



Du 1<sup>er</sup> au 26 juillet 2025

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

Ouverture  
des inscriptions de l'été  
à partir du lundi 16 juin 2025  
l'adhésion est obligatoire

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

# La Maison des Part'Âges

	LIEUX & HORAIRES	PRIX	INSCRIPTION	PUBLIC	PLACES
<b>Mardi 1<sup>er</sup> juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Yin Yoga</b> animé par Céline Antoni	RDV MDPA* 19h-20h	5 €	Obligatoire	Adulte	8 places
<b>Samedi 5 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Plage : « Lion-sur-Mer »</b>	RDV MDPA* 7h-21h	10 €	Obligatoire	Intergénérationnel	48 places
<b>Lundi 7 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Initiation gym douce</b> animée par Dumérisse Victorin Clitandre	RDV MDPA* 10h-12h	5 €	Obligatoire	Adulte	6 places
<input type="checkbox"/> <b>Lundi jeux</b> animé par Dominique Tanésie	RDV MDPA* 14h-17h	Gratuit	Accès libre	Intergénérationnel	
<input type="checkbox"/> <b>Randonnée</b> animée par Patricia Laroche	RDV MDPA* 15h-18h	2 €	Obligatoire	Adultes	12 places
<b>Mardi 8 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Pétanque</b> au parc Henri-Sellier 	RDV devant le Grand Large 11h30-17h	Gratuit	Obligatoire	Intergénérationnel	12 places
<b>Mercredi 9 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Confection de bijoux</b> animée par Marie-France Coulombel	MDPA* 10h-12h	5 €	Obligatoire	Intergénérationnel	6 places
<input type="checkbox"/> <b>Sophrologie méditative en extérieur</b> animée par Céline Antoni	RDV MDPA* 10h-11h30	5 €	Obligatoire	Intergénérationnel	8 places
<input type="checkbox"/> <b>Stage sashiko</b> animé par Patricia Laroche (2 <sup>e</sup> séance le 16 juillet)	RDV MDPA* 15h30- 17h30	5 €	Obligatoire	Intergénérationnel	6 places
<input type="checkbox"/> <b>Apéro-Part'Âgé/Bowling</b>	RDV MDPA* 17h-22h	5 €	Obligatoire	Intergénérationnel	48 places
<b>Jeudi 10 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Multi-activités</b> Les terrasses de la Maison des Part'Âges 	RDV au Jardin de Robinson 14h-17h	Gratuit	Accès libre	Intergénérationnel	
<b>Vendredi 11 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Sortie Culturelle: Domaine de Marly</b> 	RDV MDPA* 9h30-17h	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.

## Zoom sur

### > YING 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.

**Date :** mardi 1<sup>er</sup> juillet

**Horaires :** 19h à 20h



### > SOPHROLOGIE MÉDITATION

Venez découvrir une séance de sophro méditation en plein air.

Elle se déroulera en plusieurs temps : une marche méditative, un instant de reconnexion à soi, des exercices de relaxation dynamique (mouvements doux du corps avec la respiration) et un temps de méditation.

**N'oubliez pas d'apporter votre tapis, un zafu ou gros coussin épais ainsi que votre bouteille d'eau.**

**Date :** mercredi 9 juillet

**Horaires :** 10h à 11h30

### > LES TERRASSES DE LA MAISON DES PART'ÂGES

Chaque jeudi du mois de juillet, retrouvez-nous au Jardin de Robinson autour des jeux de société, d'activités manuelles et selon la météo, des initiations à la gym douce pourront être également proposées.

**Date :** Les jeudis 10 juillet et 24 juillet • **Horaires :** 14h à 17h



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

# La Maison des Part'Âges

	LIEUX & HORAIRES	PRIX	INSCRIPTION	PUBLIC	PLACES
<b>Samedi 12 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Base de loisirs</b> à Cergy-Pontoise	RDV MDPA* 9h-19h30	5 €	Obligatoire	Intergénérationnel	48 places
<b>Mardi 15 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>« Atelier bricol'Âges »</b> Initiation plomberie. Nettoyage, entretien et raccordement (machine à laver, lave-vaisselle, évier) animé par Joël Coulombel	10h-12h	2 €	Obligatoire	Adulte	6 places
<input type="checkbox"/> <b>Pétanque</b> au parc Henri-Sellier. 	RDV devant le Grand Large 11h30-17h	Gratuit	Obligatoire	Intergénérationnel	12 places
<b>Mercredi 16 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Confection de bijoux</b> animée par Marie-France Coulombel	MDPA* 10h-12h	5 €	Obligatoire	Intergénérationnel	6 places
<input type="checkbox"/> <b>Initiation gym douce</b> animée par Duménise Victorin Clitandre	RDV MDPA* 10h-12h	5 €	Obligatoire	Public	6 places
<input type="checkbox"/> <b>Loto/Goûter Part'Âgé</b>	RDV MDPA* 14h-17h	Gratuit	Obligatoire	Intergénérationnel	24 places
<input type="checkbox"/> <b>Stage sashiko</b> animé par Patricia Laroche	RDV MDPA* 15h30-17h30	5 €	Obligatoire	Intergénérationnel	6 places
<b>Jeudi 17 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>« Pique-nique Part'Âgé »</b> Les terrasses de la Maison des Part'Âges	RDV au Jardin de Robinson 11h30-17h	Gratuit	Accès libre	Intergénérationnel	
<b>Vendredi 18 juillet</b>					
<input type="checkbox"/> <b>Sortie Culturelle : Domaine de Marly</b> 	RDV MDPA* 9h30 17h	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.

## Zoom sur

### > ATELIER BRICOLÂGES Initiation à la plomberie

Participez au groupe des petits bricoleurs qui se réunissent le mardi pour s'initier et régler les petits tracas de tous les jours ! Nettoyage, entretien et raccordement n'auront plus de secrets pour vous !

**Date :** mardi 15 juillet • **Horaires :** 10h à 12h



### > CONFECTION DE BIJOUX

Participez à une matinée artistique pour mettre en avant vos talents et tester différentes techniques de création, échanger et améliorer vos compétences ainsi que votre imagination afin de concrétiser vos idées.

**Date :** les mercredis 9, 16 et 23 juillet

**Horaires :** 10 h à 12h

### > GOÛTER PARTÂGÉS

Le goûter, souvenir d'enfance pour bon nombre d'entre nous, n'est pas réservé qu'aux petits ! Participez à ces parenthèses pour profiter d'un après-midi convivial, pendant lequel vous pourrez déguster les gourmandises que vous aurez réalisées. À vos fourneaux ! Durant ces moments, des animations comme le loto et le *blind test* seront proposées.

**Date :** les mercredis 16 et 23 juillet 2025 • **Horaires :** 14h à 17h

# La Maison des Part'Âges

	LIEUX & HORAIRES	PRIX	INSCRIPTION	PUBLIC	PLACES
<b>Samedi 19 juillet</b>					
☐ <b>Plage : « Trouville-sur-Mer »</b>	RDV MDPA* 7h-21h	10 €	Obligatoire	Intergénérationnel	48 places
<b>Lundi 21 juillet</b>					
☐ <b>Initiation gym douce</b> animée par Duménise Victorin Clitandre	RDV MDPA* 10h-12h	5 €	Obligatoire	Adulte	6 places
☐ <b>Lundi jeux</b> animé par Dominique Tanésie	RDV MDPA* 14h-17h	Gratuit	Accès libre	Intergénérationnel	
☐ <b>Randonnée</b> animé par Patricia Laroche	RDV MDPA* 15h-18h	2 €	Obligatoire	Adultes	12 places
<b>Mardi 22 juillet</b>					
☐ <b>Journée pétanque</b> au parc Henri-Sellier 	RDV devant le Grand Large 11h30-17h	Gratuit	Obligatoire	Intergénérationnel	12 places
<b>Mercredi 23 juillet</b>					
☐ <b>Confection de bijoux</b> animée par Marie-France Coulombel	MDPA* 10h-12h	5 €	Obligatoire	Intergénérationnel	6 places
☐ <b>Blind test/Goûter Part'Âgé</b>	RDV MDPA* 15h-17h	Gratuit	Obligatoire	Intergénérationnel	8 places
<b>Jeudi 24 juillet</b>					
☐ <b>Multi-activités</b> Les terrasses de la Maison des Part'Âges	RDV au Jardin de Robinson 14h-17h	Gratuit	Accès libre	Intergénérationnel	
<b>Vendredi 25 juillet</b>					
☐ <b>Sortie Culturelle : Domaine de Marly</b> 	RDV MDPA* 9h30-17h	5 €	Obligatoire	Intergénérationnel	8 places
<b>Samedi 26 juillet</b>					
☐ <b>Plage : « Houlgate »</b>	RDV MDPA* 7h-21h	10 €	Obligatoire	Intergénérationnel	48 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 :** lundi 7, mercredi 16 et lundi 21 juillet

• **Horaires :** 10h à 12h



### > SORTIE CULTURELLE : DOMAINE DE MARLY

Pendant cette journée venez découvrir le musée du domaine national de Marly ainsi que ses jardins.

(en véhicule 9 places).

**Date :** les vendredis 11, 18 et 25 juillet 2025

**Horaires :** 9h30 à 17h

Fermeture de la structure du lundi 28 juillet au samedi 23 août 2025.

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



## Zoom sur la rentrée

### Portes ouvertes de la Maison Des Part'Âges

Rendez-vous **samedi 6 septembre 2025** 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<sup>er</sup> semestre et vous pourrez vous initier à certaines activités ! Ce sera aussi le moment de donner vos souhaits d'inscriptions aux activités pour le 1<sup>er</sup> semestre 2025-2026.  
La reprise des activités débutera le 22 septembre 2025.

### Une équipe à votre service

**Sophie Bouhouch-Carceller**  
Responsable

**Marie-Laure Villery**  
Référente famille

**Charlotte Wawrzyniak**  
Animatrice socioculturelle adulte

**Fatiha Legal**  
Référente scolaire

**Catherine HUMBERT**  
Psychologue

**Grégory Franusic**  
Animateur enfance/  
jeunesse, référent éducatif

**Virginie Babise**  
Animatrice du réseau partenarial

### Modalité d'inscription 2025/2026

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 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

