

LUDOTHÈQUE

TOUS LES JEUX DE LA LUDO POUR PARTAGER
UN BON MOMENT EN S'AMUSANT, *pour les petits et pour les grands !*



LUDO THÉMATIQUE

10h-12h et 14h-17h

*Du nouveau à La Ludo :
chaque samedi, découvrez une nouvelle thématique !*

SUR PLACE AU MIX'CITY

TOUS LES MERCREDIS ET SAMEDIS

9h30-12h
14h-17h

TOUS LES VENDREDIS

9h30-12h

CONSEILS ET RÉSERVATIONS

au **06 46 24 20 83** ou par mail laludo@lagny-sur-marne.fr

À EMPORTER

Prêt de jeux les mercredis et samedis,
de 9h30 à 12h et de 14h à 17h.
Toutes les familles adhérentes du Mix'City peuvent
emprunter 1 ou 2 jeux pour 2 semaines maximum.



19 rue Louis Blériot
77400 Lagny-sur-Marne
01 60 93 45 08
mixcity@lagny-sur-marne.fr

Lundi, mardi, mercredi et vendredi
9h-12h30 & 13h30-17h30
Jeudi 13h30-17h30
Samedi 9h-12h30 & 13h30-17h30
Ouvertures exceptionnelles fréquentes
en fonction des événements



33 avenue de la République
77400 Lagny-sur-Marne
06 85 09 53 81
ou **01 64 12 47 57**
Lundi 13h30-17h30
Mardi et vendredi 9h30-12h30
et 13h30-17h30

MIX' CITY

PROGRAMME MAI 2023
CENTRE SOCIOCULTUREL



SUR INSCRIPTION À L'ACCUEIL OU AU **01 60 93 45 08**



PÔLE SOCIAL AU MIX' CITY

LES LUNDIS APRÈS-MIDI

• FAMILLE DE FRANCE SURENDETTEMENT

Écoute, conseils, aide à la constitution des dossiers de surendettement.
Sur rendez-vous
au 01 64 30 21 47

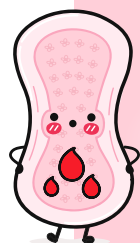
LES VENDREDIS MATINS

• BALLE AU BOND
Aide à la recherche de modes de garde pour vos enfants
Sur rendez-vous
au 06 59 51 37 81

ATELIER THÉMATIQUES AUTOUR DE LA PARENTALITÉ

de mars à juin

« EN ROUTE VERS UN ÉPANOUISSEMENT FAMILIAL »



PRÉCARITÉ MENSTRUELLE SANG GALÈRE, SANS GALÈRE !

Le coût des protections hygiéniques s'élève environ à 4000€ sur toute la vie, voire 8000€ en comptant les antidouleurs, les vêtements de rechange et les visites médicales...

Vous pouvez en avoir gratuitement

- Au Mix'City
- au Point Info Jeunesse,
- à la Maison Des Jeunes,
- au Pôle Solidaire
- au Centre Communal d'Action Sociale.

POUR LES FAMILLES

ATELIER MOTRICITÉ

Tous les mercredis, vendredis et samedis matin de 9h30 à 12h

Parent-Enfant 0-8 ans

Expérimenter, lancer, oser, sauter, tenter... Espace et matériel sont disponibles pour vous permettre d'accompagner vos enfants en toute sécurité et découvrir leurs progrès.

ATELIER CAFÉ TRICOT THÉ

Tous les mercredis de 10h à 12h

Animé par des bénévoles, c'est LE rendez-vous pour tous, débutant ou passionné : une belle occasion d'apprendre et de partager ses savoir-faire : tricot, crochet, points comptés...

ATELIER JARDINAGE

3, 17 et 31 mai de 10h30 à 12h

Parent-Enfant dès 6 ans

Venez découvrir les joies du jardinage en famille avec Ghislaine, bénévole au Mixi'Pot', le jardin partagé du Mix'City.

MASSAGE BÉBE

6 et 13 mai de 10h à 11h

Un rendez-vous à partager avec votre bébé (jusqu'à 10 mois) avec les conseils de Cécile Ferrand, puéricultrice.

ATELIER HANDMIRABLE

10 mai de 9h30 à 12h

L'association Handmirable vous propose de découvrir les outils de la pédagogie Montessori : venez partager de nouveaux jeux.

ATELIER « LIRE OU JOUER, JOUER OU LIRE »

12 mai 9h30 à 12h

Nul besoin de choisir grâce à la venue des bibliothécaires à la Ludo. En partenariat avec la médiathèque intercommunale Gérard-Billy de Lagny-sur-Marne.

PERMANENCE ORTHOPHONISTE

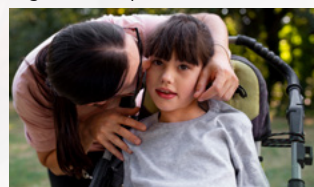
17 mai de 9h à 12h15

Vous pourrez rencontrer madame Dezan Véronique, orthophoniste en rendez-vous individuel de 30 min.

LA PARENTALITÉ FACE AU HANDICAP

17 mai de 10h à 12h

Magali Imbault, éducatrice spécialisée, vous apportera des conseils, des outils et une écoute afin de vous permettre de comprendre la situation de votre enfant et de vous orienter vers des professionnels ou organismes spécialisés.



ATELIER GYM/DANSE

17 mai à 15h

Dès 8 ans

Kaliyah et Aya 9 ans, vous proposent de découvrir leurs passions la danse et la gymnastique.

ATELIER COMPTINES ET CHANSONS

24 mai à 10h30 et 27 mai à 11h

Olivia de l'association de la mer est calme, partage avec vous et vos petits toutes ses chansons au son du ukulélé.

ATELIER JUST DANCE

31 mai de 14h à 15h

Venez partager meilleurs pas de danse dans la bonne humeur et la convivialité.

Solidarité Aidants

Volontaires en service civique auprès de l'association Unis-Cité. La mission a pour but d'offrir des temps conviviaux aux personnes en situation de handicap et/ou de dépendance. Pour cela, l'association propose des visites à domicile hebdomadaires et gratuites (jeux de société, balades, activités manuelles, temps d'échange, ...)

Vous pouvez contacter l'association par mail : solidarite.aidants.uc77@gmail.com ou par téléphone au : 06 99 69 02 67.



POUR TOUS

REPAS PARTAGÉ

13 mai à 12h30

Familles adultes et seniors

À la demande générale des habitués du Mix'City, nous mettons en place ce repas qui vous permettra de partager votre plat préféré et de découvrir les plats des autres participants.

SOIRÉE JEUX

26 mai de 20h à 23h

Le temps d'une soirée, la ludothèque vous propose de vous amuser et de vous défier en découvrant des jeux de société. Venez passer un moment convivial et chaleureux avec nos ludothécaires Anne et Lehna.

SORTIE AU CHÂTEAU DE VERSAILLES

28 juin

Venez vivre la vie de château le temps d'une journée détente et découverte.
Inscription et paiement le 30 mai, participation de 3 euros requise par personne.



Pour vous les parents, prenez un moment pour souffler et vous détendre sans vos enfants

PAPOTHÉ

Tous les vendredis de 14h30 à 16h

Venez prendre un temps convivial en ludo autour d'un café ou d'un thé avec d'autres parents pour échanger vos astuces.

ATELIER CUISINE

15 et 29 mai à 14h

Venez cuisiner les recettes de Farida, bénévole coordinatrice du projet, et venez partager entre parents.

POUR LES ADULTES ET LES SENIORS

CAFÉ SENIORS

Tous les jeudis hors vacances scolaire à partir de 16h

Moment conviviale pour échanger et faire de nouvelle rencontre.

ATELIER « SPORT ALIM »

4 mai à 14h

Venez découvrir une expérience culturelle et sportive en termes de sport santé.

ATELIER BEAUTY MIX

9 mai à 14h

Prenez soins de nous : venez fabriquer votre masque de beauté avec Léanne.

ATELIER DANSE DOUCE

11 mai de 15h à 16h

Venez découvrir cette discipline avec Magali et travaillez tous les muscles de votre corps, sans choc sur vos articulations, sans geste brusque.

ATELIER SOPHROLOGIE

11 mai de 14h à 15h

Venez apprivoiser votre sommeil avec Chantal, sophrologue bénévole.

ATELIER BIJOUX

12 et 26 mai à 14h

Michèle, bénévole, vous accompagne pour créer vos bijoux.

ATELIER QI GONG

23 mai de 14h à 15h

Éliane vient vous faire découvrir le Qi Gong une discipline relaxante mais sportive.

ATELIER FELDENKRAIS

25 mai à 14h

Avec Karine Guichard, de l'association « Bon pied bon œil », découvrez une méthode douce de mouvements permettant de relâcher la pression sur les articulations et de trouver une alternative aux douleurs répétitives.

ATELIER NUMÉRIQUE AUTOUR DE LA CUISINE

26 mai de 9h à 17h

Au programme, cuisine le matin et l'après-midi explications sur comment partager vos recettes sur les différentes plateformes en ligne avec Romain Helfer (prérequis : savoir utiliser un clavier et la souris d'un ordinateur).

REPAS SENIORS BATEAUX MOUCHES PARIS

13 juin

Le temps d'un repas, découvrez les monuments de Paris.
Inscription le mardi 30 mai de 14h à 17h participation de 3 euros requise.