



Mars à juin 2025

Centre social municipal  
La maison des Part'Âges  
Louis-Girerd

# Le mot du maire



## POUR TISSER LES LIENS

La Maison des Part'Âges incarne l'essence même de la solidarité et de la convivialité qui font la richesse de notre ville. Ce lieu unique, ouvert à tous, rassemble toutes les générations autour d'activités variées, d'ateliers créatifs et d'initiatives citoyennes qui favorisent le partage et le bien-être.

Ce nouveau programme illustre une fois de plus la diversité des propositions : de l'accompagnement scolaire aux ateliers de développement durable, en passant par des moments festifs et intergénérationnels. Chaque activité est pensée pour répondre aux attentes de chacun tout en renforçant les liens entre les habitants.

Je tiens à saluer l'engagement des équipes et des bénévoles qui, par leur dévouement et leur créativité, font de cette maison un lieu chaleureux et accueillant. Je vous invite à pousser la porte de la Maison des Part'Âges, à découvrir son programme et à profiter pleinement de tout ce qu'elle a à offrir.

Faisons vivre cet esprit de partage qui nous unit et rend notre ville si particulière.

Philippe Pemezec  
Maire du Plessis-Robinson

## Sommaire

---

<b>Les permanences</b>		<b>Jeunes 2.0</b>	<b>p. 7</b>
<b>d'accès aux droits</b>	<b>p. 3</b>	<b>Parlons-en !</b>	<b>p. 9</b>
<b>L'accueil</b>	<b>p. 4</b>	<b>Seniors</b>	<b>p. 11</b>
<b>La réussite éducative</b>	<b>p. 4</b>	<b>Événements festifs</b>	<b>p. 12</b>
<b>Les initiatives des adhérents</b>	<b>p. 6</b>	<b>Solidarité et citoyenneté</b>	<b>p. 13</b>
<b>Les ateliers</b>	<b>p. 6</b>	<b>Développement durable</b>	<b>p. 14</b>
		<b>Bien-être</b>	<b>p. 15</b>
		<b>Informatique</b>	<b>p. 17</b>
		<b>Convivialité</b>	<b>p. 18</b>
		<b>Ateliers créatifs</b>	<b>p. 19</b>



## > PERMANENCES D'ACCÈS AUX DROITS

**Le Centre social municipal vous accueille gratuitement sur diverses permanences d'accès aux droits ou vous oriente au mieux selon vos demandes.**

### LUNDI

#### Conciliateur de justice

Permet de régler un litige à l'amiable afin d'éviter un procès.

De 9h30 à 12h ou de 14h à 17h sur rendez-vous et selon planning du mois. 01 46 01 51 74

### MARDI

#### Centre d'Information des Droits des Femmes et des Familles (CIDFF)

Un(e) juriste répond à vos questions concernant le droit de la famille et le droit du travail.

De 9h à 12h sur rendez-vous. 01 46 01 51 74

#### Médiation familiale

La Médiation familiale est une solution de règlement amiable de conflits familiaux (séparations et divorces, garde d'enfants, successions, etc.). Elle se met en place avec l'accord des deux parties de leur propre initiative ou à la demande d'un juge.

De 9h à 12h sur rendez-vous. 01 46 44 71 77

#### CRESUS

L'association reçoit toutes les personnes faisant face à des problèmes financiers, quels que soient leurs revenus. Elle recherchera avec vous toutes les solutions possibles pour rétablir votre budget à l'équilibre.

De 14h à 17h, les 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> mardis du mois sur rendez-vous. 01 46 01 51 74

#### Association Valentin Haüy

Elle apporte une aide aux personnes déficientes visuelles et déploie un grand nombre de services et d'actions afin de :

- Défendre leurs droits ;

- Assurer leur formation et l'accès à l'emploi ;
- Restaurer et développer leur autonomie ;
- Promouvoir l'accès à l'écrit ;
- Proposer des activités culturelles, sportives et de loisirs accessibles.

De 14h à 16h, les 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> mardis du mois, sans rendez-vous

#### Avocat

Permanence pour des questions relatives au droit de la famille.

De 18h à 19h sur rendez-vous et hors vacances scolaires. 01 46 01 51 74

### MERCREDI

#### UFC Que choisir

Consultation pour tenter de résoudre les problèmes courants des consommateurs et les litiges entre particuliers et professionnels : garantie, SAV, défauts d'information, résiliation, assurance, banque, organisme de crédit...

De 15h à 17h, le 4<sup>e</sup> mercredi du mois sur rendez-vous. 01 46 01 51 74

### JEUDI

#### CRAMIF

Une permanence d'une assistante sociale spécialisée.

De 9h à 12h sur rendez-vous au 36 46.

### VENDREDI

#### France Alzheimer

Offrir une écoute aux familles en difficulté face à cette maladie. Rompre la solitude par la création de groupes d'entraide. Déramatiser en échangeant les expériences personnelles.

Sur rendez-vous. 01 47 02 79 38

# La Maison des Part'Âges

## > LES SERVICES

**Adhésion individuelle de 10€ à la structure donnant accès à tous les services durant l'année scolaire en cours.**

### **LES QUATRE GRANDES MISSIONS DE LA MAISON DES PART'ÂGES SONT :**

- L'accompagnement social,
- Le soutien à la parentalité,
- La réussite éducative,
- Les initiatives des habitants (activités).

## **UN ACCOMPAGNEMENT SOCIAL**

Du lundi au samedi, accès gratuit, sur demande, à des postes informatiques avec accès à Internet. Pour cela, vous devez obligatoirement être inscrit à la Maison des Part'Âges.

**Attention : seules les impressions administratives peuvent être faites, avec modération et sur demande préalable à l'accueil.**



## > L'ACCUEIL

L'accueil est le temps de la première rencontre avec les professionnels de la structure. C'est un espace privilégié pour :

- Recueillir les attentes des habitants,
- Écouter leurs demandes, leurs initiatives,
- Les orienter et les accompagner,
- Les informer sur les activités de la Maison des Part'Âges et de la Ville.

## > LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE

### **UN SOUTIEN À LA PARENTALITÉ**

Il s'agit d'un soutien psychologique face aux difficultés rencontrées dans la fonction parentale, des entretiens individuels ou familiaux et des entretiens pour les enfants et les adolescents. Des tables rondes sur la thématique de la parentalité sont également organisées pour permettre aux familles d'échanger, dans un cadre chaleureux et bienveillant. Faites-vous connaître auprès de la Maison des Part'Âges.

### **POUR LES ENFANTS / JEUNES : L'ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE**

Sous l'impulsion de la Municipalité, un accompagnement au travail scolaire est proposé tout au long de l'année pour les élèves scolarisés sur la commune à partir du CM1 jusqu'en 3<sup>e</sup>, en partenariat avec les écoles, les collèges Romain-Rolland et Claude-Nicolas-Ledoux et pour les lycéens qui en font la demande. Les enfants sont accueillis en petits groupes, permettant un véritable accompagnement

de chacun afin de répondre au mieux aux difficultés qu'ils rencontrent. Ils sont accueillis et encadrés par une équipe pluridisciplinaire : référent scolaire, référent éducatif, étudiants et bénévoles. Les séances se déroulent pendant les périodes scolaires, du lundi au samedi, selon l'emploi du temps des jeunes et des encadrants.

### **ACCOMPAGNEMENT COMPLÉMENTAIRE POSSIBLE ET PROPOSÉ PAR L'ÉQUIPE ENCADRANTE**

Pendant les vacances scolaires, une formule stage de remise à niveau peut être proposée afin que chacun puisse avancer sur ses devoirs ou réviser. Les étudiants s'appuient sur les supports de cours du programme de l'année, principalement en mathématiques, anglais et français, mais pas seulement !

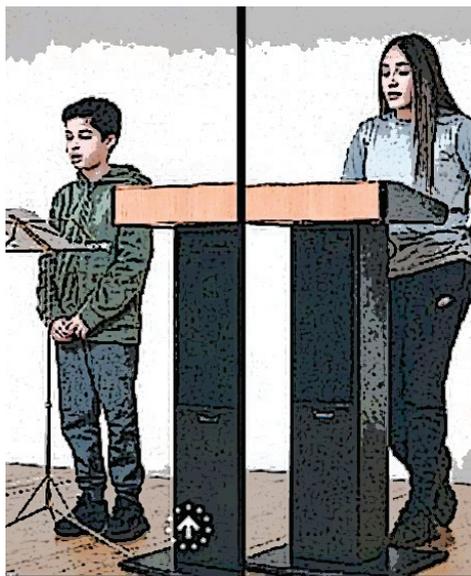
Par ailleurs, nous menons différentes actions permettant aux jeunes de se préparer aux examens scolaires à travers des outils : préparation aux oraux avec « À toi la parole ! », ou encore préparation au brevet.

### **CHOISIR DE PRENDRE UNE POSTURE POSITIVE**

Une initiation à la sophrologie, ou la méditation peut être proposée, au cas par cas, afin de permettre d'acquérir des techniques simples de respiration et de détente (physique et mentale), facilement réalisables pour gérer les moments de stress et retrouver un calme intérieur.

### **DES ACTIVITÉS COMPLÉMENTAIRES**

Elles sont proposées durant l'année, (escape game, apprentissage des règles des échecs, atelier scientifique, activités culturelles et créatives). Ce sont des moyens supplémentaires pour renforcer les compétences et les aptitudes de nos préados et adolescents. Chaque activité pédagogique, encadrée par les professionnels de la structure et les bénévoles, permet aux



enfants d'acquérir un savoir-faire particulier. Pour intégrer ce dispositif, les parents doivent prendre rendez-vous et se présenter avec leur enfant, munis des bulletins trimestriels de l'année précédente et de leur emploi du temps.

# La Maison des Part'Âges



## > LES INITIATIVES DES ADHÉRENTS

### LES ATELIERS ET ACTIVITÉS

De nombreux moments conviviaux et intergénérationnels sont proposés régulièrement : des ateliers créatifs ou des jeux enfants/parents/grands-parents ainsi que des rencontres sportives (tournois de tennis de table, badminton, pétanque, cours de zumba, etc.). Un programme d'activités régulières, fruit de l'initiative de bénévoles ou de professionnels et d'un dialogue avec les usagers réguliers, est disponible à la Maison des Part'Âges, au Centre Administratif Municipal et consultable sur [www.plessis-robinson.com](http://www.plessis-robinson.com).

### LA SOLIDARITÉ ET LE DÉVELOPPEMENT DURABLE

Plusieurs fois par an, rendez-vous est donné aux Robinsonnais autour d'événements tels que le Bricol'Âges Café ou encore des ateliers écoresponsables.

## Ateliers toute l'année !

Les inscriptions aux activités et aux ateliers ont lieu à l'accueil, selon les modalités mentionnées en fin de programme.

Pour toute demande de renseignements complémentaires, contactez le 01 46 01 51 74 ou envoyez un message à l'adresse [mdp@plessis-robinson.com](mailto:mdp@plessis-robinson.com).

Pensez aussi à consulter régulièrement les affichages au sein de la structure annonçant parfois de nouvelles activités.

La Maison des Part'Âges peut décider d'annuler ou de modifier son programme en cas de force majeure (pour des raisons indépendantes de sa volonté).

# Jeunes 2.0

Ensemble des dates en page 21

Je suis jeune et je m'engage ! Si vous avez des idées de projets, prenez les choses en main. Organisez des actions entre vous, comme des défis solidaires pour tous.

Ça te parle toi la solidarité ?

**BIENVEILLANCE**  
**LA FAMILLE** **AMITIÉ**  
*Se soutenir les uns et les autres*



**S'entraider**

Penser aux autres s'ils ont besoin de nous sans forcément les connaître.

Et la citoyenneté ?

*Donner son avis solidaire*

**VOTER**  
*DROITS ET DEVOIRS*



Quelqu'un qui habite dans sa ville

**CONCERNÉ**

*ENTENDRE ET ÉCOUTER*

*Ce n'est pas un truc que pour les vieux !*

**S'engager**



**ATELIER**  
**« D'MARQUE TOI »**

Tu as envie de créer ta propre marque, du logo jusqu'à la conception d'une tenue en passant par l'élaboration d'un Plan Marketing ? Cet atelier te permettra d'avoir un premier aperçu des métiers du design et du marketing (digital). Les intervenants t'apprendront à utiliser des logiciels d'infographie et de montage vidéo devenus presque indispensables aujourd'hui. Tu devras aussi passer devant un jury afin de présenter ta marque, et te démarquer ! Et pour finir, tu auras l'occasion d'aller visiter l'entreprise YAX LAB Design.

*Intervenants : Théo POITE, Raphaël MICHELET et l'entreprise YAX LAB Design*



# Jeunes 2.0

## PRÉPARATION DU CONCOURS « À TOI LA PAROLE »



Avec l'association *Graine d'Orateur* et un concours. Venez découvrir des méthodes d'argumentation (rhétorique) et améliorer vos compétences oratoires, en les valorisant lors du concours « À toi la parole ».

## CRÉATION D'UN JEU VIDÉO

(2<sup>e</sup> partie de l'atelier)  
Atelier dédié à ceux qui ont participé à la 1<sup>ère</sup> partie. Cette animation se finira sur un grand niveau Quiz sur les jeux vidéo.

## SENSIBILISATION AU SECTEUR ASSOCIATIF

avec l'association  
*Help Road*

## LES ACTIVITÉS DE FIN D'ANNÉE



Les cours sont terminés, profitez-en pour retrouver vos amis au bowling ou venez défier l'équipe d'intervenants un après-midi au football tout en savourant l'ambiance estivale.

## ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE



### - Révision/Brevet

Il faut que tu sois dans le dispositif Réussite Éducative, places limitées.

# Parlons-en !

Ensemble des dates en page 22



Les tables rondes sont un temps de partage et d'écoute que vous pouvez vous offrir en tant que parents, dans un quotidien toujours plus stressant.

On y vient pour s'y ressourcer, libérer la parole, se rencontrer, rire, tester... Et bien sûr continuer d'apprendre sur le chemin, parfois épineux mais toujours enrichissant, de la parentalité.

Trois approches différentes pour parler « parents » et pas que...

## > D'OSONS LA PARENTALITÉ

En partenariat avec la Caisse d'Allocations familiales (CAF).

Chaque parent possède des compétences qui méritent d'être mises en avant et renforcées grâce à l'appui de spécialistes, afin qu'il puisse accompagner au mieux son enfant. La Maison des Part'Âges, en partenariat avec un réseau parentalité, met en place des actions en direction des parents afin de confirmer et/ou de consolider les compétences de chacun.

Sur le premier semestre, deux thématiques ont été abordées :

- Les difficultés d'apprentissages scolaire (DYS)
- Et à quel âge la question de munir son enfant d'un smartphone se pose ?

Pour le deuxième semestre, nous vous proposons deux rencontres sur la thématique :

- **Le rôle du père dans les nouvelles configurations familiales. Assumez ou osez parler de sa parentalité en tant que père !**

Le format que nous avons choisi pour aborder ce thème se fera lors d'un « Apéro des papas » Devenir papa ou être papa est une aventure extraordinaire, mais cela peut également soulever de nombreuses questions et incertitudes. Cet apéro est conçu pour vous offrir un espace de Part'Âge et d'apprentissage dans une ambiance détendue.

**Intervenantes :** Filiz SEVINC, Marie-Laure VILLERY, Virginie BABISE

**Public :** Les familles





## > LES TABLES RONDES

Lors de ces ateliers dispensés dans la convivialité et la bienveillance, Gabrielle Tensorer propose aux parents de découvrir des outils issus d'approches qui ont fait leurs preuves. Avec l'approche Gordon, vous découvrirez notamment des outils relationnels concrets, puissants et immédiatement activables pour apaiser les tensions, exprimer ses besoins, accompagner son enfant / ado, mieux gérer les conflits. Avec ces outils, vous expérimenterez des activités à transposer à la maison, pour poser un cadre, vivre de meilleures relations, développer l'autonomie de l'enfant et la coopération au sein de la famille.

- **Les clés de la coopération** : comment faciliter la participation des enfants/ados (à la vie de famille / au sein de la famille) ?
- **Faire respecter le cadre posé** : que faire quand mon enfant ne respecte pas le cadre posé ensemble ?
- **Co-éducation** : les clés pour éduquer sereinement (avec l'école, entre conjoints)
- **Faire de notre famille une fête** : comment cultiver la joie en famille ?

La Maison des Part'Âges organise deux rencontres "Bonus" de soutien à la parentalité, afin de favoriser les échanges et les discussions sur des thèmes qui vous interrogent, vous interpellent. Grâce à l'approche de la discipline positive, Gabrielle Tensorer vous accompagnera lors de ces deux sessions, permettant à chacun de s'enrichir d'idées et de solutions.



**Intervenantes** : Gabrielle TENSORER

**Public** : Les familles

## > ATELIER : « VOUS ÊTES ÉPUIÉS : LES CLÉS POUR UN QUOTIDIEN APAISÉ »

Vous vous sentez débordé ? Les journées s'enchaînent et vous avez l'impression de ne jamais avoir une minute pour souffler ? Cet atelier est là pour vous offrir un moment de répit et des solutions concrètes pour alléger votre quotidien.

Vous découvrirez les mécanismes qui pèsent sur votre organisation et votre mental, des outils simples et efficaces pour retrouver équilibre et sérénité, et des pistes d'action concrètes pour alléger votre charge au quotidien.

Animé dans une ambiance bienveillante et légère, cet atelier sera une véritable parenthèse dans votre rythme effréné.

**Intervenante** : Najet MESSADAA

**Public** : Adultes



# Seniors

Ensemble des dates en page 22

## > HAPPY VISIO

Avec notre partenaire *HappyVisio* et le PRIF (Prévention Retraite Ile-de-France).

Participez à des webconférences sur des thèmes variés (santé, bien être, numérique, vie pratique, culture générale, mémoire), n'hésitez pas !

Renseignement sur la thématique et inscription la semaine précédant l'atelier.

**Intervenant :** *HappyVisio* et un membre de l'équipe

**Public :** *Retraités ou seniors de 55 ans et plus*



## > ATELIER MÉMOIRE

Dans la majorité des cas, il s'agit seulement d'un manque d'attention ou de stimulation.

Des ateliers permettront de vous donner des outils afin de l'entretenir et de la renforcer.

Un bon nombre de personnes se plaignent de « trous de mémoire ». Ce n'est pas une fatalité !

**Intervenant :** *Association Delta7*

**Public :** *Retraités ou seniors de 55 ans et plus*

## > BIEN SUR INTERNET



En collaboration avec notre partenaire Delta 7 et avec le soutien du PRIF (Prévention Retraite Île-de-France) ainsi que ses financeurs de fonds, explorez l'outil informatique dans son ensemble. Vous étudierez les configurations et les choix disponibles, l'utilisation d'Internet, la gestion des applications, ainsi que les procédures en ligne. Votre présence à toutes les dates est indispensable, afin de garantir une acquisition et une compréhension solides.

**Intervenant :** *Association Delta7*

**Public :** *Retraités ou seniors de plus de 55 ans*



# Événements festifs

Ensemble des dates en page 22

## > MUSÉE DES AVELINES

Venez découvrir l'exposition « Le sabre et le pinceau » de Henri Regnault (1843-1871)

*Intervenant* : L'équipe de la Maison des Part'Âges

*Public* : Pour tous



## > CHÂTEAU DE DOURDAN

Découvrez le musée et le château de Dourdan et ses 800 ans d'histoire. De sa fin de construction en 1222 par Philippe-Auguste à son aménagement comme prison royale en 1672, jusqu'à sa vente à un propriétaire privé.

*Intervenant* : L'équipe de la Maison des Part'Âges

*Public* : Pour tous

## > PROVINS

Le temps d'un week-end, la cité médiévale de Provins redevient le théâtre de l'une des plus grandes fêtes médiévales.

Que vous soyez petit ou grand, vous aurez l'opportunité de vivre une authentique reconstitution historique des célèbres foires de Champagne. Troubadours, saltimbanques et amuseurs de foule vous feront vivre une expérience hors du temps !

*Intervenant* : L'équipe de la Maison des Part'Âges

*Public* : Pour tous



## > LE REPAS PART'ÂGÉ

Le repas Part'Âgé est un moment convivial pour se retrouver, partir à la découverte de l'autre et voyager à travers les traditions culinaires des Robinsonnais. L'après-repas sera ponctué d'animations diverses et variées.

*Intervenant* : L'équipe de la Maison des Part'Âges

*Public* : Pour tous

# Solidarité et citoyenneté

Ensemble des dates en page 22.



## > ATELIER SOCIOLINGUISTIQUE

Cet atelier s'adresse à toutes celles et tous ceux qui ne parlent pas français et qui souhaitent acquérir les bases de l'écrit et de l'oral. Les cours de français s'orientent en priorité sur l'alphabétisation, la socialisation, la citoyenneté et la culture. Des sorties de découverte de l'environnement proche et à visée culturelle seront proposées.

**Intervenantes :** Anne LE MEUR, Ghania NAOUI, Hédia FAVREAU

**Public :** Adultes



## > SENSIBILISATION AU SECTEUR ASSOCIATIF

Faire changer le regard de chacun ! Sensibiliser les Robinsonnais jeunes et moins jeunes aux enjeux sociaux et environnementaux, c'est la volonté de notre structure à travers des actions ponctuelles. À l'occasion de demi-journées dédiées à la solidarité, nous travaillons sur l'éveil ou le développement d'une conscience citoyenne auprès des jeunes.

**Intervenant :** Association Help Road

**Public :** Enfants et jeunes



# Développement durable

Ensemble des dates en page 22.

*La Ville, depuis plusieurs années, œuvre pour proposer une alternative en matière de développement durable pour tendre vers un avenir meilleur et plus sain pour tous. Nous devons aujourd'hui apprendre à appréhender les progrès économiques et sociaux sans mettre en péril l'équilibre naturel de la planète. Cette conscience est indispensable, notamment dans nos actions quotidiennes. Ainsi, la Maison des Part'Âges propose un certain nombre de dispositifs en partenariat avec d'autres services municipaux ou des associations.*



## > BRICOL'ÂGE CAFÉ

Luttons contre l'obsolescence programmée et sauvons les objets ou vêtements qui nous sont chers. La Ville, depuis longtemps, s'est engagée dans le développement durable et la Maison des Part'Âges cherche à impulser un « mieux vivre ensemble », plus solidaire, plus écologique. Ainsi, à travers cette action, nous facilitons les échanges de savoirs utiles, toujours dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

**Intervenants :** *les bénévoles de la Maison des Part'âges, en partenariat avec Écolocataires (UNLI) et l'association Le Plessis-Robinson à vélo.*

**Public :** *Pour tous les Robinsonnais*

## > INITIATION BRICOL'ÂGE ÉLECTRICITÉ ET LA PLOMBERIE

Avez-vous déjà ressenti ce sentiment de désarroi lorsque vous faites face à des problèmes de réparation ou de dysfonctionnement dans votre habitation ?

Pas de panique ! Rejoignez-nous lors de ces ateliers pour apprendre à résoudre quelques défis techniques de la vie quotidienne.

**Intervenant :** *Jean-Paul CANTE en électricité et Joël COULOMBEL en plomberie*

**Public :** *Adulte*

## LES BOUCHONS SOLIDAIRES

Vous pouvez déposer vos bouchons en plastique toute l'année à la Maison des Part'Âges. Jean-Marc se fera un plaisir de les récupérer pour une nouvelle vie.

# Ateliers bien-être

Ensemble des dates en page 22.

## > LES LUNDIS « RANDO »

Qu'il pleuve, qu'il neige, qu'il vente, la balade urbaine et la randonnée en pleine nature sont de bonnes manières de se détendre. Chacun pourra lacer ses chaussures (adaptées et confortables de préférence) et pratiquer cette activité physique en compagnie de personnes partageant les mêmes envies : le plaisir de la marche et de la rencontre. Un bol d'air pour marcheurs débutants ou confirmés.

**Durée :** 2h à 3h selon les semaines

**Intervenante :** Patricia LAROCHE

**Public :** Adultes

Le lieu de départ vous sera confirmé à l'accueil. Se vêtir en fonction du temps, prévoir de l'eau, une collation et un ticket de bus.



## > REÏKI

Le reiki est une méthode de soin japonaise appartenant à l'approche énergétique. Lors d'une séance individuelle, cette pratique ancestrale japonaise vous permettra de libérer vos blocages énergétiques grâce au savoir-faire de notre bénévole.

**Intervenante :** Peggy HARDOROCK

**Public :** Adultes

## > SOPHROLOGIE - MÉDITATION

### ADULTE

Relaxation, bien être, atteinte de ses objectifs personnels, scolaires ou professionnels... Grâce à des techniques de respiration, de détente (physique et mentale) et de visualisations positives, ces ateliers vous guideront pas à pas vers la meilleure version de vous-même. En petit groupe et dans un cadre bienveillant, apprenez à être à l'écoute de votre corps et de vos émotions. Découvrez comment les apprivoiser grâce à des méthodes simples et facilement réalisables dans votre quotidien. Vivre le moment présent, dire au revoir au stress et retrouver son calme intérieur, c'est possible !



### LA MENSUELLE MÉDITATION

Votre planning est chargé mais vous aimeriez vous accorder un moment de bien-être. Alors la mensuelle découverte est le format qu'il vous faut ! Des rendez-vous ponctuels, une fois par mois, pour vous initier en douceur.

**Public :** Adulte

# Ateliers bien-être

Ensemble des dates en page 22.

## > SOPHROLOGIE

### LE STAGE 3

Dix rendez-vous pour apprendre des techniques de respiration et de détente pour vous guider pas à pas afin de retrouver son calme intérieur.

**Intervenante :** Céline ANTONI

**Public :** Adultes



## > INITIATION GYM DOUCE

Elle vous permettra de vous entraîner sans réclamer à votre corps un effort violent. Cette pratique douce améliore le rythme cardiaque, la souplesse, le tonus musculaire. Elle permet aussi de se détendre.

**Intervenante :** Duménise VICTORIN CLITANDRE

**Public :** Adulte

## > INITIATION HATHA YOGA

Le hatha yoga, pratique physique tout en disciplinant son esprit », combinant des postures et des techniques de respiration. Le corps et l'esprit étant en parfait accord (ou presque), c'est le moment idéal pour faire quelques minutes de méditation. Pour une sensation de bien-être totale.

**Intervenante :** Patricia GARREL

**Public :** Adulte



# Informatique

Ensemble des dates en page 22.

## > UNE QUESTION = UNE RÉPONSE

Vous êtes bloqué dans la manipulation de votre ordinateur ou d'Internet ? Nos bénévoles peuvent vous aider. Attention : ce n'est pas du dépannage de votre matériel personnel mais un accompagnement numérique individuel et ponctuel pour vous permettre de débloquer une situation ou de vous perfectionner dans l'usage de base de l'outil informatique.

**Intervenants :** Jean-Louis ANDLAUER, Jérôme VALENTIN, Philippe VARIN, Emmanuel DELESPINE

**Public :** Pour tous. Inscription obligatoire à l'accueil

## > INITIATION À L'INFORMATIQUE

### « MES PREMIERS CLICS »

Notre vie se simplifie et s'enrichit à l'heure du numérique. Quelles conséquences pour vous ? Nous proposons pour les débutants une initiation aux bases de l'informatique. Cet atelier vous permettra de vous familiariser avec l'outil pour votre utilisation quotidienne et d'adopter les bons réflexes quant à la navigation sur Internet.

**Intervenants :** Jean-Louis ANDLAUER, Gilles RATINEAU, Jeanne GWETH, Philippe VARIN

**Public :** Pour tous



## > DÉBUTANTS AVANCÉS « MES SECONDS CLICS »

Destiné aux usagers ayant déjà commencé à apprivoiser l'outil informatique et son environnement, mais qui ne se sentent pas encore suffisamment à l'aise. Dans cet atelier, vous gagnerez en assurance en perfectionnant vos connaissances. Les bases de l'informatique n'auront plus de secret pour vous ! (par exemple, l'envoi de courriel avec pièce jointe, la création de dossier, le rangement de vos photos et documents mais encore l'utilisation plus poussée de votre navigateur Internet).



**Intervenants :** Jean-Louis ANDLAUER, Gilles RATINEAU, Philippe VARIN.

**Public :** Pour tous

# Convivialité

Ensemble des dates en page 22.

## > LES LUNDIS « JEUX »

Venez tous les lundis profiter d'un temps ludique et convivial réservé aux adultes. Dominique, Marcelle et Florence vous proposent des jeux de cartes et de société classiques (Scrabble, Tarot, Belote, Rummikub...) mais aussi des nouveautés (Skyjo, Times up, etc.).

Inscrivez-vous à l'accueil de la Maison des Part'Âgés.

**Intervenantes :** Dominique TANÉSIE, Marcelle PUGA, Florence SCHMIT

**Public :** Pour tous



## > LES JEUDIS « TRICO'THÉ »

Tout, tout, tout, vous saurez tout sur le tricot ! Seul, en famille ou avec des amis, initiez-vous au jeu des aiguilles dans un cadre convivial. Tous niveaux. Attention, le matériel n'est pas fourni.

**Intervenantes :** Dominique TANÉSIE, Marcelle PUGA

**Public :** Pour tous



## > LES GOÛTERS MUSICAUX PART'ÂGÉS

Devenez, durant 2 heures, l'animateur du jour : préparer une liste de musique, avec un membre de l'équipe, si vous le souhaitez, pour faire de ce moment un instant « rigolo ». C'est l'occasion aussi, de goûter vos délicieuses pâtisseries et de partager vos secrets de fabrication.

**Intervenants :** Édith LECOQ

**Public :** Pour tous



# Ateliers créatifs

Ensemble des dates en page 22.

## > COUTURE

Pour les adultes, mais aussi les enfants/adolescents. Lors de cet atelier, nos couturières, Renée et Martine vous accompagnent dans la réalisation de vos projets : vêtements, accessoires... Pour y participer, vous devez apporter votre nécessaire de couture (patrons, matériels et tissus...). Une utilisation bienveillante, responsable et partagée, vous permettra de bénéficier de nos machines à coudre.

Inscription à l'accueil en début de période, selon les places disponibles.

**Intervenantes :** Renée NUSSBAUM, Martine TURMEAU

**Public :** Adulte, ou jeunes à partir de 10 ans



Nouveau



## > COUTURE : UNE QUESTION = UNE RÉPONSE

Vous ne savez pas réparer une fermeture éclair, coudre un bouton ou encore réparer un trou dans votre vêtement...

Gisèle peut vous guider. Attention : elle ne fera pas à votre place, mais vous accompagnera et vous apprendra à le faire vous-même.

Inscription à l'accueil selon les places disponibles.

**Intervenantes :** Gisèle POSTIC

**Public :** Adulte

## > BRODERIE DIAMANTS

Un atelier créatif durant lequel vous pourrez oublier vos tracas du quotidien en vous concentrant sur l'instant présent ! En famille, seul ou entre amis, venez réaliser de jolies œuvres d'art à partir de strass appelés « diamants » que vous collerez sur une toile préimprimée de jolis motifs. Il y en a vraiment pour tous les goûts ! Paysages, animaux et bien d'autres encore. Le résultat final est un superbe tableau que l'on peut encadrer et qui scintille à la lumière. Pour participer, vous devez apporter votre matériel afin de partager ce moment créatif dans la convivialité. Pour vous initier, la première toile vous est offerte.

Un atelier créatif durant lequel vous pourrez oublier vos tracas du quotidien en vous concentrant sur l'instant présent ! En famille, seul ou entre amis, venez réaliser de jolies œuvres d'art à partir de strass appelés « diamants » que vous collerez sur une toile préimprimée de jolis motifs. Il y en a vraiment pour tous les goûts ! Paysages, animaux et bien d'autres encore. Le résultat final est un superbe tableau que l'on peut encadrer et qui scintille à la lumière. Pour participer, vous devez apporter votre matériel afin de partager ce moment créatif dans la convivialité. Pour vous initier, la première toile vous est offerte.

**Intervenante :** Magali MARQUEZ

**Public :** Pour tous



# Ateliers créatifs

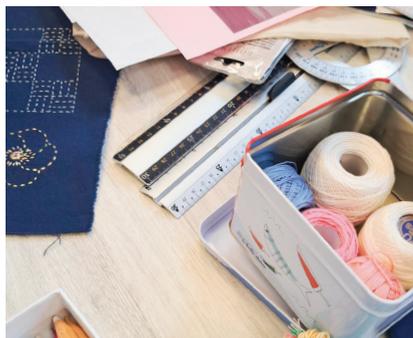
Ensemble des dates en page 22.

## > SASHIKO : BRODERIE JAPONAISE

Le sashiko est une technique de broderie qui associe des petits points réguliers et des motifs géométriques. Il marie traditionnellement un fil blanc et une toile indigo pour de très jolis effets graphiques. Vous pourrez personnaliser une toile ou un vêtement lors de cet atelier.

**Intervenante :** Patricia LAROCHE

**Public :** Pour tous



## > INITIATION ARTS PLASTIQUES/ ÉCRITURE

Une fois par mois, accordez-vous un moment pendant lequel vous pourrez laisser libre cours à votre créativité ! Que vous ayez l'âme d'un artiste ou bien celle d'un poète (ou peut-être les deux ?), essayez-vous en toute simplicité à la peinture, aux collages, au dessin ou encore aux jeux des mots et des rimes. Un tableau habillé de poésie, c'est possible ! Osez ! Bienveillance, convivialité, rêves et fantaisie seront de mise lors de cet atelier.

**Intervenante :** Doris PATOU

**Public :** Pour tous

## > INITIATION À LA PEINTURE SUR TOILE

Pas besoin d'être Picasso ou Van Gogh pour s'inscrire ! Développer votre pratique artistique et laisser votre créativité s'exprimer lors de ces moments de rencontres et d'échanges. Pour participer, vous devez apporter votre matériel afin de partager ce moment créatif.

**Intervenante :** Emmanuelle BARRAULT

**Public :** Pour tous



## > CONFECTION DE BIJOUX

Libérez votre potentiel artistique en participant aux différents ateliers. Découvrez une variété de techniques de création incluant les perles, la pâte FIMO et la résine, afin de fabriquer des objets décoratifs pour votre parure personnelle, comme des broches, des boucles d'oreilles, des colliers, des pendentifs et des bracelets.

**Intervenante :** Marie-France COULOMBEL

**Public :** Pour tous

## Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2024-2025

### Jeunes 2.0

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<input type="checkbox"/> Atelier « D'Marque Toi » De 14h à 16h. 12 places		* 14, * 15 * 16, * 17 * 18			
<input type="checkbox"/> Accompagnement scolaire Révision/Brevet des collèves Pendant les vacances de printemps		* 14, * 15 * 16, * 17 * 18			
Atelier création de jeux vidéo 2 <sup>ème</sup> partie De 14h à 16h. 3 € l'atelier			<input type="checkbox"/> 24		
Accompagnement scolaire Révision/Brevet des collèves Pour les enfants de la réussite éducative				* 16, * 17 * 18, * 19 * 20, * 21 * 22, * 23 * 24	
Préparation au concours « À toi la Parole » Avec « Graine d'Orateur »				* Date à venir	
Concours « À toi la Parole » De 14h à 17h30				<input type="checkbox"/> 18	
Sensibilisation au secteur associatif Avec l'association <i>Help Road</i> Samedi de 13h30 à 17h. Gratuit		<input type="checkbox"/> 12			
Bowling Inscription auprès des référents de l'accompagnement scolaire (offert) De 17h30 à 20h30				<input type="checkbox"/> 11	
Football Inscription auprès des référents de l'accompagnement scolaire				<input type="checkbox"/> 25	

### Parlons-en !

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<b>D'OSONS LA PARENTALITÉ</b> Les Jeudis de 18h30 à 20h30. <b>10 places par atelier.</b> Renseignement et inscription à l'accueil.					
<b>Ateliers pratiques</b> Le rôle du père dans les nouvelles configurations familiales. Assumer ou Oser parler de sa parentalité en tant que père ! À la Maison Des Part'Âges.				<input type="checkbox"/> 12 <input type="checkbox"/> 16	

## Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2024-2025

### Parlons-en ! (suite)

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<b>ATELIERS DE SOUTIEN À LA PARENTALITÉ</b> Avec Gabrielle TENSORER Les lundis de 18h45 à 20h30. <b>10 places par atelier.</b> Renseignement et inscription à l'accueil.					
<b>Les clés de la coopération :</b> comment faciliter la participation des enfants/ados (à la vie de famille / au sein de la famille)	<input type="checkbox"/> 10				
<b>Faire respecter le cadre posé :</b> que faire quand mon enfant ne respecte pas le cadre posé ensemble ?		<input type="checkbox"/> 28			
<b>Co-éducation :</b> les clés pour éduquer sereinement (avec l'école, entre conjoints)			<input type="checkbox"/> 12		
<b>Faire de notre famille une fête :</b> comment cultiver la joie en famille				<input type="checkbox"/> 16	
<b>"Bonus"</b> Recherche de solutions	<input type="checkbox"/> 24			<input type="checkbox"/> 23	
<b>Vous êtes épuisés : les clés pour un quotidien apaisé »</b> Avec Najet MESSADAA Lundis de 18h45 à 20h45	<input type="checkbox"/> 17				

### Evènements festifs

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<b>Musée des Avelines</b> Exposition « Le sabre et le pinceau » de Henri Regnault (1843-1871) Vendredis de 13h à 17h 2 € par personne Inscription à l'accueil 8 places par date		<input type="checkbox"/> 18 <input type="checkbox"/> 25			
<b>Château de DOURDAN</b> 5 € par personne Samedi de 8h45 à 19h 48 places	<input type="checkbox"/> 29				
<b>Provins</b> 5 € par personne Samedi de 9h à 19h. 48 places				<input type="checkbox"/> 14	

## Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2024-2025

### Seniors

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<input type="checkbox"/> <b>Atelier Mémoire</b> Les lundis de 10h à 12h avec <i>Delta 7</i> . Offert par <i>Delta 7</i> Ces ateliers permettront de vous donner des outils afin de l'entretenir et de la renforcer. Renseignement et inscription à l'accueil. 10 à 15 places	<input type="checkbox"/> 17, <input type="checkbox"/> 24 <input type="checkbox"/> 31	<input type="checkbox"/> 7, <input type="checkbox"/> 14, <input type="checkbox"/> 28	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 12 <input type="checkbox"/> 19 <input type="checkbox"/> 26		
<b>HappyVisio - Webconférences</b> Les mardis de 11h à 12h Offert par <i>HappyVisio</i> et la conférence des financeurs. Renseignement et Inscription à l'accueil 15 places.	<input type="checkbox"/> 11	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 13	<input type="checkbox"/> 10	
<input type="checkbox"/> <b>Bien sur internet</b> Les lundis de 10h à 12h et les vendredis de 14h à 16h avec <i>Delta 7</i> . Votre présence à toutes les dates est indispensable, afin de garantir une acquisition et une compréhension solides. Renseignement et inscription à l'accueil. 8 à 12 places				*2, * 6 *13, * 16 * 20, * 23, * 27, * 30	*4, * 7

### Solidarité et Citoyenneté

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<b>ATELIER SOCIOLINGUISTIQUE</b>					
Avec Anne LE MEUR, Ghania NAOUI et Hédia FAVREAU 10 € l'année 2024/2025					
<input type="checkbox"/> Les lundis de 19h à 20h Hors vacances scolaires	* 3, * 10, * 17, * 24, * 31	* 7, * 28	* 5, * 12, * 19, * 26	* 2, * 16 * 23, * 30	
<input type="checkbox"/> Les mardis de 18h45 à 20h30 Hors vacances scolaires	* 4, * 11 * 18, * 25	* 1, * 8 * 29	* 6, * 13, * 20, * 27	*3, *10 *17, *24	
<input type="checkbox"/> Les samedis de 10h à 12h Hors vacances scolaires	* 8, * 15*, * 22, * 29	* 5, * 12	* 3, * 10, * 17, * 24	*7, *14 *21, *28	
<b>Sensibilisation au secteur associatif</b> Les samedis de 13H30 à 17h, avec l'association <i>Help Road</i> . Offert par l'association <i>Help Road</i> .		<input type="checkbox"/> 12			

# Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2024-2025

## Développement durable

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<b>BRICOL'ÂGE CAFÉ :</b> Les samedis de 10h à 13h30. Offert par la Ville et les bénévoles.	<input type="checkbox"/> 15		<input type="checkbox"/> 24		
<b>ATELIERS BRICOL'ÂGES</b> Initiation à l'Électricité. 12 places par atelier. 2€ l'atelier					
<b>Bases théoriques Prises et interrupteurs</b> Mardi ..... Samedi ..... Inscription obligatoire à l'accueil une semaine avant			<input type="checkbox"/> 3 mai 16h30-18h30 <input type="checkbox"/> 20 mai 10h-12h		
<b>Éclairage montage/démontage et réparation</b> (lampe de chevet, plafonnier etc..) Mardi ..... Samedi ..... Inscription obligatoire à l'accueil				<input type="checkbox"/> 17 juin 16h30-18h30 <input type="checkbox"/> 28 juin 10h-12h	
<b>Tableau électrique</b> (présentation et usage) Mardi ..... Inscription obligatoire à l'accueil					<input type="checkbox"/> 1 juillet 10h à 12h
Initiation à la plomberie. 12 places par atelier. 2€ l'atelier					
<b>Bons gestes et entretien robinet de lavabo et évier, ballon d'eau chaude</b> Mardi ..... Samedi .....		<input type="checkbox"/> 22 mars 16h30-18h30 <input type="checkbox"/> 1 avril 10h à 12h			
<b>Chasse d'eau dans tous ses états !</b> Mardi ..... Samedi .....			<input type="checkbox"/> 3 mai 16h30-18h30 <input type="checkbox"/> 3 juin 10h à 12h		
<b>Nettoyage entretien et raccordement</b> Machine à laver, lave-vaisselle, évier Mardi .....					<input type="checkbox"/> 15 juillet 10h à 12h

## Adhésion de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2024-2025

### Ateliers bien-être

	MARS	ARIL	MAI	JUIN	JUILLET
<b>Les lundis « rando »</b> De 15h à 18h, 2 € la séance. Inscription obligatoire à l'accueil une semaine avant. 15 places par randonnée	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 7
<b>Reïki</b> Les amedis après-midi. Séance individuelle de 45 mn 5 € la séance. Sur rdv, inscription à l'accueil.	* 22 <input type="checkbox"/> 14h <input type="checkbox"/> 14h45 <input type="checkbox"/> 15h30	* 5 <input type="checkbox"/> 14h <input type="checkbox"/> 14h45 <input type="checkbox"/> 15h30	* 17 <input type="checkbox"/> 10h <input type="checkbox"/> 10h45 <input type="checkbox"/> 11h30	* 14 <input type="checkbox"/> 14h <input type="checkbox"/> 14h45 <input type="checkbox"/> 15h30	
<b>Méditation : la mensuelle découverte</b> Les lundis de 19h à 20h. 5 € la séance. Inscription à l'accueil, une semaine avant.	* 3	* 7	* 5	* 2	
<b>Stages 3</b> De 19h à 20h. 50 € le stage - Inscription une semaine avant le début du stage à l'accueil 14 places		<input type="checkbox"/> 1, <input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 29	<input type="checkbox"/> 6, <input type="checkbox"/> 13, <input type="checkbox"/> 20, <input type="checkbox"/> 27	<input type="checkbox"/> 3, <input type="checkbox"/> 10, <input type="checkbox"/> 17	
<b>Initiation Gym Douce</b> Public Adultes : 16h30-18h 5 € la séance - Inscription à l'accueil une semaine avant. 6 places	<input type="checkbox"/> 15	<input type="checkbox"/> 12 à 15h	<input type="checkbox"/> 10	<input type="checkbox"/> 28	
<b>Initiation Hatha Yoga</b> Public Adultes : 16h30-18h 5 € la séance - Inscription à l'accueil une semaine avant. 6 places	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 17	<input type="checkbox"/> 14	

### Informatique

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<b>1 QUESTION = 1 REPONSE</b>					
<b>Déblocages et explications (pas de dépannage)</b> Les mardis soirs et samedis matins sur rendez-vous. Inscription à l'accueil. 1 <sup>ère</sup> séance offerte par la Ville et les bénévoles, puis 2 €/séance.	<input type="checkbox"/> 4, <input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 11, <input type="checkbox"/> 15 <input type="checkbox"/> 18, <input type="checkbox"/> 22 <input type="checkbox"/> 25, <input type="checkbox"/> 29	<input type="checkbox"/> 1, <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 8, <input type="checkbox"/> 29	<input type="checkbox"/> 3, <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 10, <input type="checkbox"/> 13 <input type="checkbox"/> 17, <input type="checkbox"/> 20 <input type="checkbox"/> 24, <input type="checkbox"/> 27	<input type="checkbox"/> 3, <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 10, <input type="checkbox"/> 14 <input type="checkbox"/> 17, <input type="checkbox"/> 24 <input type="checkbox"/> 28	

## Adhésion de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2024-2025

### Informatique (suite)

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<b>MES PREMIERS CLICS</b> 30 € pour l'ensemble des dates. 5 places par groupe					
<input type="checkbox"/> Les lundis de 14h à 16h (hors vacances scolaires).	* 7, * 10 * 17, * 24 * 31	* 7 * 28	* 5, * 12 * 19, * 26	* 2, * 16 * 23, * 30	
<input type="checkbox"/> Les mardis de 9h30 à 11h30 (hors vacances scolaires).	* 4, * 11 * 18, * 25	* 1 <sup>er</sup> , * 8 * 29	* 6, * 13 * 20, * 27	* 3, * 10 * 17, * 24	
<input type="checkbox"/> Les mardis de 14h à 16h (hors vacances scolaires).	* 4, * 11 * 18, * 25	* 1 <sup>er</sup> , * 8 * 29	* 6, * 13 * 20, * 27	* 3, * 10 * 17, * 24	
<b>MES SECONDS CLICS</b> 30 € pour l'ensemble des dates.					
<input type="checkbox"/> Les mardis de 18h30 à 20h (hors vacances scolaires).	* 4, * 11 * 18, * 25	* 1 <sup>er</sup> , * 8 * 29	* 6, * 13 * 20, * 27	* 3, * 10 * 17, * 24	
<input type="checkbox"/> Les jeudis de 9h30 à 11h30 (hors vacances scolaires).	* 6, * 13 * 20, * 27	* 3, * 10	* 15, * 22	* 5, * 12 * 19, * 26	* 3

### Convivialité

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
20 places par atelier					
<input type="checkbox"/> <b>Les lundis « jeux »</b> De 14h à 16h Offert par la Ville et les bénévoles Inscription à l'accueil	* 3, * 7 * 10, * 17 * 24, * 31	* 7 * 28	* 5, * 12 * 19, * 26	* 2, * 16 * 23, * 30	* 7, * 21 * 28
<input type="checkbox"/> <b>Les jeudis « trico'thé »</b> De 14h à 16h. Offert par la ville et les bénévoles Inscription à l'accueil.	* 6, * 13 * 20, * 27	* 3, * 10	* 15, * 22	* 5, * 12 * 19, * 26	* 3, * 10 * 17, * 24, * 31
<b>Les goûters musicaux partagés</b> De 14h à 17h Les mercredis après-midi durant les vacances scolaires		<input type="checkbox"/> 14			
<b>CUISINE PART'ÂGÉ</b> De 9h30 à 13h30. 5 € l'atelier. 8 places					
<b>Farandoles de courgettes</b>	<input type="checkbox"/> 19				
<b>Apéritif dinatoire</b> (vacances scolaires)		<input type="checkbox"/> 16			
<b>Cuisine du monde</b>			<input type="checkbox"/> 21		
<b>Batch cooking</b>			<input type="checkbox"/> 18		

# Adhésion de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2024-2025

## Ateliers Créatifs

	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
<b>COUTURE ENFANT/ADOLESCENT</b>					
40€ pour l'ensemble des dates. Inscription à l'accueil en début de période.					
Les samedis de 14h à 16h.	* 8, * 15 * 22	* 5	* 17 * 24	* 7, * 14, * 21 ??	
<b>COUTURE ADULTE</b>					
40€ pour l'ensemble des dates. Inscription à l'accueil en début de période. 5 places					
<input type="checkbox"/> Les lundis de 9h à 12h30.	* 3, * 17 * 31	* 7	* 5, * 19	* 2 * 23	
<input type="checkbox"/> Les lundis de 18h15 à 20h30.	* 3, * 10 * 17, * 24, * 31	* 7, * 28	* 5, * 12 * 19, * 26	* 2, * 16 * 23, * 30	
<input type="checkbox"/> Les mercredis de 9h à 12h30 groupe 2	* 5, * 19	* 2, * 30	* 14 * 28	* 11 * 25	* 2
<input type="checkbox"/> Les mercredis de 9h à 12h30 groupe 1	* 12, * 26	* 9	* 7, * 21	* 4, * 18	* 2
<input type="checkbox"/> Les vendredis de 13h30 à 16h.	* 7, * 14 * 21, * 28	* 4	* 16 * 23	* 6, * 13, * 20, * 27	* 4
<b>COUTURE ADULTE</b>					
20€ pour l'ensemble des dates. Inscription à l'accueil en début de période					
<input type="checkbox"/> <b>Couture : une question = une réponse</b>					
Les mardis de 14h à 16h sur rendez-vous. 5 € pour la séance.					
<input type="checkbox"/> <b>Broderie diamants</b> Les samedis de 14h à 16h 2 € l'année 2024/2025. 12 places	* 8 * 22	* 5	* 3 * 17	* 14 * 28	
<input type="checkbox"/> <b>Sashiko : broderie japonaise</b> Les mercredis de 15h30 à 17h30 2 € l'année 2024/2025. Inscription à l'accueil. 8 places		* 16 * 23			* 9 * 16
<input type="checkbox"/> <b>Sashiko : broderie japonaise</b> Les samedis de 10h à 12h, hors vacances scolaires. 8 places				* 21 * 28	
<input type="checkbox"/> <b>Initiation arts plastiques / écriture</b> Les samedis de 14h à 16h. 5 € l'année 2024/2025. 5 places	* 15		* 10	* 7	
<input type="checkbox"/> <b>Initiation à la peinture sur toile</b> Les samedis de 14h à 16h. 5 € l'année 2024/2025. 12 places	* 15		* 10	* 7	
<input type="checkbox"/> <b>Confection de bijoux</b> Les deuxièmes mardis de chaque mois 9h30 à 11h 5 €. 12 places	<input type="checkbox"/> 11	<input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 22 14h à 16h	<input type="checkbox"/> 13	<input type="checkbox"/> 10	



## Renseignements pratiques

### Devenir bénévole à la Maison des Part'Âges

Vous souhaitez vous engager dans des actions en direction d'autrui en dehors de votre temps professionnel et familial ?  
La Maison Des Part'Âges recherche des bénévoles passionnés par le développement durable et l'écologie et souhaitant transmettre leur passion mais pas que !

### Une équipe à votre service

**Sophie Bouhouch-Carceller** Responsable  
**Marie-Laure Villery** Référente famille  
**Charlotte Wawrzyniak** Animatrice  
socioculturelle adulte  
**Fatiha Legal** Référente scolaire  
**Filiz Sevinc** Psychologue

**Grégory Franusic** animateur enfance/  
jeunesse, référent éducatif  
**Virginie Babise** Animatrice du réseau  
partenarial

### Les tarifs

Une adhésion individuelle de 10 € est obligatoire qui au-delà du 3<sup>ème</sup> membre, enclenche la gratuité pour le 4<sup>ème</sup> membre de la famille. Cette adhésion offre la possibilité, tout au long de l'année de s'inscrire à des activités proposées par la Maison Des Part'Âges à des tarifs définis dans son programme, la commune prenant en charge 50% du coût moyen des activités proposées.

**Le dossier doit être rempli et complet.** Les documents obligatoires sont les photocopies d'un :

- Justificatif d'identité.
- Justificatif de domicile de moins de 3 mois, attestation d'hébergement.
- Livret de famille ou la copie d'un acte de naissance pour les enfants.

La date de dépôt du dossier faisant foi.

**Pour le règlement des activités**, vous recevrez une facture par voie postale à payer à l'espace famille au Centre Administratif Communal.

**Attention** Toutes inscriptions seront facturées en cas d'annulation de dernière minute sauf sur présentation d'un justificatif couvrant les dates des ateliers ou sur demande d'annulation 3 jours avant la date de l'atelier ou de la sortie effectif.

### Horaires d'ouverture

Lundi / Mardi / Jeudi :

9h - 12h / 13h30 - 18h30

Mercredi : 9h - 12h / 14h - 18h30

Vendredi : 14h - 18h30

Samedi : 10h - 12h et 14h - 18h

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés.  
Pendant les vacances,  
la structure ferme à 17h30.

### Contact

Maison des Part'Âges  
Louis-Girerd

8 ter, avenue Léon-Blum  
92350 Le Plessis-Robinson

☎ 01 46 01 51 74

mdp@plessis-robinson.com

