



La Médiathèque vous invite au slow living ou l'art de prendre le temps de vivre

ACTUALITÉ

Mardi 28 février 2023

La Médiathèque vous invite au slow living ou l'art de prendre le temps de vivre

Avec ses parcs et ses grands espaces, Vélizy-Villacoublay offre la possibilité d'« appuyer sur pause » dans son quotidien. Le mouvement du slow living, (en français « la vie lente »), se veut, tel que son nom l'indique, un éloge à la lenteur.

Depuis de nombreuses années, la médiathèque invite le public au slowliving. En suivant cette philosophie, nous prenons plus de temps pour nous recentrer sur nous-mêmes et être à l'écoute du monde qui nous entoure. Tour d'horizon de ces ateliers proposés par la médiathèque.

Printemps des poètes 2023

Tous les ans, cette manifestation nationale invite les lecteurs à se rassembler autour de la poésie. Pour cette édition, en lien avec la notion de slow living, la médiathèque propose une thématique autour du Japon.

À partir du 11 mars, venez écrire des vers et les accrocher sur un arbre à Haikus, installé pour l'occasion. Ce type de poème japonais mélange la contemplation, la créativité et la simplicité.

Coin sans écran au Labo'Numérique

Petite bouffée d'air frais au labo numérique avec l'arrivée de nouvelles activités qui permettent de sortir la tête des écrans.

Retrouvez un échiquier, un puzzle, des bandes dessinées et des mangas, des coloriages pour les plus petits et d'autres jeux de société.

Le slow tourisme et le slow numérique

Le slow living c'est aussi redécouvrir notre entourage, tout en savourant les petits plaisirs de la vie. Comment organiser ses vacances de manière responsable ? Comment le numérique a changé notre rapport au temps ? Des auteurs spécialisés sur cet art de vivre répondront à vos questions durant des ateliers et des conférences.

Tout au long de l'année

Venez prendre une pause en participant aux ateliers récurrents de la Médiathèque : racontines, répare café, éveil musical, tricot, ?

Le saviez-vous ?

Le 4 juin 2016, une journée en plein air était organisée par la Médiathèque avec un pique-nique littéraire festif. L'occasion pour chaque convive de partager un repas tout en échangeant sur le dernier livre qu'il a apprécié. Une lecture perchée et musicale du « Baron perché » d'Italo Calvino était ensuite présentée au public.

En 2019, un atelier Objectif zéro-déchet était proposé à tous pour réduire ses déchets. À travers différents rendez-vous, une spécialiste livrait ses conseils pratiques et ses alternatives au quotidien (repas anti-gaspi, emballage zéro déchet, tricoter ses vêtements,?).

Contact

Médiathèque

Place Bernard Dautier
78140 Vélizy-villacoublay

Tél : 01 34 58 12 19 mediatheque@velizy-villacoublay.fr