



# Contes, yoga, musique, les Trappistes parlent aux trappistes !

Des Trappistes confinés mais pas à court d'idées.

Vivez votre confinement en mode trappiste et découvrez les bonnes idées de vos voisins.

## **Marmite FM met les petits plats dans les grands**

On ne présente plus Marmite FM, la radio à vocation culturelle, éducative et citoyenne à Saint-Quentin-en-Yvelines. Les programmes s'adaptent au confinement et vous proposent une séance de relaxation, de respiration et de méditation par Maryline Citerne, professeur à Yoga Souffle et Silence Trappes. Le lundi et le mercredi à 15h et le samedi et le dimanche à 10h.

Retrouvez également L'heure des contes spéciale "heure du goûter" du lundi au vendredi à 16h.

Les enseignantes et les enseignants ont la parole dans [Micro dans la Ville](#), pour nous expliquer comment se sont mis en place les cours à distance depuis la fermeture des écoles, des collèges ou encore des lycées.

Suivez l'actu de [Marmite FM sur la page Facebook](#)

## **La Maîtrise de Trappes-en-Yvelines dans votre salon**

Pour combler ces longues journées de confinement, l'APMSQ met à disposition neuf extraits du concert symphonique de Mozart, enregistré le 7 mars 2020 à La Merise avec l'[Ensemble orchestral de la Villedieu](#), dirigé par Pierre Calmelet. Au programme : orchestre avec chœurs des Maîtrises de Trappes-en-Yvelines et de Rambouillet pour des extraits de l'opéra Bastien Bastienne. Gabriella Boda, Stéphane Ung, chefs de chœurs.

## **Artistes trappistes**

Profitez de ce temps pour (re)découvrir des artistes de la ville :

- [Hosanna Kubanza](#)
- [Aboo Afrhipop](#)

## **Déclic théâtre**

Si vous n'avez pas eu l'occasion d'aller voir Trappes Impro Family 5 et que le théâtre d'impro vous manque ! Retrouvez la captation de TV78 de janvier dernier ci-dessous ou sur la chaîne [Youtube de TV78](#) !

Mise à jour

08/04/2020

[PDF](#)



- [Facebook share](#)
- [Twitter](#)



Education et jeunesse

**Des vacances épuisantes !**



**Du temps pour se cultiver**



Culture et loisirs

**Plein les oreilles**



## Conflits entre frères et sœurs