



Septembre 2025 à février 2026

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

Le mot du maire



UN LIEU DE VIE

Plus qu'un lieu d'activités, la Maison des Part'Âges est un espace de vie, d'écoute et de lien social, au cœur de notre Ville. Elle incarne cette volonté qui nous est chère : faire du Plessis-Robinson une ville solidaire, où chacun trouve sa place, quels que soit son âge, son parcours ou ses besoins.

Au fil des saisons, cette maison continue de tisser des ponts entre les générations, d'encourager les rencontres, de stimuler les initiatives collectives. Ce nouveau programme en est une nouvelle démonstration : ateliers créatifs, sorties culturelles, projets citoyens, accompagnement à la parentalité, temps festifs... Autant d'occasions de partager, apprendre, transmettre, dans un esprit de bienveillance et de convivialité.

Je tiens à saluer le travail des équipes et des nombreux bénévoles engagés, qui font vivre au quotidien cette belle maison et les valeurs qu'elle porte. À toutes et à tous, je vous souhaite une saison riche de rencontres et de projets enthousiasmants.

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'P. Pemezec', written in a cursive style.

Philippe Pemezec
Maire du Plessis-Robinson

Sommaire

Les permanences		Jeunes 2.0	p. 7
d'accès aux droits	p. 3	Parlons-en !	p. 9
Les services	p. 4	Seniors	p. 11
L'accueil	p. 4	Événements festifs	p. 12
Un accompagnement social	p. 4	Solidarité et citoyenneté	p. 13
La réussite éducative	p. 5	Développement durable	p. 14
Les initiatives des parents	p. 6	Bien-être	p. 16
		Informatique	p. 18
		Convivialité	p. 20
		Ateliers créatifs	p. 22

Centre social municipal, La Maison des Part'Âges



> 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.

G.E.R.M.A.E

Accueil destiné à des hommes et des femmes ayant peu ou pas été scolarisés durant leur enfance, ou ayant suivi une scolarité sans maîtriser le français. L'objectif est de leur fournir les compétences linguistiques nécessaires pour mieux comprendre et utiliser la langue française, à l'oral comme à l'écrit.

Le lundi de 9h à 12h

Le mardi de 9h à 12h

Le vendredi de 9h30 à 12h30

Responsable local : Catherine Dubruc

Sur rendez-vous 06 24 26 48 71

catherine.dubruc@gmail.com

LUNDI

Conciliateur de justice

Le conciliateur de justice permet de résoudre un litige à l'amiable, rapidement et gratuitement, afin d'éviter une procédure. La démarche est obligatoire pour les conflits civils de moins de 5000 €. Elle concerne notamment les litiges de voisinage, de consommation, de logement ou d'impayés. En cas d'accord, celui-ci peut être homologué par un juge.

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 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, gardes 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 9h à 12h 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^e et 4^e 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

La Maison des Part'Âges

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 et organisme de crédit.

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

JEUDI

CRAMIF

Une permanence d'une assistante sociale spécialisée en assurance maladie.

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

> LES SERVICES

- L'accueil généraliste.
- L'accompagnement social.
- La réussite éducative dont :
 - Le soutien à la parentalité ;
 - L'accompagnement à la scolarité ;
 - Les actions de remobilisation, estime de soi, etc.

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

> L'ACCUEIL

L'accueil constitue le point initial entre les habitants et les professionnels de la structure. Il s'agit d'un espace privilégié permettant :

- De recueillir les attentes des habitants ;
- D'écouter leurs demandes, leurs initiatives ;
- De les orienter et les accompagner ;
- De les informer sur les activités de la Maison des Part'Âges et de la Ville.

> UN ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

- Une aide aux démarches administratives, un accompagnement individualisé et une orientation personnalisée vers des professionnels adaptés du lundi au vendredi.

- Un accès gratuit, du lundi au samedi et 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.

INDIVIDUEL

Des permanences d'écoute et d'orientation psychologique sont à votre disposition les mercredis et les vendredis sur rendez-vous.

NOUVEAU COLLECTIF

« DÉCLIC » : démarches administratives dématérialisées.

Vous désirez acquérir une autonomie et un savoir-faire dans vos démarches administratives en ligne (CAF, ANTS etc) ?

Un niveau minimum est requis. Des ateliers thématiques sont proposés le 1^{er} mercredi de chaque mois de 10h à 12h sur inscription auprès de la chargée d'accueil. Cet atelier est animé par la référente numérique ainsi que Emmanuel Delespine bénévole au centre social.

> LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE

EN DIRECTION DES PARENTS

Le soutien à la parentalité

- Il s'agit d'un soutien psychologique face aux difficultés rencontrées dans la fonction parentale. Des entretiens individuels (adultes, adolescents, enfants) et familiaux sont proposés.

- Des tables rondes « D'osons la parentalité » sont également organisées pour permettre aux familles d'échanger, dans un cadre chaleureux et bienveillant sur des thématiques du quotidien, de l'orientation et des difficultés scolaires.

EN DIRECTION DES ENFANTS ET DES JEUNES

Baby-Gym pour les enfants de 4/5 ans



Cet atelier « Baby-gym » consiste en un apprentissage en douceur visant à stimuler l'éveil social et moteur des tout-petits.

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 troisième**, 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, ce qui permet un accompagnement individualisé, adapté à leurs besoins et aux difficultés qu'ils rencontrent. Ils bénéficient de l'encadrement d'une équipe pluridisciplinaire composée d'un référent scolaire, d'un référent éducatif, d'étudiants et de bénévoles. Les séances ont lieu pendant les périodes scolaires, du lundi au samedi, en fonction des emplois du temps des jeunes et des disponibilités des encadrants.



Les actions de remobilisation et de renforcement des aptitudes scolaires

- 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 !

- Tout au long de l'année des actions sont proposées pour développer et consolider les apprentissages en vue de les préparer aux divers contrôles et examens.

Par ailleurs, l'équipe d'encadrement peut proposer des activités complémentaires telles que des ateliers scientifiques, culturels, créatifs et même de la sophrologie. Dans le cadre des semaines consacrées à la santé mentale, des ateliers sur la gestion du temps et sur la manière d'entrer en relation avec autrui seront proposés aux élèves du lycée Montesquieu.

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

Le centre social est un lieu ouvert à tous, favorisant la mixité sociale et intergénérationnelle. Il propose des activités dans des domaines variés (convivialité, bien-être, Informatique, solidarité citoyenneté) et des ateliers créatifs animés la plupart du temps par des bénévoles engagés dans leurs domaines.

Vous l'avez compris, notre programme d'activités, élaboré en concertation avec les bénévoles, les professionnels et les usagers, permet aux habitants du Plessis-Robinson de participer à des moments de découverte et de cohésion sociale.

Le programme est disponible à la Maison des Part'Âges, au Centre Administratif Municipal, et en ligne sur www.plessis-robinson.com.

Envie de vous investir ?

Que vous ayez une heure par semaine ou plus à offrir, votre engagement est précieux. Les bénévoles viennent de tous horizons : retraités, étudiants, parents, actifs, jeunes... Tous ont en commun l'envie de partager, d'aider et de créer du lien. Certains s'impliquent régulièrement, d'autres ponctuellement. Chaque contribution compte.

S'engager dans un centre social, c'est vivre un échange enrichissant. C'est aussi l'occasion d'acquérir de nouvelles compétences, de faire des rencontres inspirantes et de s'épanouir personnellement. Le bénévolat transforme le centre social en un lieu vivant, inclusif et citoyen.

Il y a forcément une mission faite pour vous. Renseignez-vous auprès de votre centre social local !

Jeunes 2.0

Ensemble des dates en page 24

« 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 à ceux qui ont besoin, et vouloir les aider même si on ne les connaît pas encore.



Et la citoyenneté ?

Donner son avis solidaire

s'engager **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 !

Jeunes 2.0

Ensemble des dates en page 24

STAGE ART URBAIN

Envie de t'exprimer autrement ?
Ce stage est fait pour toi !
Viens découvrir l'univers des esthétiques urbaines en jouant avec les lettres, jusqu'à les transformer en images.
Tu apprendras à créer tes propres lettrages, seul ou en groupe, pour t'initier au graph' et à l'art des villes.
Encres, posca, pochoirs, peinture... tout sera à ta disposition pour laisser parler ton style et t'inspirer d'un art né dans la rue, aujourd'hui exposé dans les musées.

MA PERSONNALITÉ, MON AVENIR



Orientation : et si on parlait de toi avant de parler de métiers ?
Un atelier pour découvrir des outils, des méthodes interactives et te poser les bonnes questions !

STAGE IMPRIMANTE 3D



Donne vie à tes idées...en 3D !
De l'imagination à la réalité : découvre la magie de l'impression 3D.

SENSIBILISATION AU SECTEUR ASSOCIATIF

avec l'association
Help Road



ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE



Révision/Rapport de stage/CV/Lettre
Utilisation des outils tels que Canva ou Powerpoint...

D'osons la parentalité

Ensemble des dates en pages 24 et 25



Pour vous parents : **un moment pour souffler, échanger, avancer.**

Chaque parent possède des ressources précieuses. Pour les renforcer et les valoriser, la Maison des Part'Âges propose des actions concrètes, dont les **tables rondes**.

Ces rencontres offrent un espace bienveillant pour se poser, échanger, se ressourcer et avancer ensemble sur le chemin parfois complexe mais toujours enrichissant de la parentalité. C'est un moment pour libérer la parole, partager ses expériences, rencontrer d'autres parents et continuer à évoluer dans son rôle.

Parce qu'accompagner un enfant, c'est aussi s'autoriser à apprendre, à rire, à douter et à ne pas être seul.

Quatre formats, trois approches complémentaires pour parler de la vie de parent et bien plus encore, **animés par : Gabrielle Tensorer**. Un format d'ateliers thématiques sera présenté par des intervenants et professionnels extérieurs.

1- LES TABLES RONDES

Lors de ces ateliers dispensés dans la convivialité et la bienveillance, Gabrielle Tensorer propose aux parents de découvrir des idées issues de courants qui ont fait leurs preuves. Avec l'approche Gordon, vous découvrirez notamment des outils relationnels concrets pour apaiser les tensions, exprimer vos besoins, accompagner votre enfant et ou/adolescent, 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 votre enfant et la coopération au sein de votre famille.

Septembre : cap sur la rentrée : des astuces pour plus de sérénité à la maison et à l'école.

Octobre : apprentissages : accompagner les enfants et adolescents sans s'épuiser.

Novembre : harcèlement : mieux comprendre pour mieux agir, avec tous les enfants concernés (intimidateurs, cibles, témoins).

Décembre : tables rondes hors-série : recherche de solutions entre parents, explorer ensemble !

Janvier : transmettre nos valeurs en tant que parents et les faire grandir en famille.

Février : poser un cadre sécurisant pour une relation fluide et confiante.

D'osons la parentalité

Ensemble des dates en pages 24 et 25

2 - TABLES RONDES HORS-SÉRIE : recherche de solutions entre parents.

3 - ATELIERS PARENT/ENFANT

4 - LES ATELIERS THÉMATIQUES

Public : familles

Lieu : Maison des Part'Âges

> ATELIER MISSION RENTRÉE : OUTILS ET ASTUCES POUR UNE ANNÉE SEREINE

La rentrée scolaire instaure un nouveau rythme, souvent intense, pour toute la famille. Entre les devoirs, les repas, les activités et l'organisation du quotidien, il est facile de se sentir submergé.

Cet atelier vous offre une pause bien méritée pour souffler, prendre du recul et échanger entre parents dans une ambiance chaleureuse. Vous repartirez avec des outils concrets pour mieux gérer le quotidien sans vous épuiser.



Un moment convivial pour retrouver sérénité et équilibre entre vie de famille, école et temps pour soi.

Ouvert à tous les parents sans prérequis. Venez avec vos questions et votre bonne humeur !

Intervenante : Najet MESSADAA

Public : adultes

Lieu : Maison Des Part'Âges



> ATELIER : DIFFICULTÉS D'APPRENTISSAGE

Une conférence vous est proposée afin de mieux comprendre le Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH), d'en explorer les manifestations cliniques, les répercussions sur la vie quotidienne, ainsi que les dispositifs d'accompagnement adaptés.

Intervenant : association Hypersupers TDAH France

Public : tout public

Lieu : salle de conférence Maison Des Arts

LES DIFFICULTÉS D'APPRENTISSAGE



Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH)



Mieux comprendre pour mieux accompagner

LE NUMÉRIQUE



Génération digitale : repenser nos usages



Connectés pour apprendre, vivre, évoluer

LA PLACE DES PÈRES



Les nouveaux visages de la paternité



Paternité engagée : un défi pour la société

Seniors

Ensemble des dates en page 26

> HAPPY VISIO

Avec le soutien du PRIF (Prévention Retraite Île-de-France) ainsi que la conférence des financeurs et en collaboration avec l'association *HappyVisio*, participez à des webconférences sur des thèmes variés (santé, bien-être, numérique, vie pratique, culture générale et mémoire). Ne manquez pas cette opportunité d'apprendre, d'échanger et de rester actif ! Renseignez-vous sur la thématique et inscrivez-vous la semaine précédant l'atelier.

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

Public : 55 ans et plus

> STAGE « BIEN DANS SON ASSIETTE »

Avec le soutien du PRIF (Prévention Retraite Île-de-France) ainsi que la conférence des financeurs et en collaboration avec *Saveurs et Vie*, cet atelier vous permettra d'aborder les différents groupes d'aliments, la notion d'alimentation équilibrée, savoir comment adapter son alimentation à son activité physique, avoir des astuces pour faire ses courses et savoir composer un repas équilibré tout en prenant du plaisir à manger. Pour finir, le groupe réalisera une recette.

Intervenants : *Saveurs et Vie et un membre de l'équipe*

Public : 55 ans et plus

> BIEN SUR INTERNET

Avec le soutien du PRIF (Prévention Retraite Île-de-France) ainsi que la conférence des financeurs et en collaboration avec l'association *Delta 7*, 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 sur les cinq dates est indispensable afin de garantir une continuité des acquis.**

Intervenant : *association Delta7*

Public : 55 ans et plus



> THÉMATIQUE NUMÉRIQUE & CYBERSÉCURITÉ

Avec le soutien du PRIF (Prévention Retraite Ile-de-France) ainsi que la conférence des financeurs et en collaboration avec *Delta 7*. Au programme, une conférence avec présentation des principales menaces en ligne, deux ateliers pratiques et une séance bilan.

Intervenant : *association Delta7*

Public : 55 ans et plus

> BOOSTER VOTRE MÉMOIRE

Avec le soutien du PRIF (Prévention Retraite Ile-de-France), ainsi que la conférence des financeurs et en collaboration avec *Delta 7*.

Chaque séance comprend : un temps d'éveil mental, des exercices de mémoire, des conseils pratiques pour le quotidien et des moments d'échange pour renforcer les acquis et favoriser le lien entre participants.

Intervenant : *association Delta7*

Public : 55 ans et plus

Événements festifs

Ensemble des dates en page 25

> LE PARC FLORAL DE VINCENNES

Le Parc floral de Vincennes est bien plus qu'un simple jardin : c'est un véritable écrin de nature, de culture et de détente (des jardins thématiques, des serres tropicales, des collections botaniques rares, des espaces boisés et un plan d'eau).

C'est un lieu pour les amateurs de botanique, les photographes ou simplement ceux qui cherchent un moment calme en pleine ville.

Samedi 27 septembre de 10h à 18h

Intervenant : l'équipe de la Maison des Part'Âges

Public : intergénérationnel

> LE LOUVRE

Découvrez le musée du Louvre à votre rythme !

Vous pourrez explorer librement les collections permanentes et les expositions temporaires, ainsi que le musée national Eugène-Delacroix.

Jeudi 23 octobre 2025, jeudi 26 février et samedi 21 février 2026.

Intervenant : l'équipe de la Maison des Part'Âges

Public : intergénérationnel



> 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

> APÉRO PART'ÂGÉ/BOWLING

Envie de partager un moment unique et convivial? Alors c'est une soirée pour vous. Avant le bowling, cette soirée club débutera par un apéro à la Maison des Part'Âges en mode buffet canadien (chaque participant apporte quelque chose à partager).

Intervenant : l'équipe de la Maison des Part'Âges

Public : intergénérationnel



Solidarité et citoyenneté

Ensemble des dates en page 26



> ATELIER SOCIOLINGUISTIQUE

Cet atelier s'adresse à toutes celles et ceux qui ne parlent pas français et 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 à visée culturelle seront proposées.

Intervenantes : Anne LE MEUR, Ghania NAOUI

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 : intergénérationnel

> DES CŒURS POUR LE CANCER DU SEIN

Dans le cadre du Mois de la Santé, nos talentueuses couturières au grand cœur se mobilisent pour confectionner un objet plein de douceur et de solidarité: le coussin-cœur. Ce petit coussin, spécialement conçu en forme de cœur, est destiné aux femmes opérées d'un cancer du sein. Placé sous le bras, il permet d'atténuer les douleurs post-opératoires et d'apporter un confort précieux au quotidien.

Intervenant : les couturières au grand cœur

Public : adultes



Développement durable

Ensemble des dates en page 27

La Ville, depuis plusieurs années, œuvre pour proposer une alternative en matière de développement durable et 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 et 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

> ATELIER BRICOLAGE CONSEIL ET ACCOMPAGNEMENT À LA FABRICATION DE CAISSES À SAVON

Vous avez été nombreux à venir découvrir la course de caisses à savon depuis trois ans. Nous souhaitons préparer la prochaine édition pour retrouver cet esprit bon-enfant et convivial, découvrir ces drôles de véhicules roulants avec leurs originalités, leurs couleurs et apprécier le brin de fantaisie des personnes qui les ont fabriqués. Nous proposons de nous rencontrer samedi 20 septembre 2025 lors de notre Bricol'Âges Café pour vous accompagner dans la fabrication de votre caisse à savon et ainsi prendre le départ de la course !

Intervenant :
Frédéric POUCEL

Public : pour tous les Robinsonnais





> BRICO DÉBROUILLE

Vous aimeriez savoir comment réparer une lampe, dépanner une cafetière, une machine à coudre ou encore redonner vie au jouet préféré de votre enfant ? Pas besoin d'être un expert ! Dans cet atelier, on apprend en mettant les mains à la pâte, on échange des astuces et on repart avec des compétences pratiques pour se débrouiller au quotidien.

Intervenants : Jean-Paul CANTE
et Joël COULOMBEL

Public : pour tous

> BRICOL'ÂGE PLOMBERIE INITIATION ET QUESTIONS/RÉPONSES

Vous avez une fuite, un robinet qui goutte, ou un siphon qui fait des siennes ? Venez en parler lors de notre atelier interactif. Le principe est simple : vous posez une question, nous vous donnons une réponse claire, pratique et adaptée à votre situation. Pas de jargon, pas de théorie compliquée, juste des solutions concrètes pour votre quotidien.

Intervenant : Joël COULOMBEL
Public : pour tous les Robinsonnais



> ATELIER B.A.-BA DE L'ÉLECTRICITÉ

Venez découvrir les bases de l'électricité dans une ambiance conviviale et accessible à tous lors de cet atelier d'initiation d'initiation à l'électricité. Que vous soyez bricoleur du dimanche, curieux ou simplement désireux de vous dépanner par vous-même, cet atelier est fait pour vous ! Aucune connaissance préalable n'est requise, juste votre curiosité et l'envie d'apprendre.

Intervenant : Jean-Paul CANTE
Public : adultes

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 leur offrir une nouvelle vie.

Ateliers bien-être

Ensemble des dates en page 28

> LES LUNDIS « RANDO »

La balade urbaine comme la randonnée en pleine nature offrent une parenthèse bienvenue dans nos quotidiens souvent chargés. Il suffit d'enfiler une paire de chaussures confortables et de se laisser guider par l'envie de bouger, de respirer, de partager.

Chacun trouve dans la marche un moment de liberté, de bien-être et de convivialité.

Par tout temps, venez prendre un bol d'air frais, que vous soyez marcheur débutant ou passionné.

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



> MÉDITATION/RESPIRATION

La méditation par la respiration est une pratique simple mais efficace qui aide à calmer l'esprit, réduire le stress et améliorer la concentration. Elle consiste à porter toute son attention sur l'inspiration et l'expiration pour ancrer l'esprit dans le moment présent.

Intervenante : Céline ANTONI

Public : adultes

DEUX FORMULES POSSIBLES

LA FORMULE DÉCOUVERTE



Votre planning est chargé, alors la formule découverte est le format qu'il vous faut. Des rendez-vous ponctuels, une fois par mois

LE STAGE



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



> SOPHROLOGIE

Relaxation, bien-être, développement des ses aptitudes, scolaires ou professionnels, telles peuvent être les objectifs de la sophrologie. Grâce à des techniques de respiration, de détente (physique et mentale) et de visualisations positives, elle vous guide 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.

Intervenante : Céline ANTONI

Public : adultes

> INITIATION GYM DOUCE

La gym douce est une activité physique adaptée à tous, qui allie mouvements lents, étirements, équilibre et respiration. Elle permet de renforcer le corps en douceur, sans brusquer les articulations, tout en favorisant le bien-être global.

Intervenante : Duménise

Victorin CLITANDRE

Public : adultes



> HATHA YOGA

Le hatha yoga est une pratique physique et une discipline de l'esprit. Elle combine des postures et des techniques de respiration. Le corps et l'esprit étant en parfait accord (ou presque), c'est le moment idéal pour prendre quelques minutes de méditation, pour une sensation de bien-être totale.

Intervenante : Patricia GARREL

Public : adultes





> 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 et Salwa FERSSI

Public : pour tous. Inscription obligatoire à l'accueil

> INITIATION À L'INFORMATIQUE « MES PREMIERS CLICS » ET « MES SECONDS CLICS »

Notre vie se simplifie et s'enrichit à l'heure du numérique. Encore faut-il savoir utiliser les bons outils.

Ces ateliers sont conçus pour vous accompagner, que vous soyez débutant ou que vous ayez déjà fait vos premiers pas en informatique.

Pour les débutants

Une initiation aux bases de l'informatique pour vous familiariser avec l'ordinateur, la navigation sur internet et adopter les bons réflexes pour un usage quotidien.

Pour les utilisateurs intermédiaires

Vous avez commencé à apprivoiser l'outil informatique mais vous ne vous sentez pas encore à l'aise ? Cet atelier vous aidera à gagner en assurance et à perfectionner vos connaissances.

Au programme :

- Envoi de courriels avec pièces jointes ;
- Création et organisation de dossiers ;
- Rangement de vos photos et documents ;
- Utilisation plus poussée du navigateur internet.

Rejoignez-nous pour devenir plus autonome, plus confiant, et mieux connecté !

Un test rapide sera effectué pour établir les groupes de niveaux.

Intervenants : Jean-Louis ANDLAUER, Gilles RATINEAU, Serge CARDOUAT, Jeanne GWETH

Public : adultes



*Vous souhaitez vous inscrire à l'atelier d'initiation à l'informatique ?
C'est une excellente décision pour mieux comprendre et utiliser
les outils numériques au quotidien.*

Mais n'oubliez pas : il est aussi important de participer à l'atelier sur la cybersécurité.

> ATELIER CYBERSÉCURITÉ : SAVOIR SE PROTÉGER SUR INTERNET

Participez à l'atelier ludique sur la sécurité informatique !

Animé par l'association *Delta7*, cet atelier vous propose de découvrir les bases de la sécurité numérique à travers un jeu de société.

En jouant vous apprendrez à :

- Identifier les risques en ligne ;
- Adopter les bons réflexes pour protéger vos données ;
- Gagner en autonomie et en confiance en vous dans vos usages numériques.

Ce sera l'occasion de poser toutes vos questions dans une ambiance détendue et bienveillante.

Intervenant : *association Delta7*

Public : *adultes*



Convivialité

Ensemble des dates en page 30



L'ensemble des activités se tiendra à *La Maison Des Part'Âges*.

> 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.)

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

Intervenantes : Dominique TANÉSIE, Marcelle PUGA, Florence SCHMIT

Public : intergénérationnel



> 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 quel que soit votre niveau. Attention, le matériel n'est pas fourni.

Intervenantes : Dominique TANÉSIE, Marcelle PUGA

Public : intergénérationnel

> LES GOÛTERS MUSICAUX PART'ÂGÉS

Participez à ces parenthèses pour profiter d'un après-midi convivial pendant lequel vous pourrez déguster les gourmandises que vous aurez réalisées. Durant ces moments, des animations comme le loto, le blind test et bien d'autres vous seront proposées.

Faites vivre les animations, mettez l'ambiance et partagez votre énergie avec le groupe. Une belle occasion de révéler vos talents d'animateur dans une atmosphère détendue et joyeuse. Devenez, durant deux heures, l'animateur du jour !

Intervenants : un membre de l'équipe de la MDPA

Public : intergénérationnel





> CUISINE PART'ÂGÉE

Passionnée de cuisine et de voyage, Édith vous invite à un moment de partage alliant saveurs et bonne humeur. Rejoignez-la pour un atelier culinaire ludique et convivial où vous découvrirez de nouvelles recettes et astuces gourmandes. Si le cœur vous en dit, vous pourrez savourer vos créations sur place dans une ambiance chaleureuse.

Découvertes, rires et délices garantis !

Intervenante : Édith LECOQ

Public : intergénérationnel

> DÉCO PART'ÂGÉE

Les ateliers décoration sont bien plus que de simples moments créatifs. Ils ont le pouvoir de transformer les espaces communs en lieux vivants, chaleureux et porteurs de sens pour tous.

Ces ateliers vous offrent la possibilité de vous exprimer à travers des créations artistiques qui seront ensuite exposées au centre social. Mettez en lumière vos talents !

C'est aussi un moment convivial, propice aux échanges d'idées, aux conseils partagés et à la découverte de nouvelles techniques. Que l'on soit passionné ou simplement curieux, chacun y trouve sa place.

À travers la peinture, le collage, le DIY (Do It Yourself, faire soi-même) ou le recyclage créatif, laissez libre cours à votre imagination et contribuez à embellir le centre tout en vivant une expérience collective enrichissante.

Intervenante : Maïté LE HYARIC

Public : intergénérationnel



> REMUE-MÉNINGES PART'ÂGÉ

Bienvenue dans l'espace des idées folles, des éclairs de génie et des connexions inattendues ! Ici, pas de mauvaises réponses, pas de limites, juste un terrain de jeu pour la mémoire.

Intervenants : Charlotte ou Greg

Public : intergénérationnel

Ateliers créatifs

Ensemble des dates en page 31



L'ensemble des activités se tiendra à *La Maison Des Part'Âges*.

> 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 ou accessoires. Pour y participer ou 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 : adultes ou jeunes à partir de 10 ans



> 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 étoile vous est offerte.

Intervenante : Magali MARQUEZ

Public : intergénérationnel

> 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 jolis effets graphiques. Vous pourrez personnaliser une toile ou un vêtement lors de cet atelier.

Pour participer, vous devez apporter votre matériel.

Intervenante : Patricia LAROCHE

Public : intergénérationnel



> INITIATION PEINTURE

Pas besoin d'être Picasso ou Van Gogh pour participer. Venez explorer votre créativité, développer votre pratique artistique et partager des moments de rencontre et d'échange dans une ambiance conviviale. Laissez libre cours à votre imagination, quel que soit votre niveau.

Pour participer, vous devez apporter votre matériel.

Intervenante : Emmanuelle BARRAULT

Public : intergénérationnel



> 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 broches, des boucles d'oreilles, des colliers, des pendentifs ou des bracelets.

Intervenante : Marie-France COULOMBEL

Public : intergénérationnel

> DÉCO' CRÉATIVE

Vous êtes passionné de décoration et de DIY? Cet atelier vous permettra de découvrir les grandes possibilités du papier. Vous aurez l'occasion d'imaginer une décoration qui vous ressemble afin d'embellir votre intérieur, ajouter une touche personnelle à un événement ou offrir un cadeau. L'atelier Déco' Créative vous initie aux volumes et à l'art du papier avec des thématiques inspirantes.

Intervenante : Maïté LE HYARIC

Public : intergénérationnel



Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2025-2026

Jeunes 2.0

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
<input type="checkbox"/> Stage imprimante 3D De 14h30 à 16h30		* 20 * 21 * 22				
<input type="checkbox"/> Sensibilisation au secteur associatif Avec l'association <i>Help Road</i> Samedi de 14h à 17h. Gratuit		<input type="checkbox"/> 18				
Atelier « Ma personnalité, mon avenir » De 14h à 16h30				<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 10	
Stage art urbain De 14h à 16h		* 27 * 28 * 29				
Accompagnement scolaire Révision/rapport de stage Pour les enfants de la réussite éducative						* 23 * 24 * 25 * 26 * 27
Atelier confection de bijoux Les mercredis matin de 10h à 12h Pour les enfants de la réussite éducative	<input type="checkbox"/> 24	<input type="checkbox"/> 8, <input type="checkbox"/> 22	<input type="checkbox"/> 12 <input type="checkbox"/> 26	<input type="checkbox"/> 10	<input type="checkbox"/> 14 <input type="checkbox"/> 28	<input type="checkbox"/> 11 <input type="checkbox"/> 25
Sortie Mercredi de 13h à 16h Inscription auprès des référents de l'accompagnement scolaire				<input type="checkbox"/> 17		

D'osons la parentalité

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
LES ATELIERS THÉMATIQUES						
Mission rentrée Outils et astuces pour une année sereine Avec Najet MESSADAA Lundi de 18h45 à 20h45		<input checked="" type="checkbox"/> 6				
Les difficultés d'apprentissage Troubles du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH). Conférence Mieux comprendre pour mieux accompagner Avec l'association <i>Hypersupers TDAH France</i> Salle de conférence à la Maison Des Arts Jeudi de 18h45 à 20h45		<input checked="" type="checkbox"/> 9				

Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2025-2026

D'osons la parentalité (suite)

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
ATELIERS DE SOUTIEN À LA PARENTALITÉ Avec Gabrielle TENSORER Les lundis de 18h45 à 20h30. 10 places par atelier. Renseignement et inscription à l'accueil.						
Cap sur une rentrée sereine	<input type="checkbox"/> 29					
Accompagner son enfant dans les apprentissages sans s'épuiser		<input type="checkbox"/> 13				
Harcèlement : mieux comprendre pour mieux agir			<input type="checkbox"/> 10			
Hors-série : recherche de solutions entre parents				<input type="checkbox"/> 8		
Transmettre efficacement nos valeurs					<input type="checkbox"/> 12	
Comment poser un cadre sécurisant						<input type="checkbox"/> 9

Evènements festifs

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
Parc floral de Vincennes Samedi 20 septembre de 10h à 18h 5 € par personne - 48 places Inscription l'accueil à partir du samedi 6 septembre RDV à la Maison des Part'Âges	<input type="checkbox"/> 20					
Le Louvre Les jeudis et samedi de 10h à 18h30 En transport en commun 2 € par personne - 18 places par date		<input type="checkbox"/> 23				<input type="checkbox"/> 21 <input type="checkbox"/> 26
Repas Part'Âgé Samedi de 12h30 à 18h Salle polyvalente Louis-Hachette				<input type="checkbox"/> 13		
Apéro Bowling Mercredi de 17h à 22h Départ en car à 19h 5 € par personne - 48 places RDV à la Maison des Part'Âges						<input type="checkbox"/> 25

Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2025-2026

<h1>Seniors</h1>						
	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
<input type="checkbox"/> Atelier « Bien dans son assiette » Les jeudis de 10h à 12h - 12 places avec Saveurs et Vie Offert par le PRIF Inscription pour l'ensemble des dates	* 18 * 25	* 2 * 9 * 16				
HappyVisio - Webconférences Les mardis de 15h à 16h - 12 places Offert par la conférence des financeurs		<input checked="" type="checkbox"/> 9 11h à 12h <input type="checkbox"/> 14	<input type="checkbox"/> 18	<input type="checkbox"/> 9	<input type="checkbox"/> 20	<input type="checkbox"/> 10
<input type="checkbox"/> Numérique et cybersécurité Les jeudis de 10h à 12h - 12 places Offert par la conférence des financeurs Inscription pour l'ensemble des dates			* 13 * 20 * 27	* 4		
<input type="checkbox"/> Bien sur internet Les lundis de 10h à 12h et les vendredis de 14h à 16h avec <i>Delta 7</i> . Offert par le PRIF Inscription pour l'ensemble des dates - 12 places					* 19 * 23 * 26 * 30	* 2 * 6 * 9 * 13 * 16 * 20
<input type="checkbox"/> Booster votre mémoire Les jeudis de 10h à 12h. Avec <i>Delta7</i> Offert par la conférence des financeurs. Inscription pour l'ensemble des dates - 12 places					* 15 * 22 * 29	* 5 * 12 * 19

<h1>Solidarité et Citoyenneté</h1>						
	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
ATELIERS SOCIOLINGUISTIQUES Avec Anne LE MEUR, Ghania NAOUI suivant les groupes de niveaux 15 € l'année 2025/2026						
<input type="checkbox"/> Les lundis de 19h à 20h30 Hors vacances scolaires À la Maison Des Part'Âges Groupes débutants et confirmés	* 22 * 29	* 6 * 13	* 3 * 10 * 17 * 24	* 1 * 8 * 15	* 5 * 12 * 19 * 26	* 2 * 9 * 16
<input type="checkbox"/> Les mardis de 18h45 à 20h30 Hors vacances scolaires Groupe débutant	* 23 * 30	* 7 * 14	* 4 * 18 * 25	* 2 * 9 * 16	* 6 * 13 * 20 * 27	* 3 * 10 * 17
<input type="checkbox"/> Sortie Culturelle au Louvre - Offerte			<input type="checkbox"/> 29			
<input type="checkbox"/> Sensibilisation au secteur associatif Samedi de 13h30 à 17h, avec l'association <i>Help Road</i> .		<input type="checkbox"/> 18				

Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2025-2026



Développement durable

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
Bricol'Âge Café" : Les samedis de 10h à 13h Offert par la Ville et les bénévoles.	* 20 Place Jane Rhodes		* 22 À la Maison des Part'Âges		* 31 À la Maison des Part'Âges	

ATELIERS BRICOL'ÂGES 2€ l'atelier

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
Brico'Débrouille Ne pas oublier d'apporter le petit matériel que vous prévoyez de réparer. 5 places	Samedi <input type="checkbox"/> 11 16h-18h			<input type="checkbox"/> 20 14h à 16h		<input type="checkbox"/> 14 16h à 18h
Bricol'âges plomberie Initiation et questions / réponses 8 places	Mardi <input type="checkbox"/> 30 13h45 à 15h45		<input type="checkbox"/> 25		<input type="checkbox"/> 27	
	Samedi <input type="checkbox"/> 18 14h à 16h			<input type="checkbox"/> 6 16h à 18h		<input type="checkbox"/> 21 14h à 16h

Le b.a.-ba de l'électricité 8 places

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
Bases théoriques : Prises et interrupteurs	Samedi <input type="checkbox"/> 27 16h à 18h					
	Mardi <input type="checkbox"/> 28 9h30 à 12h	<input type="checkbox"/> 28				
Éclairage montage/ démontage et réparation (lampes de chevet, plafonniers etc.)	Samedi <input type="checkbox"/> 14h à 17h		<input type="checkbox"/> 8		<input type="checkbox"/> 10 Pratique	
		Mardi <input type="checkbox"/> 18 9h30 à 12h		<input type="checkbox"/> 16 13h45 à 15h45 Pratique		
Tableau électrique (présentation et usage)	Samedi <input type="checkbox"/> 16h à 18h				<input type="checkbox"/> 17	
	Mardi <input type="checkbox"/> 13h45 à 15h45					<input type="checkbox"/> 17

Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2025-2026



Ateliers bien-être

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV	MARS
Les lundis « rando » De 15h à 18h 2 € la séance - 15 places		<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 2	
La mensuelle découverte Les mardis de 18h à 19h 5 € la séance - 8 places							
Sophrologie	<input type="checkbox"/> 23		<input type="checkbox"/> 18		<input type="checkbox"/> 6		
Méditation/Respiration		<input checked="" type="checkbox"/> 7		<input type="checkbox"/> 2		<input type="checkbox"/> 3	
<input type="checkbox"/> Stage Sophrologie Les mardis de 19h à 20h 50 € le stage - 10 places	* 16 * 23 * 30	* 7 * 14	* 18 * 25	* 2 * 9 * 16			
<input type="checkbox"/> Stage Méditation/Respiration Les mardis de 19h à 20h 50€ le stage - 10 places Inscription à partir du 1 ^{er} décembre 2025					* 6 * 13 * 20 * 27	* 3 * 10 * 17	* 10 * 17 * 24
Gym Douce Les samedis de 16h30 à 18h 5 € la séance - 8 places	<input type="checkbox"/> 27	<input type="checkbox"/> 11	<input type="checkbox"/> 15	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 17	<input type="checkbox"/> 14	
Initiation Hatha Yoga Les mardis de 14h à 15h30 Public Adultes 5 € la séance - 6 places	<input type="checkbox"/> 23	<input type="checkbox"/> 7		<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 3	

■ Certaines activités s'insèrent dans le cadre de la **Semaine Bleue du 6 au 10 octobre**, un moment dédié à mettre en lumière les initiatives en faveur des aînés et à célébrer leur rôle essentiel dans notre société.

Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2025-2026



Informatique

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
Atelier Cybersécurité « Savoir se protéger sur internet » Le mardi de 14h à 16h. Offert par la Ville Avec Delta7 15 places	☐ 23					

1 QUESTION = 1 REPONSE
2 € la séance

Déblocages et explications (pas de dépannage)

Lundi 18-19h
Mardi 18h-19h30
Samedi 10h30-12h
Sur rendez-vous uniquement

INITIATION INFORMATIQUE : "MES PREMIERS CLICS" et "MES SECONDS CLICS"

suivant les groupes de niveaux
30 € pour l'ensemble des dates
hors vacances scolaires - 5 places par atelier

☐ Les lundis de 14h à 16h	* 29	* 6 * 13	* 3 * 10 * 17 * 24	* 1 * 8 * 15	* 5, * 12 * 19 * 26	* 2 * 9 * 16
☐ Les mardis de 9h30 à 11h30	* 30	* 7 * 14	* 4 * 18 * 25	* 2 * 9 * 16	* 6 * 13 * 20 * 27	* 3 * 10 * 17
☐ Les mardis de 14h à 16h	* 30	* 7 * 14	* 4 * 18 * 25	* 2, * 9 * 16	* 6 * 13 * 20 * 27	* 3 * 10 * 17
☐ Les jeudis de 9h30 à 11h30		* 2 * 9 * 16	* 6 * 13 * 20 * 27	* 4 * 11 * 18	* 8 * 15 * 22 * 29	* 5 * 12 * 19

Vous souhaitez vous inscrire à l'atelier d'initiation à l'informatique ?
C'est une excellente décision pour mieux comprendre et utiliser les outils numériques au quotidien.
Mais n'oubliez pas : il est aussi important de participer à l'atelier sur la cybersécurité
du 23 septembre pour mieux se protéger.

Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2025-2026

Convivialité

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV
Inscription à l'accueil une semaine avant la date de l'atelier 20 places par atelier						
<input type="checkbox"/> Les lundis « jeux » De 14h à 16h Hors vacances scolaires 2 € l'année	* 22 * 29	<input checked="" type="checkbox"/> 6 * 13	* 3 * 10 * 17 * 24	* 1 * 8 * 15	* 5 * 12 * 19 * 26	* 2 * 9 * 16
<input type="checkbox"/> Les jeudis « trico'thé » De 14h à 16h Hors vacances scolaires 2 € l'année	* 25	* 2 * 9 * 16	* 6 * 13 * 20 * 27	* 4 * 11 * 18	* 8 * 15 * 22 * 29	* 5 * 12 * 19
Les goûters Part'Âgés Les lundis après-midi de 14h à 17h 1 ^{er} lundi des vacances scolaires Offert par la Ville et les bénévoles		<input type="checkbox"/> 20				<input type="checkbox"/> 23
CUISINE PART'ÂGÉE Les mercredis 9h30 à 13h30 5 € l'atelier À la Maison des Part'Âges Inscription à l'accueil une semaine avant la date de l'atelier 6 places						
Poulet Yassa de Joséphine		<input type="checkbox"/> 15				
Préparation de desserts pour le repas Part'Âgé du samedi 13 décembre 2025 Offert				Vendredi de 13h30 à 16h <input type="checkbox"/> 12		
Couscous de Karima					<input type="checkbox"/> 21	
Soupe Phô de Thérèse						<input type="checkbox"/> 18
Déco Part'Âgée Offert par la Ville						
Les jeudis De 9h30 à 12h				<input type="checkbox"/> 4, <input type="checkbox"/> 11		
Les samedis De 14h à 17h		<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 22		<input type="checkbox"/> 24	
Remue-méninges Part'Âgé Les mardis de 14h-15h Offert par la Ville	Jedi 10h-11h	<input checked="" type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 14	<input type="checkbox"/> 18	<input type="checkbox"/> 9	<input type="checkbox"/> 20	<input type="checkbox"/> 10

■ Certaines activités s'insèrent dans le cadre de **la Semaine Bleue du 6 au 10 octobre**, un moment dédié à mettre en lumière les initiatives en faveur des aînés et à célébrer leur rôle essentiel dans notre société.

Adhésion individuelle de 10€ obligatoire à la Maison des Part'Âges pour l'année scolaire 2025-2026

Ateliers Créatifs

	SEPT	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉV	MARS
COUTURE							
40€ pour l'ensemble des dates. Inscription à l'accueil en début de période. 5 places par atelier							
<input type="checkbox"/> les lundis de 18h15 à 20h30 avec Martine	* 29	* 6 * 13	* 17 * 24	* 8 * 15	* 12 * 19 * 26	* 9 * 16	
<input type="checkbox"/> Les vendredis de 13h30 à 16h avec Martine	* 26	* 3 * 10 * 17	* 14 * 21 * 28	* 5 * 12 * 19	* 9 * 16 * 23 * 30	* 6 * 13 * 20	
<input type="checkbox"/> Enfants/Adolescents Les samedis de 14h à 16h avec Martine	* 27	* 4 * 11	* 15 * 22 * 29	* 6	* 10 * 17 * 24 * 31	* 7 * 14	
<input type="checkbox"/> Groupe 1 Les lundis de 9h à 12h30 avec Renée		* 6	* 3 * 17	* 1 * 15	* 5 * 19	* 2 * 16	
<input type="checkbox"/> Groupe 2 Les lundis de 9h à 12h30 avec Renée	* 29	* 13	* 10 * 24	* 8	* 12 * 26	* 9 * 18 Mercredi	
<input type="checkbox"/> Groupe 3 Les mercredis de 9h à 12h30 avec Renée		* 1 * 15	* 5 * 19	* 3 * 17	* 7 * 21	* 4	
<input type="checkbox"/> Broderie diamants Les samedis de 14h à 16h 2 € l'année - 12 places	* 27	* 11	* 15 * 29	* 20	* 17 * 31	* 14 * 21	
<input type="checkbox"/> Sashiko : broderie japonaise Les mercredis de 15h30 à 17h30 pendant les vacances scolaires 2 € l'année - 8 places						* 25	* 4
<input type="checkbox"/> Initiation/peinture Les samedis de 14h à 16h 5 € l'année - 10 places		* 4	* 8	* 6	* 10	* 7	
<input type="checkbox"/> Confection de bijoux Les mercredis de 10h à 12h 3 € l'atelier - 10 places	* 24	* 8 * 22	* 12 * 26	* 10 * 17	* 14 * 28	* 11 * 25	
Déco Créative 3 € l'atelier - 8 places							
Les mardis de 10h à 12h	<input type="checkbox"/> 23 <input type="checkbox"/> 30	<input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 21	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 9	<input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 13	<input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 24	
Les samedis de 14h à 16h			<input type="checkbox"/> 22		<input type="checkbox"/> 24		

■ Certaines activités s'insèrent dans le cadre de la **Semaine Bleue du 6 au 10 octobre**, un moment dédié à mettre en lumière les initiatives en faveur des aînés et à célébrer leur rôle essentiel dans notre société.

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



Renseignements pratiques

Une équipe à votre service

Sophie Bouhouch-Carceller Responsable
Marie-Laure Villery Référente numérique et
accompagnement administrative
Charlotte Wawrzyniak référente famille
Fatiha Legal Référente scolaire

Catherine Humbert Psychologue
Grégory Franusic Animateur enfance/
jeunesse, référent éducatif
Virginie Babise Animatrice du réseau
partenarial

Les tarifs

Une adhésion individuelle de 10 € est obligatoire. La gratuité est offerte pour les membres de la famille au-delà du troisième. 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 vous pouvez annuler toute activité jusqu'à 3 jours avant celle-ci. Si ce délai n'est pas respecté, vous serez facturés, sauf en cas de présentation d'un justificatif.

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

