



# LE GUIDE DES BONS PLANS

## En Ile de France





# Le guide des bons plans : pour quoi faire ?

- ✓ Quels types d'activités proposer aux filleuls Télémaque ?
- ✓ Quelles thématiques de sorties peuvent s'inscrire dans le cadre du tutorat ?
- ✓ Comment trouver des sorties capables à la fois d'instruire et de divertir ?

Pour vous aider à répondre à ces questions et à trouver un peu d'inspiration, voici un petit guide à destination des filleuls, des tuteurs et des référents pédagogiques.

Quelques idées de sorties sont ici présentées mais la liste est loin d'être exhaustive...

Toute nouvelle idée sera donc la bienvenue pour compléter ce petit outil ! N'hésitez pas à poster de nouvelles idées sur le blog Télémaque !

# SOMMAIRE



- p.2 : Introduction
- p.3 : Sommaire
- p.4 - 7 : Activités culturelles
- p.8 - 9 : Activités sportives
- p.10 - 11 : Evénements
- p.12 - 13 : Promenades
- p.14 - 15 : Salons sur l'orientation
- p.16 : Découverte du monde professionnel
- p.17 : Vacances scolaires
- p.18 : Contact

# I. Activités culturelles

## 1. Visites de musées et monuments :

### ✓ Les grands musées parisiens:

- ❖ Le Musée du Louvre (Paris 1<sup>er</sup>) [www.louvre.fr](http://www.louvre.fr)
- ❖ Le Musée d'Orsay (Paris 1<sup>er</sup>) [www.musee-orsay.fr](http://www.musee-orsay.fr)
- ❖ Le Palais de la Découverte (Paris 8<sup>e</sup>) [www.palais-decouverte.fr](http://www.palais-decouverte.fr)
- ❖ La Cité des Sciences de la Villette (Paris 19<sup>e</sup>) [www.cite-sciences.fr](http://www.cite-sciences.fr)
- ❖ La Galerie de l'évolution (Paris 5<sup>e</sup>, Jardin des Plantes) [www.mnhn.fr](http://www.mnhn.fr)
- ❖ Le Musée Picasso (Paris 3<sup>e</sup>) [www.musee-picasso.fr](http://www.musee-picasso.fr)
- ❖ Le Musée Rodin (Paris 7<sup>e</sup>) [www.musee-rodin.fr](http://www.musee-rodin.fr)
- ❖ Le Musée du quai Branly (Paris 7<sup>e</sup>) [www.quaibrantly.fr](http://www.quaibrantly.fr)
- ❖ Le Musée de l'Orangerie (Paris 1<sup>er</sup>, Tuileries) [www.musee-orangerie.fr](http://www.musee-orangerie.fr)
- ❖ Le Centre Georges Pompidou (Paris 4<sup>e</sup>) [www.centrepompidou.fr](http://www.centrepompidou.fr)
- ❖ La Cité de l'Architecture et du Patrimoine (Paris 12<sup>e</sup>) [www.citechailot.fr](http://www.citechailot.fr)
- ❖ Le Musée Carnavalet - histoire de Paris (Paris 3<sup>e</sup>) [www.carnavalet.paris.fr](http://www.carnavalet.paris.fr)

# I. Activités culturelles



## ✓ Les grands musées parisiens (suite) :

- ❖ **Les Catacombes de Paris** [www.carnavalet.paris.fr](http://www.carnavalet.paris.fr)
- ❖ **Le Musée d'Art moderne** ( Paris 16<sup>e</sup>, Palais de Tokyo)
- ❖ **Le Musée des Arts et Métiers** ( Paris 3<sup>e</sup>) [www.arts-et-metiers.net](http://www.arts-et-metiers.net)
- ❖ **Le Musée Grévin** ( Paris 9<sup>e</sup>) [www.grevin.com](http://www.grevin.com)
- ❖ **Le Musée Edith Piaf** (Paris 11<sup>e</sup> - 5, rue Crespin du Gast)
- ❖ **La Maison de Victor Hugo** ( Paris 4<sup>e</sup> - place des Vosges)
- ❖ **La Maison de Balzac** (Paris 16<sup>e</sup> - 47, rue Raynouard)

## ✓ Les institutions politiques :

### ❖ Le Palais Bourbon

Il peut être visité les jours où l'Assemblée ne siège pas. Les visites guidées sont gratuites et durent environ une heure trente. Elles débutent par la diffusion d'un film de 12 minutes sur le fonctionnement de l'Assemblée nationale et le rôle des députés.

### ❖ L'Hôtel de Lassay (où siège la Présidence de l'Assemblée nationale)

❖ A voir de l'extérieur ou à visiter à l'occasion des Journées du patrimoine : **Le Palais du Luxembourg** (Sénat), **les principaux Ministères**, **le Palais de l'Élysée**

# I. Activités culturelles



## ✓ Les principaux monuments :

- ❖ La plupart de nos élèves ne connaissent pas tous les monuments parisiens et n'ont même parfois jamais visité les grands classiques (la cathédrale Notre Dame, le Sacré Cœur, le Panthéon...)
- ❖ Les principaux points de vue de la capitale tels que la Tour Eiffel, le sommet de l'Arc de Triomphe, la Butte Montmartre, ou la Tour Montparnasse peuvent également être l'occasion de réviser avec eux la géographie parisienne...

## ✓ Les châteaux en Ile de France :

Nous conseillons aux tuteurs de prévoir ce type de sortie en fonction du programme d'histoire de l'élève.

- ❖ **Le château de Versailles** (78)
- ❖ **Le château de Vincennes** (94)
- ❖ **Le château de Fontainebleau** (77)
- ❖ **Le château de Vaux Le Vicomte** (77)
- ❖ **Le château d'Ecouen** (95)

# I. Activités culturelles



## **2. Les spectacles vivants:**

### ✓ **Les pièces de théâtre :**

- ❖ Il peut être intéressant pour les élèves de Collège de voir jouer les grands classiques qu'ils étudient en cours (Molière, Racine...) ou de découvrir des genres nouveaux (théâtre contemporain par exemple).
- ❖ Plusieurs sites internet proposent des tarifs très accessibles. Parmi les sites les plus connus : [www.theatreonline.com](http://www.theatreonline.com) ; [www.ticketac.com](http://www.ticketac.com) ; [www.billetreduc.com](http://www.billetreduc.com)

### ✓ **L'opéra et les ballets :**

- ❖ L'Opéra de Paris propose des spectacles et abonnements à prix réduits pour les mineurs.
- ❖ Bon à savoir : à l'opéra Bastille, même les places les moins couteuses offrent une bonne visibilité.
- ❖ Les étés de la danse : festival ayant lieu chaque année, depuis 3 ans, en juillet [www.lesetesdeladanse.com](http://www.lesetesdeladanse.com)

## II. Activités sportives



Voici quelques idées de sorties sportives à proposer aux élèves :

### ❖ **La base nautique de la Villette :**

Tous les samedis, la base nautique de la Villette propose aux enfants (à partir de 12 ans) et aux adultes de s'initier au canoë-kayak et à l'aviron, encadrés par des moniteurs diplômés d'État. L'initiative a du succès, il faut donc réserver une semaine à l'avance. Les sessions durent 1h environ. Conditions : présenter un justificatif de domicile, l'activité étant réservée aux Parisiens intramuros, apporter 2 photos et savoir nager !

### ❖ **Les promenades à vélo ou en roller:**

Des balades sont organisées le dimanche en Ile-de-France par la principale association pro-vélo de la région parisienne, « Mieux se déplacer à bicyclette » : <http://www.mdb-idf.org/asso/balades/index.html>. L'association « Pari Roller » organise également des randonnées en roller et vélo tous les vendredis soirs et des randonnées adaptées aux débutants le dimanche après-midi, au départ de la Place de la Bastille à 14h30.

### ❖ **Assister à des compétitions sportives**

Les collégiens sont en général très amateurs d'événements sportifs et rêvent souvent de découvrir les hauts lieux sportifs tel que le Stade de France ou Roland Garros. Certains tuteurs peuvent obtenir des places via leur Comité d'Entreprise. Par ailleurs, certains lieux peuvent également être visités hors manifestations (cf visite guidée du Stade de France : <http://www.stadefrance.com/accueil-visites.html>).

## II. Activités sportives



Il existe plus d'une dizaine de bases de loisirs en Ile de France. Parmi les plus accessibles depuis les zones de résidence de nos élèves, nous en avons sélectionnées 3 :

### ❖ **La base de loisirs de Cergy-Pontoise (95) :**

Située à 30 km de Paris, au cœur de l'agglomération de Cergy-Pontoise, la base de loisirs s'étale sur 250 hectares d'eau et de verdure (6 étangs), et offre un large éventail d'activités nautiques et terrestres. Deux équipements innovants attirent les passionnés de sport nautique :

- Un stade d'eau vive permet la pratique du rafting, du kayak, de l'hydrospeed.
- Un télésiège nautique, pour s'initier au wake-board.

[www.basedeloisirs95.com](http://www.basedeloisirs95.com)

### ❖ **La base de loisirs Créteil (94) :**

A moins d'une heure de Paris, la base de Créteil s'étend sur plus de 62 hectares. On peut venir s'y promener, à pied ou à vélo, courir, pique-niquer ou encore faire de la planche à voile.

<http://www.base-loisirs-creteil.fr>

### ❖ **Saint-Quentin-en-Yvelines (78) :**

Très facile d'accès, Saint Quentin est la plus grande Base régionale de loisirs. Sur 600 hectares, et autour d'un grand plan d'eau, la base propose une multitude d'activités : voile, équitation, parcours acrobatique dans les arbres, golf, baignade, tennis, pêche...

# III. Evénements



## ❖ Les Journées du Patrimoine :

Les Journées européennes du patrimoine ont lieu chaque année un week-end de septembre.

[www.journeesdupatrimoine.culture.fr](http://www.journeesdupatrimoine.culture.fr)

## ❖ Le printemps du cinéma :

Le Printemps du Cinéma se déroule en général en mars et permet de bénéficier d'un tarif réduit (3,50€ la place) dans tous les cinémas participant, pendant 3 jours consécutifs.

[www.printempsducinema.com](http://www.printempsducinema.com)

## ❖ La fête du cinéma :

La Fête du cinéma se déroule en général en fin juin et permet, après l'achat d'un ticket au tarif normal, de bénéficier de tickets à 2€ pendant 3 jours consécutifs. [www.feteducinema.com](http://www.feteducinema.com)

## ❖ La Nuit Blanche à Paris :

La nuit blanche a lieu au début du mois d'octobre et permet de redécouvrir les grands lieux parisiens dans le cadre de différentes animations.

## ❖ La Nuit des musées

Les musées participant à l'opération ouvrent leurs portes gratuitement en soirée. Cet événement se déroule généralement en mai. <http://nuitdesmusees.culture.fr>

# III. Evénements

## ❖ **Le Salon du Livre**

Le Salon du Livre se déroule généralement en mars à la Porte de Versailles à Paris.

## ❖ **Le 1<sup>er</sup> dimanche du mois :**

Certains musées nationaux sont gratuits

# IV. Promenades



La plupart de nos élèves ne connaissent pas tous les arrondissements de Paris et les promenades sont souvent très appréciées.

Voici quelques idées :

## ❖ **Le Cimetière du Père Lachaise (20e) :**

La visite guidée est très intéressante et riche en anecdotes sur la vie des célébrités enterrées au Père Lachaise.

## ❖ **La butte de Belleville (20e) :**

A voir : le boulevard de Belleville et ses boutiques animées, le parc de Belleville qui domine la ville de toute sa hauteur, les dernières vignes du quartier...

## ❖ **La promenade plantée (12e) :**

Aménagée le long de l'ancienne voie de chemin de fer qui reliait autrefois Bastille à Saint-Maur, cette balade, en partie aérienne, traverse tout le 12e arrondissement.

## ❖ **Le nouveau Bercy (12e) :**

A voir : le Ministère de l'économie et des finances, le parc de Bercy, la cinémathèque, le Palais omnisports, Bercy Village, Bercy-Expo.

## ❖ **Le Marais (4e) :**

A voir : le Centre George Pompidou, la Place des Vosges, le quartier juif, l'Espace des Blancs Manteaux, la rue des francs Bourgeois, les Archives Nationales...

## IV. Promenades (suite)...



### ❖ L'île de la Cité et l'île Saint Louis (1<sup>er</sup>)

A voir : la Cathédrale Notre-Dame, la Sainte-Chapelle et la Conciergerie, le marché aux fleurs, le square Vert-Galant, la place Dauphine...

### ❖ Les bords de Seine

A faire à pied ou en bateau mouche...

### ❖ Saint Germain des prés et le quartier Latin (5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup>)

A voir : la terrasse des Deux-Magots, le boulevard Saint-Germain, la rue Mabillon et le Marché Saint-Germain, le Jardin du Luxembourg et le Sénat, le Panthéon...

### ❖ Les grands parcs parisiens

A découvrir à l'occasion d'une promenade ou d'un pique nique : le Jardin des Plantes, le Bois de Boulogne, le Bois de Vincennes, le Parc des Buttes Chaumont, le Champ de Mars, le Jardin du Luxembourg, le Jardin des Tuileries...

Le site de la Mairie de Paris [www.paris.fr](http://www.paris.fr) offre également des suggestions de promenades diversifiées avec des itinéraires conseillés.

Enfin, voici le lien vers un site internet qui propose des visites thématiques guidées à travers Paris : <http://www.parisbalades.com/Visites/default.htm>

# V. Salons sur l'orientation



Voici quelques exemples de salons organisés à Paris chaque année sur le thème de l'orientation et de l'emploi :

## ❖ **Le Salon Studyrama des Terminales et des Bac + 1**

Il a lieu en général au mois de février et accueille un large panel de formations post-Bac. Etablissements publics et privés sont regroupés au sein de plusieurs pôles thématiques : pôle « universités », pôle « classes préparatoires », pôle « IUT »...

## ❖ **Le Salon de l'éducation**

Il se déroule généralement au mois de novembre, porte de Versailles (Paris Expo). Ce salon rassemble les principaux acteurs de l'éducation (enseignants, formateurs, chefs d'établissements, conseillers d'orientation, personnel d'administration, élus, chefs d'entreprises...), et s'adresse à tous les usagers du système éducatif (collégiens, lycéens, étudiants...). [www.letudiant.fr](http://www.letudiant.fr)

## ❖ **Le Salon de l'étudiant**

Il se déroule généralement au mois de mars, porte de Versailles (Paris Expo). La présence de centaines d'exposants, de toutes les filières de formation et de secteurs professionnels variés, fait de cette manifestation une source importante d'informations pour les lycéens (et les collégiens qui commencent à réfléchir à leur projet professionnel). [www.letudiant.fr](http://www.letudiant.fr)

# V. Salons sur l'orientation



## ❖ Le Salon de l'apprentissage et de l'alternance

Il a lieu généralement au mois de janvier, porte de Versailles (Paris Expo), [www.letudiant.fr](http://www.letudiant.fr)

Ce salon est ouvert à tous les jeunes qui souhaitent s'informer sur les contrats d'apprentissage, les Centres de formation d'apprentis (CFA), et les métiers et diplômes préparés. Ils peuvent y rencontrer les représentants des CFA, ainsi que des entreprises qui recrutent en apprentissage. Des conférences sur l'apprentissage et des ateliers de techniques de recherche d'emploi sont également organisés.

## ❖ Salon Spécial Grandes Écoles de Commerce et d'Ingénieurs

Il a lieu en décembre à l'Espace Champerret.

*Espace Champerret – Hall A – rue Jean Oestreicher - 75017 Paris – [www.letudiant.fr](http://www.letudiant.fr)*

# V. Découverte du monde professionnel



De manière générale, les tuteurs d'entreprise sont, pour les jeunes Télémaque, une source de précieux conseils dans la construction de leur projet professionnel.

Ainsi, les sorties au sein de l'entreprise sont vivement encouragées car les jeunes n'ont, pour la plupart, jamais eu l'occasion de découvrir le monde professionnel de l'intérieur.

Une demie journée consacrée à visiter les locaux, avec une présentation rapide des grands corps de métiers et le témoignage de quelques collègues, un déjeuner à la cantine d'entreprise... constitue, pour les jeunes, une expérience nouvelle!

Le réseau de connaissances des tuteurs peut également être un bon moyen, pour les jeunes Télémaque, d'affiner leur projet professionnel au travers de rencontres et de discussions avec des personnes capables de les aiguiller et de répondre à leurs questions.

Par ailleurs, pour les filleuls âgés de plus de 16 ans, les stages et les emplois saisonniers sont un bon moyen pour commencer à se forger une expérience du monde de l'entreprise. Les tuteurs peuvent offrir un appui non négligeable à leur filleul dans ce domaine.

Exemple : l'une de nos jeunes dont le projet était de devenir journaliste a pu, grâce à sa tutrice, effectuer son stage de découverte dans un journal régional...

# VI. Les vacances scolaires



Les vacances sont l'occasion pour les jeunes d'entreprendre des projets d'envergure plus grande, tels que des séjours linguistiques, des séjours à thèmes ou des stages de renforcement scolaire.

Voici le lien vers quelques organismes recommandés par Télémaque :

## ❖ **Vacances éducatives :**

Cet organisme propose des séjours en France constitués de cours le matin et d'activités l'après midi (activités sportives, culturelles...). Les membres de Télémaque bénéficient d'une remise de 10% sur les frais de participation au programme. [www.vacances-educatives.fr](http://www.vacances-educatives.fr)

Contact : Marie Gonzalvez - 01 43 22 95 10 – [marie.gonzalvez@vacances-educatives.fr](mailto:marie.gonzalvez@vacances-educatives.fr)

## ❖ **Action Séjours :**

Cet organisme propose plusieurs formules de séjours en Angleterre ou en Allemagne.

<http://www.action-sejours.com>

Contact : Marc HAMOI - 01 45 30 91 91

## ❖ **Telligo (pour les séjours en France) :**

Telligo propose une gamme complète de séjours à thèmes, sportifs, artistiques...

Les filleuls Télémaque bénéficient d'une réduction de 5% sur le montant du séjour.

[www.telligo.fr](http://www.telligo.fr)

Merci à tous et bonne continuation dans l'aventure Télémaque !

Pour toute question ou suggestion, n'hésitez pas à nous contacter :

Gaëlle SIMON (Déléguée générale) : 01 47 74 25 43 / 06 19 20 60 23 / [gaelle.simon.telemaque@axa.fr](mailto:gaelle.simon.telemaque@axa.fr)

Isabelle SAINT-MARC (Chargée de projet) : 01 47 74 25 44 / 06 08 50 25 93 / [isabelle.saintmarc.telemaque@axa.fr](mailto:isabelle.saintmarc.telemaque@axa.fr)

Hélène CAZALIS (Chargée de projet) : 01 47 74 25 49 / 06 15 71 35 80 / [helene.cazalis.telemaque@axa.fr](mailto:helene.cazalis.telemaque@axa.fr)

Roger PELTIER (Représentant Education Nationale) : 06 81 04 79 43 / [roger.peltier@ac-creteil.fr](mailto:roger.peltier@ac-creteil.fr)

Institut Télémaque - Chez AXA France - Terrasse 1 - Niveau 2  
313, Terrasses de l'Arche - 92 727 Nanterre Cedex

