment ses missions se déclinent sur le terrain.

08 janvier 2027 : « Enjeux stratégiques et économiques liés au canal de Panama, canal transocéanique ».

Brigitte Dumortier, présidente de l'Université Libre de Saint Germain en Laye, agrégée et docteur en géographie.

26 février 2027 : « Russie, Etats Unis, Chine... et nous l'Europe ? ».

Frédéric Petit, député des français établis hors de France, grand connaisseur des enjeux internationaux et des réalités européennes. Défis économiques, sociologiques, technologiques auxquels, nous européens, sommes confrontés ?

19 mars 2027 : « L'industrie chimique et ses produits manufacturés ».

Jean-Pierre Dal'Pont, président de la Société des experts chimistes de France (SECF) ancien directeur industriel aux Etats Unis et en Asie Pacifique. Quels sont ces produits ? Leurs déchets ? Leurs impacts sur la santé, l'environnement, le climat ?



INFORMATIQUE

Des groupes de 4 à 6 personnes maximum se réunissent sur les thèmes proposés, le jeudi après-midi de 14h30 à 16h30 (hors vacances scolaires) au Forum – 3 avenue des Pages au Vésinet. Les participants apportent leurs appareils personnels (ordinateur portable, tablette, smartphone). Chaque séance comporte une partie théorique et une partie pratique. Des exercices sont donnés à chaque fois pour continuer l'entraînement et sont revus à la séance suivante. Des séances de soutien individuel, sur rendez-vous, sont prévues pour répondre aux problématiques personnelles.

PROPOSITIONS 2026-2027

THÈMES	DATES	CHOIX
Prise en main et réglages PC Windows	01 octobre	☐
Prise en main et réglages Smartphones (Android, iOS)	08 octobre	☐
Soutien individuel	15 octobre	☐
Ranger et retrouver ses fichiers	05 novembre	☐
Photos : transférer, classer, partager	12 novembre	☐
Soutien individuel	26 novembre	☐
Le Cloud pour simplifier sa vie	03 décembre	☐
Sécurité : arnaques, mots de passe, sauvegardes	10 décembre	☐
Soutien individuel	17 décembre	☐
Découverte de l'IA	07 janvier	☐
Découverte de l'IA	14 janvier	☐
Messagerie : bonnes pratiques	21 janvier	☐
Soutien individuel	28 janvier	☐
Internet au quotidien : recherche, favoris, onglets	04 février	☐
Les démarches en ligne (impôts, banques, SNCF...)	25 février	☐
Soutien individuel	04 mars	☐
Applications « qualité de vie » (santé, transport ...)	11 mars	☐
Réseaux sociaux et communication	18 mars	☐
Soutien individuel	25 mars	☐
Ecrire et mettre en forme un texte	22 avril	☐
Faire une présentation	29 avril	☐

Pour plus de renseignements, contacter :

Mijo LEURENT : 06 09 22 60 59 – mijo.leurent@free.fr

Philippe JARY : 07 50 25 14 60 – phjary@gmail.com

Pour vous inscrire, cocher les cases des thèmes qui vous intéressent dans le tableau ci-dessus et nous le renvoyer avec vos coordonnées :

NOM : PRÉNOM :

ADRESSE :

TÉL FIXE : TÉL PORTABLE :

COURRIEL :@.....