



Programme estival 2026

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

Ouverture
des inscriptions de l'été
à partir du lundi 15 juin 2026

Horaires d'ouverture été :
du lundi au vendredi de 9h
à 12h30 et de 13h30 à 17h30 et
le samedi selon le planning
d'activité

L'adhésion est obligatoire !

La Maison des Part'Âges

| | LIEUX & HORAIRES | PRIX | INSCRIPTION | PUBLIC | PLACES |
|---|--|---------|-------------|--------------------|-----------|
| Samedi 4 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Plage de Cabourg  | RDV MDPA* 7h-21h | 10 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 48 places |
| Lundi 6 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Initiation gym douce Intervenante : Dumérisse Victorin Clitandre | RDV MDPA* 10h-12h | 5 € | Obligatoire | Adulte | 6 places |
| <input type="checkbox"/> Lundi jeux Intervenantes : Dominique Tanésie, Liliane Decobert, Florence Schmit et Marcelle Puga | RDV MDPA* 14h-17h | Gratuit | Accès libre | Intergénérationnel | |
| <input type="checkbox"/> Randonnée Intervenante : Patricia Laroche | RDV MDPA* 15h-18h | 2 € | Obligatoire | Adulte | 12 places |
| Mardi 7 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Pétanque au parc Henri-Sellier  | RDV devant le Grand Large 11h30-17h | Gratuit | Obligatoire | Intergénérationnel | 12 places |
| Mercredi 8 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Confection de bijoux Intervenante : Marie-France Coulombel | MDPA* 10h-12h | 3 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 6 places |
| <input type="checkbox"/> Yin Yoga animée par Céline Antoni | RDV** 14h-15h | 5 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 8 places |
| <input type="checkbox"/> Apéro-Part'Âgé/Bowling | RDV MDPA* 17h-22h | 5 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 48 places |
| Jeudi 9 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Multi-activités «Les terrasses de la Maison des Part'Âges» | RDV au Jardin de Robinson 14h-17h | Gratuit | Accès libre | Intergénérationnel | |
| Vendredi 10 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Sortie Culturelle: Lieu à déterminer  | RDV MDPA* 9h30-17h30 | 5 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 8 places |
| <input type="checkbox"/> Brico'Débrouille animé par Jean-Paul Cante et Joël Coulombel | RDV MDPA* 14h30-17h | 2 € | Obligatoire | Adulte | 6 places |



Les indispensables de l'été



Information importante :

Les enfants sont sous la responsabilité des parents lors des sorties. À la plage comme en base de loisirs, les parents doivent être dans l'eau en maillot de bain avec eux.

Zoom sur

> YIN YOGA

C'est une pratique douce, introspective et évolutive qui a de nombreuses vertus comme améliorer la souplesse, se reconnecter à son corps et à son souffle.

Les postures sont maintenues de 3 à 5 minutes voire plus.

Venez en tenue de sport. N'oubliez pas d'apporter votre tapis, serviette, ainsi que votre bouteille d'eau.

Date : mercredi 8 juillet

Horaires : 14h à 15h



> 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.

N'oubliez pas d'apporter votre tapis, serviette ainsi que votre bouteille d'eau

Date : mercredi 22 juillet

Horaires : 14h à 15h

> LES TERRASSES DE LA MAISON DES PART'ÂGES



Chaque jeudi de juillet, passez un excellent moment avec l'équipe de la Maison des Part'Âges au Jardin de Robinson autour des jeux de société, d'activités manuelles. Selon la météo, des initiations à la gym douce pourront être également proposées.

Date : les jeudis 8 juillet et 23 juillet • **Horaires :** 14h à 17h



N'oubliez pas de vous inscrire au « Pique-nique Part'Âgé » qui aura lieu jeudi 16 juillet de 11h30 à 17h, où chacun pourra faire déguster sa spécialité !

La Maison des Part'Âges

| | LIEUX & HORAIRES | PRIX | INSCRIPTION | PUBLIC | PLACES |
|---|--------------------------------------|---------|-------------|--------------------|-----------|
| Samedi 11 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Base de loisirs à Cergy-Pontoise  | RDV MDPA* 9h-19h30 | 5 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 48 places |
| Lundi 13 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Lundi Jeux Intervenantes : Dominique Tanésie, Lilane Decobert, Florence Schmit et Marcelle Puga | RDV MDPA 14h-17h | Gratuit | Accès libre | Intergénérationnel | |
| Mercredi 15 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Cuisine Part'Âgée Préparation de desserts pour le pique-nique du jeudi 16 juillet Intervenante : Édith Lecoq | MDPA* 10h-12h | Gratuit | Obligatoire | Intergénérationnel | 6 places |
| <input type="checkbox"/> Journée pétanque | RDV devant le Grand Large 14h-17h | Gratuit | Obligatoire | Intergénérationnel | 12 places |
| Jeudi 16 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> « Pique-nique Part'Âgé » « Les terrasses de la Maison des Part'Âges »  | RDV au Jardin de Robinson 12h-17h | Gratuit | Accès libre | Intergénérationnel | |
| Vendredi 17 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Sortie Culturelle : lieu à déterminer  | RDV MDPA* 9h30 17h30 | 5 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 8 places |

*Maison des Part'Âges (8 ter, avenue Léon-Blum)



Les indispensables de l'été



Information importante :

Les enfants sont sous la responsabilité des parents lors des sorties. À la plage comme en base de loisirs, les parents doivent être dans l'eau en maillot de bain avec eux.





| | LIEUX & HORAIRES | PRIX | INSCRIPTION | PUBLIC | PLACES |
|--|--|---------|-------------|--------------------|-----------|
| Samedi 18 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Plage de Merville  | RDV MDPA* 7h-21h | 10 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 48 places |
| Lundi 20 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Initiation gym douce Intervenante : Duménise Victorin Clitandre | RDV MDPA* 10h-12h | 5 € | Obligatoire | Adulte | 6 places |
| <input type="checkbox"/> Lundi jeux Intervenantes : Dominique Tanésie, Liliane Decobert, Florence Schmit et Marcelle Puga | RDV MDPA* 14h-17h | Gratuit | Accès libre | Intergénérationnel | |
| <input type="checkbox"/> Randonnée Intervenante : Patricia Laroche | RDV MDPA* 15h-18h | 2 € | Obligatoire | Adulte | 12 places |
| Mardi 21 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Journée pétanque au parc Henri-Sellier  | RDV devant le Grand Large 11h30-17h | Gratuit | Obligatoire | Intergénérationnel | 12 places |
| Mercredi 22 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Méditation/respiration Intervenante : Céline Antoni | RDV ** 14-15h | 5 € | Obligatoire | Adulte | 8 places |
| <input type="checkbox"/> Karaoké/Goûter Part'Âgé | RDV MDPA* 15h-17h | Gratuit | Obligatoire | Intergénérationnel | 20 places |
| Jeudi 23 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Multi-activités « Les terrasses de la Maison des Part'Âges » | RDV au Jardin de Robinson 14h-17h | Gratuit | Accès libre | Intergénérationnel | |
| Vendredi 24 juillet | | | | | |
| <input type="checkbox"/> Sortie Culturelle : Musée du Palais de la Porte Dorée  | RDV MDPA* 9h30-17h30 | 5 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 8 places |

*Maison des Part'Âges (8 ter, avenue Léon-Blum)

** à 13h45 rue du Calvaire à la Vallée aux Loups

La Maison des Part'Âges

| | LIEUX & HORAIRES | PRIX | INSCRIPTION | PUBLIC | PLACES |
|---|----------------------|---------|-------------|--------------------|-----------|
| Samedi 25 juillet | | | | | |
| ☐ Plage de Ouistreham  | RDV MDPÂ* 7h-21h | 10 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 48 places |
| Lundi 27 juillet | | | | | |
| ☐ Lundi jeux Intervenantes : Dominique Tanésie, Lilane Decobert, Florence Schmit et Marcelle Puga  | RDV MDPÂ* 14h-16h | Gratuit | Accès libre | Intergénérationnel | |
| Mercredi 29 juillet | | | | | |
| ☐ Crochet prévoir son matériel Intervenante : Sophie Bouhouch | RDV MDPÂ* 10-12h | 3 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 8 places |
| ☐ Confection de bijoux animée par Marie-France Coulombel | RDV MDPÂ* 10-12h | 3 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 8 places |
| Jedi 30 juillet | | | | | |
| ☐ Crochet prévoir son matériel Intervenante : Sophie Bouhouch | RDV MDPÂ* 14h-16h | 3 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 8 places |
| ☐ Jeudi Trico'thé Intervenantes : Dominique Tanésie, Liliane Decobert et Marcelle Puga | RDV MDPÂ* 14h-16h | Gratuit | Accès libre | Intergénérationnel | |
| Vendredi 31 juillet | | | | | |
| ☐ Crochet prévoir son matériel Intervenante : Sophie Bouhouch | RDV MDPÂ* 14h-16h | 3 € | Obligatoire | Intergénérationnel | 8 places |

*Maison des Part'Âges (8 ter, avenue Léon-Blum)



Les indispensables de l'été



Information importante :

Les enfants sont sous la responsabilité des parents lors des sorties. À la plage comme en base de loisirs, les parents doivent être dans l'eau en maillot de bain avec eux.

Zoom sur

> INITIATION GYM DOUCE

Prendre soin de son corps sans effort violent. Cette discipline vous invite à prendre le temps de bien réaliser vos mouvements, au sol, debout ou assis. Les postures sont variées et toujours à la portée de tous. Prenez le temps de vous faire du bien !

Date : les lundis 6 et 20 juillet

Horaires : 10h à 12h



> SORTIE CULTURELLE

Musée du Palais de la porte Dorée
en transport en commun

Date : 24 juillet

Horaires : 9h30-17h30



Fermeture de la structure du lundi 3 au samedi 22 août 2026

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



Zoom sur la rentrée

Porte ouverte de la Maison Des Part'Âges

Rendez-vous **samedi 5 septembre 2026** à la Maison des Part'Âges de 10h à 13h et de 14h à 17h. Venez rencontrer et partager un moment convivial avec les bénévoles et l'équipe du centre social. Vous y découvrirez le programme du 1^{er} semestre et vous pourrez vous initier à certaines activités ! Ce sera aussi le moment de donner vos souhaits d'inscription aux activités.
La reprise des activités débutera le 21 septembre 2026.

Une équipe à votre service

Sophie Bouhouch-Carceller
Responsable

Marie-Laure Villery
Référénte numérique et
accompagnement administrative

Charlotte Wawrzyniak
Référénte famille

Fatiha Legal
Référénte scolaire

Catherine HUMBERT
Psychologue

Grégory Franusic
Animateur enfance et jeunesse,
référént éducatif

Virginie Babise
Animatrice du réseau partenarial

Modalité d'inscription pour l'été

Une adhésion individuelle de 10 € est obligatoire et 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 prend 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 ;
- Livret de famille ou la copie d'un acte de naissance.

La date de dépôt du dossier fait foi.

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

Vous pouvez annuler toute activité jusqu'à 3 jours avant. Si ce délai n'est pas respecté, vous serez facturés, sauf en cas de présentation d'un justificatif.

Horaires d'accueil

Lundi / Mardi / Jeudi :
9h - 12h30 / 13h30 - 18h30

Mercredi : 9h - 12h30 / 13h30 - 18h30

Vendredi : 13h30 - 18h30

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

Pendant les vacances scolaires,
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

