

# PROGRAMME DES ACTIVITÉS FÉVRIER 2025



Adhésion annuelle  
5 € par foyer!

**INSCRIPTIONS À L'ACCUEIL**  
**MERCREDI 29 JANVIER de 14h à 17h**  
*puis aux horaires d'ouverture du centre socioculturel*



Renseignements : 01 60 47 86 60 • [csc@ville-epinay-senart.fr](mailto:csc@ville-epinay-senart.fr)



[www.ville-epinay-senart.fr](http://www.ville-epinay-senart.fr)



Ville d'Épinay-sous-Sénart



Ville d'Épinay-sous-Sénart

## Les ateliers partage

### "DO YOU SPEAK ENGLISH?"

SAMEDI 1, 8 & 15 FÉVRIER

Animé par Louiza, bénévole du centre  
14h-15h30

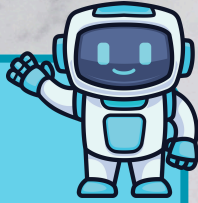
Adultes, Parents- enfants dès 5 ans



### BRICOLAGE

SAMEDI 8 FÉVRIER

Les robots rigolos



Animé par Daniel, bénévole du centre  
14h-15h30 Tout public

## Soutien à la parentalité

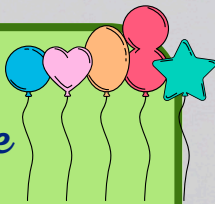
### LE TEMPS DES PARENTS

MERCREDI 5 FÉVRIER

Je suis différent, c'est une  
force!

Animé par Annie Fouksmann

10h - 11h30, Parents et leurs enfants



## ATELIER COUTURE À LA MAIN

JEUDI 6 & 13 FÉVRIER

(Re)découvrez les bases de la couture à  
la main : types de points, astuces de  
 finition et réalisez un projet simple et  
utile que vous pourrez emporter  
fièrement chez vous!

Animé par Annick et Evelyne,  
bénévoles du centre 14h-16h Adultes

Tous les jeudis - hors vacances scolaires



## Les animations familles

### JEUX DE SOCIÉTÉ

MERCREDI 12 FÉVRIER

**ENTRÉE LIBRE !** 14h - 16h30

Un moment de convivialité  
en famille ou entre amis !



### REMISE EN FORME

JEUDI 6 & 13 FÉVRIER

Animé par un éducateur sportif  
de la ville

Lieu : salle de musculation - stade Alain  
Mimoun 9h - 10h, Adultes

Séances les jeudis  
hors vacances scolaires



# Savoir et transmission

## ATELIER ZC CRÉATIONS

**MARDI 4 FÉVRIER**  
*Lessive écologique*

*Animé par Isabelle Delabarre,  
14h-15h30 - Adultes*



## *Initiation à la Boxe Française et Anglaise*

**VENDREDIS 7 & 14 FÉVRIER**  
*Animé par Claire Bramé  
14h - 15h30 - Adultes*



## ATELIER BIEN ÊTRE

**MERCREDI 12 FÉVRIER**  
*"La bataille de boules de neige"*  
*Animé par Annie Fouksmann  
10h - 11h Parents- enfants, dès 4 ans*



## ATELIER NUTRITION



**JEUDI 6 FÉVRIER**

*Promouvoir une alimentation saine et équilibrée*

*Animé par Mathilde Lanotte,  
diététicienne 15h-16h - Adultes*

## ATELIER CUISINE

**SAMEDI 8 FÉVRIER**

*Cuisine & Repas partagé  
Fruits et légumes de saison*

*Animé par Franck Nanguy, chef  
cuisinier 10h-12h - Adultes*



*Au fil des saisons  
CUISINE À DOMICILE*

## ATELIER SAUR



**SAMEDI 15 FÉVRIER**

*Animé par la société SAUR  
14h-16h*



*Adultes & parents - enfants dès 7 ans*

## *Les ateliers numériques*

**SAMEDI 1 FÉVRIER**



**EDUSPHERO : Programmation de sphères téléguidées**

*14h - 16h À partir de 8 ans,  
places limitées*

# Projet de territoire

# "L'art au fil des cheveux"



Le 8 mars est la journée internationale des droits des femmes.

C'est une occasion spéciale pour célébrer les luttes, les réussites et les contributions des femmes à travers le monde.

C'est dans cet esprit que ce projet invite à une réflexion artistique et ludique sur l'image de la femme et la créativité, en transformant des visages féminins en œuvres uniques grâce à des chevelures imaginées et composées à partir d'objets variés.

## ATELIERS Adultes

**14h - 16h**

Atelier chevelures de femme

Atelier chevelures de femme

## ATELIERS Enfants

**14h - 16h**

Crêpes party

jeux de société



**Mercredi 5 février**



**Mercredi 12 février**

## PLANNING

### HEBDOMADAIRE

	Matin		Après-Midi	
Mardi	Atelier Sociolinguistique/FLE 9h30-11h30	Permanence emploi TZCLD 9h-11h	Aide aux démarches administratives 14h-16h *	Permanence Aide au Numérique 13h30-17h30 *
	Permanence Aide au Numérique 9h-12h *		Atelier Sociolinguistique/FLE 14h-16h	Permanence Famille : Info Écoute Conseil Orientation 15h-16h
Mercredi	Ateliers Parents -enfants 10h-11h30	Permanence CCAS 10h-11h45(*)	Loisirs Pour Tous 14h-16h00	Ateliers Parents-enfants 16h30-17h30
	Permanence Aide au Numérique 9h-12h *	Permanence AbriHandicap 10h-12h*	Permanence Aide au Numérique 13h30-17h30 *	
Jeudi	Fermé au public	Séance de remise en forme Stade A. Mimoun 9h-10h/10h-11h	Permanence MDS 14h-16h (*)	
Vendredi	Aide aux démarches administratives 9h-11h *		Atelier Sociolinguistique Parcours citoyen 9h30-11h	Permanence St Vincent de Paul 14h-16h
	Permanence Aide au Numérique 9h-12h *		Permanence Aide au Numérique 13h30-17h30 *	
Samedi	Permanence Abri Handicap 10h-12h* Les derniers samedis du mois		Loisirs Pour Tous 14h-16h00	Ateliers Parents Enfants 16h30- 17h30
			Ateliers Numériques 13h30-17h30 *	

Centre socioculturel

Joséphine BAKER

Horaires d'ouverture

Mardi, mercredi,  
vendredi :

9h - 12h /13h30 -18h

Jeudi et samedi :

13h30 - 18h ,

fermé le lundi