

PROGRAMME DES ACTIVITÉS NOVEMBRE 2026

Centre socioculturel
Joséphine Baker



**INSCRIPTIONS
À PARTIR DU**

MERCREDI

28 OCTOBRE

aux horaires d'ouverture



POUR QUI?

Familles,
parents, enfants,
ados, adultes,
séniors..



**COMMENT
S'INSCRIRE?**

- ✓ À l'accueil du centre
- ✓ Par téléphone
- ✓ Par mail

Horaires d'ouverture

Mardi, mercredi, vendredi : 9h-12h / 13h30- 18h

Jeudi et samedi : 13h30 - 18h

fermé le lundi



18, rue Jean-Paul Sartre -
Place des cinéastes



01 60 47 86 60



csc@ville-epinay-senart.fr



www.ville-epinay-senart.fr



Ville d'Epinay-sous-Sénart



Ville d'Epinay-sous-Sénart

ATELIERS PARTAGE

REPRISE

COUTURE À LA MAIN



Jeudi 5-12-19 & 26 novembre
14h-15h30
Animé par Annick
Public adulte

COURS DE RUSSE

NOUVEAU



Mercredi 4-18 & 25 novembre
14h-15h30
Animé par Elena
Public ados et adultes



CROCHET

NOUVEAU



Samedi 7- 14- 21 & 28 novembre
14h-15h30
Animé par Joëlle
Public ados et adultes



COURS D'ANGLAIS

REPRISE



Samedi 7- 14- 21 & 28 novembre
14h-15h30

Speak english like the English

Animé par Dabota

Public ados et adultes



CUISINE



Mardi 17 novembre
10h -12h
Samoussas

Animé par Marie-Noëlle
Public adulte



LE TEMPS DES PARENTS

PARENTS, À VOUS L'HONNEUR

Rencontre mensuelle autour de la parentalité



Samedi 21 novembre
16h-18h

À travers des jeux et des animations participatives, chacun peut s'exprimer librement sur son quotidien de parent: partager ses expériences, évoquer les difficultés rencontrées et réfléchir ensemble aux solutions et actions répondant aux besoins du territoire, dans un cadre bienveillant et sans jugement.

Animé par Nolwenn
formatrice dans l'accompagnement des
adultes et de la parentalité

Public adulte



REMISE EN FORME



Jeudi 1- 8 et 15 novembre
9h-10h



Salle de musculation du stade
A.Mimoun
Animé par Djamel,
éducateur sportif

Public adulte

BIEN- ÊTRE



Mercredi 18 novembre
11h-12h

Savoir poser ses limites

Animé par Annie,
Sophrologue



Parents/Enfants à partir de 4 ans

SAVOIRS & TRANSMISSION

CUISINE



Jeudi 5 novembre
14h-16h

Atelier conserverie de légumes

Animé par les jardins de WILMA
Public adulte



ATELIER NUTRITION

Promouvoir une alimentation
saine et équilibrée



Samedi 14 novembre
10h-12h

Animée par Mathilde Lanotte,
diététicienne
Public adulte

CARDIO BOXING



Vendredi 6- 13- 20 & 27 novembre
10h-12h

Animée par Samira
(Championne d'Europe de Boxe
Française)
Public féminin adulte



CUSTOMISATION UPCYCLING



Samedi novembre
14h-16h

Animée par la compagnie
des Mistigris

Tout public/
parent-enfant dès 6 ans



ATELIER NUMÉRIQUE

JEUX SUR LA MÉMOIRE



Samedi 7 novembre
14h-16h

- 1- Stimuler sa mémoire
- 2- Jeu collectif sur ordinateur.

Animé par Tony,
Public Sénior



CONSEILLER
NUMÉRIQUE



PROJETS DE TERRITOIRE

JARDIN EN TERRASSE



Mercredi 4 & 18 novembre
14h-15h30

Tout public, enfant dès 4 ans
accompagné d'un adulte



BIEN VIVRE CHEZ SOI



Jeudi 12 novembre
14h-16h

Fabriquer des petits rangements

Animé par l' EBE Nouvel'R,
Public adulte

THÉÂTRE FORUM



Samedi 14 novembre
14h-16h

Animé par la Compagnie
de théâtre Entre-Sorts
Tout public

TEMPS FORT

**JOURNÉE INTERNATIONALE
POUR L'ÉLIMINATION DE LA VIOLENCE
À L'ÉGARD DES FEMMES**

25 NOVEMBRE 2026

Centre Socioculturel
Joséphine BAKER



**JOURNÉE DE SENSIBILISATION
ET DE PRÉVENTION**

Contact : 01.60.47.86.60/64

Centre Socioculturel Joséphine BAKER. 18, rue Jean-Paul SARTRE, 91860, Épinay-sous-Sénart