



PROGRAMME DES ACTIVITÉS OCTOBRE 2026

Centre socioculturel
Joséphine Baker

Adhésion
annuelle
5€
par foyer



**INSCRIPTIONS
À PARTIR DU**

Samedi

12 septembre -14h

Lors des Portes ouvertes



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'Épinay-sous-Sénart



Ville d'Épinay-sous-Sénart

ATELIERS PARTAGE

NOUVEAU

COUTURE

*Atelier spécial Octobre rose
(voir au dos)*



Jeudi 1 & 8 octobre
14h-15h30

Public ados et adultes

COURS DE RUSSE



Mercredi 10, 17 & 24 octobre
14h-15h30

Animé par Elena

Public ados et adultes

CROCHET



Samedi 3 octobre
14h-15h30

Animé par Joëlle

Public ados et adultes



PÂTISSERIE



Mercredi 13 octobre
14h -16h

Gâteau d'Automne

Animé par Elena et Khadidja

Réservé aux parents et enfants dès 4 ans



LE TEMPS DES PARENTS

NOUVEAU

PARENTS, À VOUS L'HONNEUR

Rencontre mensuelle autour de la parentalité



Samedi 10 octobre
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 .

REMISE EN FORME



Jeudi 1, 8 et 15 octobre
9h-10h

Animé par Djamel,
éducateur sportif



**Salle de musculation du stade
A.Mimoun**

Public adulte

BIEN- ÊTRE



Mercredi 14 octobre
9h-12h (*différents créneaux*)

**Massage sur chaise
de relaxation**

Animé par Annie,
Sophrologue

Public adulte



ATELIER NUMÉRIQUE

Stimuler sa mémoire



Samedi 7 octobre
14h-16h

Animé par Tony,

Public Sénior



CONSEILLER
NUMÉRIQUE
France
services

SAVOIRS & TRANSMISSION

ART DU PARFUMEUR



Vendredi 2 octobre
10h-12h

**Atelier spécial Octobre rose
(voir au dos)**

Animé par l'association NEROLIA
Public Ados et Adulte

CARDIO BOXING



Vendredi 2, 9 et 16 octobre
14h-15h30

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

Public Adulte



ATELIER ZD CRÉATIONS



Jeudi 15 octobre
14h-15h30

Lessive écologique
Public Adulte



Samedi 17 octobre
14h-15h30

Information collective:
**Comment faire durer son
électroménager avec
un entretien naturel**

 



Ma Vie Zéro Déchet



CUISINE



Au fil des saisons
Cuisine à Domicile



Mercredi 7 octobre
10h-12h

Fruits et légumes de saison

Animé par Franck
Cuisine & Repas sur place
Public adulte

PROJETS DE TERRITOIRE

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



Samedi 10 octobre
10h-12h

La communication non violente

Animé par l'association JLEM, La Vie !
Public ados et adultes

BIEN VIVRE CHEZ SOI



Jeudi 8 octobre
14h-16h

**Les ateliers pratiques
du quotidien: Peinture**

Animé par l' EBE Nouvel'R,
Public adulte

JARDIN EN TERRASSE



Mercredi 7 & 14 octobre
14h-15h30

Tout public, enfants dès 4 ans
(accompagnés d'un adulte)

 **Abeilles**
aide et entraide



THÉÂTRE FORUM



Samedi 17 octobre
16h-18h

Animé par la Compagnie
de théâtre Entre-Sorts
Tout public

Octobre Rose 2026



Programme

au centre socioculturel Joséphine Baker

Octobre, mois dédié à la sensibilisation
et au dépistage du cancer du sein

**Jeudi
1er octobre**

14h-16h

Atelier création de broches fleuries en tissus

Animé par les bénévoles du centre (sur inscription)

**Vendredi
2 octobre**

10h-12h

ART DU PARFUMEUR

**Atelier bio: création d'un parfum, d'un encens
et d'un baume parfumé**

Animé par l'association NEROLIA (sur inscription)

**Jeudi
8 octobre**

14h-16h

Atelier création de broches fleuries en tissus

Animé par les bénévoles du centre (sur inscription)

**Mercredi
14 octobre**

14h-16h

Sensibilisation au dépistage du cancer du sein et à l'autopalpation sur mannequin

Animé par la Ligue contre le Cancer, comité de l'Essonne (entrée libre)

**Vendredi
16 octobre**

15h-17h

Escape Game en réalité virtuelle: expérience ludique et interactive pour sensibiliser au cancer du sein

*(idées reçues, dépistage, mammographie et soutien aux personnes concernées
à travers des défis, QCM..)*

Animé par l'association PLAll (entrée libre)



Centre socioculturel Joséphine Baker, 8 rue Jean-Paul Sartre
Place des cinéastes, Epinay-sous-Sénart (91860)

Prévenir pour
mieux soigner



Renseignements: 01.60.47.86.60- csc@ville-epinay-senart.fr