

PROGRAMME

MIX'CITY & OPTI'MIX

1 OCTOBRE | NOVEMBRE | DÉCEMBRE





RENDEZ-VOUS
CHAQUE MOIS

MERCREDI ON LIT !

Tous les mercredis matin de 10h à 12h p.11

ESPACE MOTRICITÉ

Tous les mercredis, vendredis et samedis matin de 9h30 à 12h p.11

LUDOTHÈQUE

Tous les mercredis et samedis de 9h30 à 12h
puis de 14h à 17h et les vendredis de 9h30 à 12h p.11

ATELIER CAFÉ TRICOT THÉ

Tous les mercredis de 10h à 12h p.11

CAFÉ DES PARENTS

Tous les vendredis de 14h à 16 p.11

GOÛTER DES SÉNIORS

Tous les jeudis (hors vacances scolaires) de 16h à 17h30 p.21

MIX'ÉTUDES

Du lundi au samedi hors vacances scolaires p.29

ATELIERS SOCIOLINGUISTIQUES (ASL)

Sur rendez-vous du lundi au vendredi
entre 9h et 12h30 et de 14h à 17h p.31

FAMILLE DE FRANCE SURENDETTEMENT

Tous les lundis après-midi p.31

ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

Tous les mardis p.31

RENCONTRE AVEC VOTRE CHARGÉ DE DÉVELOPPEMENT LOCAL

Tous les vendredis de 9h à 12h30 et de 14h à 18h p.31

BALLE AU BOND

Tous les jeudis matin p.31

CLOWNS, THÉÂTRE D'OMBRES ET MARIONNETTES RÉCUP'ART !

Tous les mercredis de 14h à 17h p.11

ESPACE JEUX ET LUDOTHÈQUE

En accès libre sur les horaires d'ouverture de l'Opti'Mix p.11

ACCUEIL DES ASSISTANTES MATERNELLES DU QUARTIER ADHÉRENTES DU CLUB DES P'TITS LOUPS

Tous les mardis matin hors vacances scolaires p.11

DANSE EN LIGNE

Tous les lundis de 14h à 17h p.21

LE GANG DES TRICOTEUSES

Tous les lundis de 15h30 à 17h30 p.21

TEMPS DE DEVOIRS / RÉVISER EN S'AMUSANT ! ET SOUTIEN SCOLAIRE EN MATHÉMATIQUES

Nous contacter pour les dates de reprise p.29

ESPACE NUMÉRIQUE

Tous les lundis de 13h30 à 17h30, mardis, mercredis
et vendredis de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30 p.31

LES PERMANENCES ADMINISTRATIVES

Tous les mardis après-midi sur RDV p.31

LA BRÈCHE : DES ÉDUCATEURS SPÉCIALISÉS À VOTRE ÉCOUTE

Sur rendez vous auprès des éducateurs p.31

LES PERMANENCES EMPLOI DE NOS BÉNÉVOLES SUR RDV

Tous les mardis hors vacances scolaires de 14h à 17h
et un vendredi sur deux hors vacances scolaires de 14h à 17h p.31

CALENDRIER

OCTOBRE

Semaine Bleue « **CONTES DE MON ENFANCE** »
Mercredi 2 octobre de 10h à 11h30 p.22

Semaine Bleue **ATELIER CRÉA'MIX INTERG**
Mercredi 2 octobre de 14h à 16h30 p.22

Semaine Bleue **ATELIER MÉMOIRE**
Jeudi 3 octobre de 14h à 16h p.23

Semaine Bleue **GOÛTER DES SÉNIORS
PARLONS SANTÉ !**
Jeudi 3 octobre de 16h à 17h30 p.22

Semaine Bleue **ATELIER E-SPORT**
Vendredi 4 octobre de 10h à 12h p.22

ATELIER BIJOUX
Vendredi 4 octobre de 14h à 17h p.23

Octobre Rose **ATELIER QI-GONG**
Samedi 5 octobre de 13h30 à 16h30 p.22

ATELIER MASSAGE BÉBÉ
Lundi 7 octobre de 10h-11h p.12

Octobre Rose **ATELIER SOPHROLOGIE**
Mardi 8 octobre de 10h à 12h p.22

Octobre Rose **ATELIER COUTURE,
CONFECTION DE COUSSIN CŒUR**
Mardi 8 octobre de 13h30-16h30 p.22

ATELIER CRÉATIF

Mercredi 9 octobre de 10h à 12h p.14

ATELIER COMPTINES ET CHANSONS

Mercredi 9 octobre à 10h30 p.12

ATELIER RELAXOLOGIE

Mercredi 9 octobre de 14h30 à 16h30 p.23

ATELIER MÉMOIRE

Jeudi 10 octobre de 14h à 16h p.23

PERMANENCE ORTHOPHONISTE

Vendredi 11 octobre de 8h45 à 11h15 p.12

Octobre Rose **ATELIER AQUARELLE**
Vendredi 11 octobre de 9h30 à 12h30 p.22

NATUROPATHIE

Vendredi 11 octobre de 14h à 15h30 p.23

ATELIER AUTO-MASSAGE

Vendredi 11 octobre de 14h à 16h p.23

Octobre Rose **ATELIER RELAXOLOGIE**
Vendredi 11 octobre de 14h30 à 16h30 p.22

ATELIER COUTURE

Samedi 12 octobre de 14h à 16h p.23

ET SI ON JOUAIT À LA MÉDIATHÈQUE ?

Samedi 12 octobre de 10h à 12h p.12

SPECTACLE « LE LIVRE DE LA JUNGLE »

Dimanche 13 octobre à 17h p.12 et p.14

ATELIER COUTURE

Mardi 15 octobre de 13h30 à 17h p.23

ATELIER DE L'ASSOCIATION MILADI BEAUTÉ BIEN-ÊTRE (AMBB)

Mardi 15 octobre de 14h à 15h30 p.23

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Mardi 15 octobre de 14h à 16h30 p.23

SOIRÉE PARENTALE TDA-TDAH, C'EST QUOI ?

Mardi 15 octobre de 19h30 à 21h30 p.12

PERMANENCES PARENTALITÉ-HANDICAP

Mercredi 16 octobre de 10h à 12h p.12

COMPTINE ET UKULÉLÉ

Mercredi 16 octobre de 10h30 à 11h30 p.14

ATELIER GOÛTER

Mercredi 16 octobre de 14h à 16h p.12

LUDO'INCLUSIVE ET CAFÉ DES PARENTS

Mercredi 16 octobre de 14h à 17h p.14

PERMANENCE JURIDIQUE

Jeudi 17 octobre de 10h à 16h p.32

PERMANENCE JURIDIQUE

Jeudi 24 octobre de 10h à 16h p.32

ATELIER MÉMOIRE

Jeudi 17 octobre de 14h à 16h p.23

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Jeudi 17 octobre de 14h à 16h30 p.23

CAFÉ DES PARENTS DES TOUTS-PETITS

Vendredi 18 octobre de 9h30 à 11h30 p.12

ATELIER BIJOUX

Vendredi 18 octobre de 14h à 17h p.23

ATELIER RETRAITE

Vendredi 18 octobre de 10h à 11h p.23

SOPHROLOGIE

Vendredi 18 octobre de 15h à 16h30 p.23

SOIRÉE PARENTALE PRÉVENTION CYBER-HARCÈLEMENT

Vendredi 18 octobre de 18h à 21h p.12

PETIT-DÉJEUNER DES PARENTS : PARENT IDÉAL VS PARENT DE LA RÉALITÉ

Samedi 19 octobre de 10h à 12h p.13

SPECTACLE « RÉVERIE - DES CONTES POUR S'ÉVADER »

Samedi 19 octobre à 16h p.13

STAGE D'ANGLAIS

Lundi 21, mardi 22 et jeudi 24
et vendredi 25 octobre de 13h30 à 15h30 p.29

ATELIER BATUCADA

Lundi 21 octobre de 15h45 à 18h p.14

STAGE HIP-HOP

Du mardi 22 au jeudi 24 octobre de 10h à 11h15 pour
les 7-12 ans & de 11h30 à 13h pour les 12-15 ans p.29

JOURNÉE L'AUTOMNE EN FOLIE !

Mardi 22 octobre p.13

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Mardi 22 octobre de 14h à 16h30 p.23

PEINTURE FRESQUE

Mercredi 23 octobre de 14h à 16h p.14

ATELIER CRÉA'MIX

Mercredi 23 octobre de 14h à 16h30 p.13

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Jeudi 24 octobre de 14h à 16h30 p.23

LUDO EN FAMILLE

Jeudi 24 octobre de 16h à 18h p.13

BALADE AU BOIS DE CHIGNY

Vendredi 25 octobre de 10h à 12h p.13

ATELIER SIX BRICKS

Vendredi 25 octobre de 10h30 à 12h p.14

SOIRÉE JEUX

Vendredi 25 octobre de 20h à 23h p.23

SORTIE BERGERIE NATIONALE DE RAMBOUILLET

Samedi 26 octobre de 10h à 19h p.13 et p.15

ATELIER COUTURE

Samedi 26 octobre de 14h à 16h p.23

PERMANENCE POUR LA BOURSE SOLIDARITÉ VACANCES (sur RDV)

Mardi 29 octobre de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30 p.32

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Mardi 29 octobre de 14h à 16h30 p.23

CINÉ GOÛTER

Mardi 29 octobre de 14h à 17h p.13

PARC ANIMALIER PARROT WORLD

Mercredi 30 octobre de 10h à 18h p.13 et p.15

« CONTES MONSTRUEUX »

Mercredi 30 octobre de 11h à 12h pour les petits et de 16h à 17h pour les grands p.13

HALLOWEEN PARTY !

Jeudi 31 octobre de 14h à 21h p.14

NOVEMBRE

ATELIER COMPTINES ET CHANSONS

Samedi 2 novembre à 11h p.15

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Mardi 5 novembre de 14h à 16h30 p.25

ATELIER QI-GONG

Mardi 5 novembre de 14h30 à 15h30 p.24

ATELIER COMPTINES ET CHANSONS

Mercredi 6 novembre à 10h30 p.15

ATELIER CRÉATIF ET CONSTRUCTION

Mercredi 6 novembre de 10h à 12h p.17

RELAXOLOGIE

Mercredi 6 novembre de 14h à 16h30 p.25

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Jeudi 7 novembre de 14h30 à 16h30 p.25

ATELIER MÉMOIRE

Jeudi 7 novembre de 14h à 16h p.24

ATELIER AQUARELLE

Vendredi 8 novembre de 9h30 à 12h30 p.24

ATELIER RETRAITE

Vendredi 8 novembre de 10h à 12h p.25

SOIRÉE PARENTALE TDAH, DYS, TSA ?

Vendredi 8 novembre de 19h à 20h30 p.15

PETIT-DÉJEUNER DES PARENTS LA RÉPARTITION DES TÂCHES, C'EST COMMENT ?

Samedi 9 novembre de 10h à 12h p.15

ATELIER COUTURE

Samedi 9 novembre de 14h à 17h p.24

FORMATION PARENTALE UKUBÉBÉ

Samedi 9 novembre de 14h à 17h p.15

PERMANENCE POUR LA BOURSE SOLIDARITÉ VACANCES (sur RDV)

Mardi 12 novembre de 9h30 à 12h30 puis de 13h30 à 17h30 p.32

ATELIER COUTURE

Mardi 12 novembre de 13h30 à 16h30 p.24

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Mardi 12 novembre de 14h à 16h30 p.25

ATELIER RÉANIMATION PÉDIATRIQUE « JE SAUVE UNE VIE »

Mercredi 13 novembre de 10h à 12h p.15

ATELIER CRÉA'MIX

Mercredi 13 novembre de 14h à 16h30 p.16

LUDO'INCLUSIVE ET CAFÉ DES PARENTS

Mercredi 13 novembre de 14h à 17h p.17

PERMANENCE JURIDIQUE

Jeudi 14 novembre de 10h à 16h p.32

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Jeudi 14 novembre de 14h à 16h30 p.25

ATELIER MÉMOIRE

Jeudi 14 novembre de 14h à 16h p.24

PERMANENCE ORTHOPHONISTE

Vendredi 15 novembre de 8h45 à 11h15 p.16

CAFÉ DES PARENTS DES TOUTS-PETITS

Vendredi 15 novembre de 9h30 à 11h30 p.16

ATELIER RETRAITE

Vendredi 15 novembre de 10h à 12h p.25

NATUROPATHIE RENFORCER SON SYSTÈME IMMUNITAIRE

Vendredi 15 novembre de 14h à 15h30 p.24

ATELIER AUTO-MASSAGE

Vendredi 15 novembre de 14h à 16h p.24

ATELIER BIJOUX

Vendredi 15 novembre de 14h à 17h p.24

SOIRÉE PARENTALE PRÉVENTION CYBER-HARCELEMENT

Vendredi 15 novembre de 18h à 21h p.16

ATELIER MASSAGE BÉBÉ

Lundi 18 novembre de 10h à 11h p.16

ATELIER QI-GONG

Mardi 19 novembre de 14h30 à 15h30 p.24

SOIRÉE PARENTALE TDA-TDAH, C'EST QUOI ?

Mardi 19 novembre de 19h30 à 21h30 p.16

PERMANENCE PARENTALITÉ-HANDICAP

Mercredi 20 novembre de 10h à 12h p.16

COMPTINE ET UKULÉLÉ

Mercredi 20 novembre de 10h30 à 11h30 p.17

ATELIER SIX BRICKS

Mercredi 20 novembre de 14h à 16h p.17

ATELIER MÉMOIRE

Jeudi 21 novembre de 14h à 16h p.24

ATELIER BIEN SUR INTERNET

21 novembre de 14h à 16h30 p.23

ATELIER HANDI'INCLUSIF

Jeudi 21 novembre de 14h à 17h p.17

SOIRÉE CONCERT

Jeudi 21 novembre de 19h30 à 22h30 p.24 et p.25

ATELIER AQUARELLE

Vendredi 22 novembre de 9h30 à 12h30 p.24

ATELIER RETRAITE

Vendredi 22 novembre de 10h à 12h p.25

RÉPIT PARENTAL : ART THÉRAPIE

Vendredi 22 novembre de 14h à 16h p.16

SOPHROLOGIE

Vendredi 22 novembre de 15h à 16h30 p.25

ATELIER COUTURE

Samedi 23 novembre de 14h à 16h p.24

PERMANENCE POUR LA BOURSE SOLIDARITÉ VACANCES (sur RDV)

Mardi 26 novembre de 9h30 à 12h30 puis de 13h30 à 17h30 p.32

MARDI, ON SORT !

Mardi 26 novembre de 10h à 15h30 p.24

ATELIER COUTURE

Mardi 26 novembre de 13h30 à 16h30 p.24

ATELIER CRÉATIF ET CONSTRUCTION

Mercredi 27 novembre de 10h à 12h p.17

VISITE EXPOSITION « OH MY GODS ! »

Mercredi 27 novembre de 11h30 à 17h p.16

ATELIER CRÉA'MIX

Mercredi 27 novembre de 14h à 16h30 p.16

ATELIER MÉMOIRE

Jeudi 28 novembre de 14h à 16h p.24

LUDO SÉNIORS

Jeudi 28 novembre de 15h30 à 17h p.24

ATELIER RETRAITE

Vendredi 29 novembre de 10h à 12h p.25

ATELIER BIJOUX

Vendredi 29 novembre de 14h à 17h p.24

SOIRÉE JEUX

Vendredi 29 novembre de 20h à 23h p.23

DÉCEMBRE

ATELIER MASSAGE BÉBÉ

Lundi 2 décembre de 10h à 11h p.17

FORMATION PARENTALE

« L'APPRENTISSAGE, QUAND JE SUIS DYS OU TDAH ? »
Du lundi 2 au vendredi 6 décembre de 13h30 à 16h30 p.17

ATELIER QI-GONG

Mardi 3 décembre de 14h30 à 15h30 p.26

PERMANENCE PARENTALITÉ-HANDICAP

Mercredi 4 décembre de 10h à 12h p.17

COMPTINES ET UKULÉLÉ

Mercredi 4 décembre de 10h30 à 11h30 p.19

ATELIER SENSORIEL

Mercredi 4 décembre de 14h à 17h p.17

LUDOTHÈQUE

Mercredi 4 décembre de 14h à 17h p.19

ATELIER MÉMOIRE

Jeudi 5 décembre de 14h à 16h p.26

ATELIER AQUARELLE

Vendredi 6 décembre de 9h30 à 12h30 p.26

ATELIER RETRAITE

Vendredi 6 décembre de 10h à 12h p.26

*Semaine
Parentalité
& Handicap*

*Semaine
Parentalité
& Handicap*

*Semaine
Parentalité
& Handicap*



P.10

familles-parentalité

P.16

adultes & séniors

P.22

réussite éducative

P.24

accès aux droits

P.28

temps forts communs

P.39

bon à savoir



L'ensemble des activités nécessitent une inscription à l'accueil, ou par téléphone via la structure sur laquelle se tiendra l'activité :

• POUR LE MIX'CITY

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

• POUR L'OPTI'MIX

Entrée : Rue Calmette
Parking : 31 avenue du Général Leclerc
77400 Lagny-sur-Marne
01 64 12 47 57
optimix@lagny-sur-marne.fr

**Fermetures de l'Opti'Mix : Tous les lundis matin et jeudis toute la journée
Fermeture du Mix'City : Tous les jeudis matin**

NOUVEAUTÉ !

DÉPÔT DES BOUCHONS DE L'ESPOIR À L'OPTI'MIX ET COLLECTE SOLIDAIRE
TROC CITY **Ouverture des inscriptions PSC1 du 24 janvier 2025 à l'Opti'Mix**
NOUVEAU PARTENARIAT AVEC LE SECOURS CATHOLIQUE qui va proposer
des cours de français à l'Opti'Mix – jours et horaires : nous contacter



familles parentalité

Tous les ateliers sont sur inscription à l'accueil
ou par téléphone au 01 60 93 45 08



LES RDV RÉCURRENTS

AU MIX' CITY

MERCREDI ON LIT !

Tous les mercredis matin de 10h à 12h

Découvrez la bibliothèque du Mix'City : albums et documentaires jeunesse, magazines, fond d'ouvrages autour de la parentalité et des droits des femmes.

ESPACE MOTRICITÉ

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

Parents/enfants 0-8 ans

Expérimenter, lancer, oser, sauter, tenter... Espace et matériel sont disponibles en totale autonomie 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 nos 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 CAFÉ DES PARENTS

Tous les vendredis de 14h à 16h

Autour d'un café convivial, venez partager un moment d'échange, d'écoute et d'accompagnement avec Candice, référente famille, afin de dénouer des situations du quotidien et de restaurer la confiance au sein de la famille.

LUDOTHÈQUE

Tous les jeux de La Ludo pour partager un bon moment en s'amusant, pour les petits et pour les grands !

Sur place : au Mix'City, tous les mercredis et samedis de 9h30 à 12h puis de 14h à 17h et les vendredis de 9h30 à 12h.

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.

Conseils et réservation à l'accueil du Mix'City ou par téléphone.

LES RDV RÉCURRENTS

À L'OPTI'MIX

CLOWNS, THÉÂTRE D'OMBRES ET MARIONNETTES RÉCUP'ART !

Tous les mercredis de 14h à 17h

Sur inscription une semaine avant

Libre expression, improvisation théâtrale, jeux de clowns, création, fabrication, manipulation et animation de marionnettes avec Christine. Laissez courir vos idées et votre imagination pour un grand moment de créativité et de lâcher prise. L'idée finale étant si possible de créer des masques de théâtre et marionnettes, histoires et décors pour réaliser ensemble un mini spectacle semi-improvisé !

ESPACE JEUX ET LUDOTHÈQUE

En accès libre les lundis après-midi,
mercredis et vendredis toute la journée
sauf programmation inadaptée.

Notre espace ludothèque est accessible aux enfants accompagnés de leurs parents - Libre à chacun d'explorer, imaginer et jouer dans cet environnement stimulant.

ACCUEIL DES ASSISTANTES MATERNELLES DU QUARTIER ADHÉRENTES DU CLUB DES P'TITS LOUPS

Tous les mardis matin hors vacances scolaires

OCTOBRE

MIX' CITY

ATELIER MASSAGE BÉBÉ

Lundi 7 octobre de 10h à 11h

Parents-Enfants 0-12 mois

Apprenez à masser les différentes parties du corps de votre enfant (jambes-pieds, ventre, torse et bras) en compagnie de Sandra Parisse, éducatrice spécialisée et accompagnatrice en soutien à la parentalité. Prévoir une serviette

ATELIER COMPTINES ET CHANSONS

Mercredi 9 octobre à 10h30

Parents-enfants 0-4 ans

Avec Olivia, de l'association *La Mer est calme*, venez chanter, apprendre et partager comptines et chansons au son du ukulélé.

PERMANENCE ORTHOPHONISTE

Vendredi 11 octobre de 8h45 à 11h15

Véronique De Zan, orthophoniste, vous reçoit pour vos questions liées aux troubles du langage.

Sur rendez-vous (45 minutes), prise de rendez-vous à l'accueil du Mix'City ou au 01 60 93 45 08.

ET SI ON JOUAIT À LA MÉDIATHÈQUE ?

Samedi 12 octobre de 10h à 12h

Pour les enfants jusqu'à 3 ans

Retrouvez Anne et Lehna à la médiathèque Gérard-Billy pour vous amuser.

SPECTACLE

« LE LIVRE DE LA JUNGLE »

Dimanche 13 octobre à 17h

Dès 5 ans

« Il en faut peu pour être heureux... » Découvrez avec nous le spectacle du « Livre de la jungle » à l'espace Charles Vanel.

Inscription le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h30 à l'accueil du Mix'City - 3€ par personne
Départ du Mix'City et de l'Opti'Mix à 16h.

SOIRÉE PARENTALE : TDA-TDAH, C'EST QUOI ?

Mardi 15 octobre de 19h30 à 21h30

Parents et aidants auprès d'enfants TDA-TDAH, venez échanger avec l'association ADONIS afin de pouvoir partager votre expérience.

PERMANENCES PARENTALITÉ-HANDICAP

Mercredi 16 octobre de 10h à 12h

Magali Imbault, éducatrice spécialisée, vous apporte 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. Sur rendez-vous à l'accueil du Mix'City.

ATELIER GOÛTER

Mercredi 16 octobre de 14h à 16h

Parents-enfants

Dans le cadre de la journée mondiale de l'alimentation, venez préparer un goûter équilibré avec l'association De A à Z.

CAFÉ DES PARENTS DES TOUTS-PETITS

Vendredi 18 octobre de 9h30 à 11h30

Envie de découvrir un espace de rencontre et d'échanges pour les jeunes parents ? Rejoignez-nous au Relais Petite Enfance pour découvrir un lieu adapté et dédié aux tout-petits où l'on peut aborder les préoccupations du quotidien en présence de professionnels de la petite-enfance.

Rendez-vous au Mix'City à 9h ou à 9h30 au RPE situé au 7 rue Vacheresse 77400 Lagny-sur-Marne.

SOIRÉE PARENTALE PRÉVENTION CYBER-HARCÈLEMENT

Vendredi 18 octobre de 18h à 21h

Parents-enfants (du CP au CM2)

Venez à la rencontre de professionnels du numérique pour vous informer des bons usages, et risques des réseaux sociaux. Pour ce faire, Digit@Dom est à votre écoute et peut vous accompagner à ce sujet.

PETIT-DÉJEUNER DES PARENTS PARENT IDÉAL VS PARENT DE LA RÉALITÉ

Samedi 19 octobre de 10h à 12h

Dans le cadre du soutien à la parentalité, retrouvons-nous pour discuter des préoccupations du moment entre parents pour échanger et partager nos conseils.

SPECTACLE « RÉVERIE DES CONTES POUR S'ÉVADER »

Samedi 19 octobre de 16h à 17h

Parents/Enfants dès 5 ans

"Je connais un chemin changeant que le temps n'a pas emprunté. Oyez, oyez et devenez voyageur immobile. Prêtez-moi vos oreilles, je vous les rendrai... à notre retour. Promis !"

La conteuse Laëtitia Bloud, accompagnée d'un musicien, vous invite au pays des histoires. En partenariat avec la médiathèque intercommunale Gérard-Billy de Lagny-sur-Marne.

JOURNÉE L'AUTOMNE EN FOLIE !

Mardi 22 octobre

De 9h30 à 11h30 : venez à la cueillette de Chante-loup-en-Brie pour récolter de précieuses de pommes qui nous serviront à confectionner notre jus.

Transport en co-voiturage à prévoir.

De 12h à 14h : dégustez vos recettes d'automne lors d'un repas partagé, prévoir votre repas.

De 14h à 16h : en compagnie du SIETREM et de la Maison de la Nature, pressez les pommes jusqu'à obtenir un jus délicieux, accompagné d'un goûter préparé par vos soins.

Jeux et animations vous attendent aussi !

ATELIER CRÉA'MIX

Mercredi 23 octobre de 14h à 16h30

Dès 6 ans

Faites appel à votre créativité pour participer à notre atelier manuel sur le thème d'Halloween.

LUDO EN FAMILLE

Jeudi 24 octobre de 16h à 18h

Chouette, on joue à la médiathèque intercommunale Gérard-Billy : Anne et Lehna préparent une sélection de jeux pour toute la famille !

BALADE AU BOIS DE CHIGNY

Vendredi 25 octobre de 10h à 12h

Dès 2 ans

Ouh-Ouh-Ouh ? Entendez-vous les bruits de la forêt ? Participez à une chasse au trésor pour découvrir la faune et la flore de l'automne !

SORTIE BERGERIE NATIONALE DE RAMBOUILLET

Samedi 26 octobre de 10h à 19h

Dès 3 ans

Besoin d'air frais ? Partez découvrir la bergerie nationale de Rambouillet afin d'approcher les animaux de la ferme et vous familiariser avec les tâches agricoles (tonte de mouton, traite des vaches, nourrissage des animaux...) tout cela sous la forme d'un jeu aux couleurs des équipes de l'école Poudlard.

Inscription et paiement (3€/personne)

le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h30 au Mix'City. Départ à 10h du Mix'City et 10h30 de l'Opti'Mix. Prévoir votre pique-nique et des vêtements adaptés à la ferme.

CINÉ GOÛTER

Mardi 29 octobre de 14h à 17h

Parent-enfant dès 6 ans

Venez profiter d'un moment en famille autour d'un film familial ou d'un dessin animé suivi d'un goûter partagé.

« CONTES MONSTRUEUX »

Mercredi 30 octobre de 11h à 12h pour les petits et de 16h à 17h pour les grands.

Avec les bénévoles de la bibliothèque, n'ayez pas peur des sorcières et autres monstres et plongez dans les histoires pour frissonner !

PARC ANIMALIER PARROT WORLD

Mercredi 30 octobre de 10h à 18h

Tout public

Partez à la découverte des animaux de l'Amérique du Sud, et rencontrez le bébé jaguar Zuma dans un décor de la fête mexicaine El Día de Los Muertos. Animations sur place : maquillage, nourrissage des animaux.

Inscription et paiement (3€/personne) le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h30 au Mix'City. Départ à 10h du Mix'City et à 10h30 de l'Optimix. Retour à 17h30. Prévoir votre pique-nique et votre goûter.

OCTOBRE



HALLOWEEN PARTY !

Judi 31 octobre de 14h à 21h

Parent-enfant dès 6 ans

Passez un après midi horriblement convivial en présence des associations Orlyparcmen'votre et De A à Z : ateliers créatifs, maquillage et goûter, suivis des spectacles proposés par les équipes d'animation de la ville et en partenariat avec l'Association Sportive Lagny Rugby. Pour clôturer cette journée, observez un spectacle de feu, avec la compagnie *Il était une flamme* à 20h15 sur la place Marcel Rivière..

Inscription fortement conseillée à l'accueil du Mix'City pour les ateliers sur place.

OPTI'MIX

Toutes les activités nécessitent une inscription à l'accueil, par mail ou par téléphone.

ATELIER CRÉATIF

Mercredi 9 octobre de 10h à 12h

À partir de 6 ans

Avec des perles et des lacets, venez confectionner des drôles d'animaux ou autres créations rigolotes.

SPECTACLE

« LE LIVRE DE LA JUNGLE »

Dimanche 13 octobre à 17h

Dès 5 ans

« *Il en faut peu pour être heureux...* ». Découvrez avec nous le spectacle du « Livre de la jungle » à l'espace Charles Vanel.

Inscription le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h30 à l'accueil du Mix'City · 3€ par personne
Départ du Mix'City et de l'Opti'Mix à 16h.

COMPTINES ET UKULÉLÉ

Mercredi 16 octobre de 10h30 à 11h30

Avec Olivia de l'association *La Mer est calme*, venez chanter, apprendre et partager comptines et chansons au son du ukulélé.

LUDO'INCLUSIVE
ET CAFÉ DES PARENTS

Mercredi 16 octobre de 14h à 17h

Venez jouer et créer en compagnie de vos enfants avec Magalie Imbault, professionnelle de la petite enfance. Profitez-en pour échanger sur vos préoccupations et vos questionnements de parents.

ATELIER BATUCADA

Lundi 21 octobre de 15h45 à 18h

L'association latignacienne OBA Cercles de Tambours qui nous a ambiancé au carnaval et à la fête de quartier du 1^{er} juin revient vous proposer des ateliers pour vous initier à la Batucada. Petits et grands, venez nombreux !

20 personnes max – Inscription souhaitée

PEINTURE FRESQUE

Mercredi 23 octobre de 14h à 16h

Rejoignez Laurent pour créer ensemble une grande fresque collective de saison... À vos couleurs automnales !

ATELIER SIX BRICKS

Vendredi 25 octobre de 10h30 à 12h

Six bricks est un concept ludique conçu pour aider les enfants dans les apprentissages. Composé d'un ensemble de 6 briques de Lego de 6 couleurs vives, différentes activités dynamiques sont proposées aux enfants pour favoriser la communication, la motricité et la créativité. Venez découvrir ce support ludique pour créer des moments forts en convivialité.



NOVEMBRE

MIX'CITY

ATELIER COMPTINES
ET CHANSONS

Samedi 2 novembre à 11h
et mercredi 6 novembre à 10h30

Parents-enfants 0-4 ans

Avec Olivia, de l'association *La Mer est calme*, venez chanter, apprendre et partager comptines et chansons au son du ukulélé.

SOIRÉE PARENTALE
TDAH, DYS, TSA ?

Vendredi 8 novembre de 19h à 20h30

L'association Pépites vient à votre rencontre pour plus d'informations et de conseils concernant les enfants concernés par les troubles neuro-développement.

PETIT-DÉJEUNER DES PARENTS
LA RÉPARTITION DES TÂCHES,
C'EST COMMENT ?

Samedi 9 novembre de 10h à 12h

Dans le cadre du soutien à la parentalité, retrouvons-nous pour discuter des préoccupations du moment entre parents pour échanger et partager nos conseils.

FORMATION PARENTALE
UKUBÉBÉ

Samedi 9 novembre de 14h à 17h

Laissez-vous guider par Olivia, pour accorder votre premier ukulélé et apprendre à jouer vos comptines préférées ! Cette session est destinée aux débutants.

ATELIER RÉANIMATION
PÉDIATRIQUE

« JE SAUVE UNE VIE »

Mercredi 13 novembre de 10h à 12h

Marie-Gabrielle, puéricultrice bénévole, vous rend acteur de la santé de votre bébé : ouvert aux parents pour apprendre la conduite à tenir face à des situations d'urgence vitale.

SORTIE BERGERIE NATIONALE
DE RAMBOUILLET

Samedi 26 octobre de 10h à 19h

Dès 3 ans

Besoin d'air frais ? Partez découvrir la bergerie nationale de Rambouillet afin d'approcher les animaux de la ferme et vous familiariser avec les tâches agricoles (tonte de mouton, traite des vaches, nourrissage des animaux...) sous la forme d'un jeu aux couleurs des équipes de l'école Poudlard.

Inscription et paiement (3€/personne)

le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h30 au Mix'City.

Départ à 10h du Mix'City et 10h30 de l'Opti'Mix.

Prévoir votre pique-nique et des vêtements adaptés à la ferme.



PARC ANIMALIER PARROT WORLD

Mercredi 30 octobre de 10h à 18h

Tout public

Partez à la découverte des animaux de l'Amérique du Sud, et rencontrez le bébé jaguar Zuma dans un décor de la fête mexicaine El Día de Los Muertos. Animations sur place : maquillage, nourrissage des animaux.

Inscription et paiement (3€/personne)

le vendredi 11 octobre de 18h30

à 20h30 au Mix'City.

Départ à 10h du Mix'City et

à 10h30 de l'Optimix. Retour à 17h30.

Prévoir votre pique-nique et votre goûter.

NOVEMBRE

ATELIER CRÉA'MIX

Mercredis 13 et 27 novembre
de 14h à 16h30

Parent-enfant dès 6 ans

Faites appel à votre créativité pour participer à notre atelier manuel.

CAFÉ DES PARENTS
DES TOUTS-PETITS

Vendredi 15 novembre de 9h30 à 11h30

Envie de découvrir un espace de rencontres et d'échanges pour les jeunes parents en présence de professionnelles de la petite enfance ? Rejoignez-nous au Relais Petite Enfance pour découvrir un lieu adapté et dédié aux tout-petits où l'on peut aborder les préoccupations du quotidien.

Rendez-vous au Mix'City à 9h
ou au RPE situé 7 rue Vacheresse.

PERMANENCE
ORTHOPHONISTE

Vendredi 15 novembre de 8h45 à 11h15

Véronique De Zan, orthophoniste, vous reçoit pour vos questions liées aux troubles du langage.

Sur rendez-vous (45 minutes), prise de rendez-vous à l'accueil du Mix'City ou au 01 60 93 45 08.

SOIRÉE PARENTALE
PRÉVENTION CYBER-HARCÈLEMENT

Vendredi 15 novembre de 18h à 21h

Venez à la rencontre de professionnels du numérique pour vous informer des bons usages et risques des réseaux sociaux. Pour ce faire, nom de l'association Romain Helfert, est à votre écoute et peut vous accompagner à ce sujet.

À destination des parents de collégiens ainsi qu'aux collégiens.

ATELIER MASSAGE BÉBÉ

Lundi 18 novembre de 10h à 11h

Parent-enfant (0-12 mois)

Apprenez à masser les différentes parties du corps de votre enfant (jambes-pieds, ventre, torse et bras) en compagnie de Sandra Parisse, éducatrice spécialisée et accompagnatrice en soutien à la parentalité. Prévoir une serviette.

SOIRÉE PARENTALE
TDA-TDAH, C'EST QUOI ?

Mardi 19 novembre de 19h30 à 21h30

Parents et aidants auprès d'enfants TDA-TDAH, venez échanger avec l'association ADONIS afin de pouvoir partager votre expérience.

PERMANENCE
PARENTALITÉ-HANDICAP

Mercredi 20 novembre de 10h à 12h

Magali Imbault, éducatrice spécialisée, vous apporte 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.

Sur rendez-vous à l'accueil du Mix'City.

RÉPIT PARENTAL
ART THÉRAPIE

Vendredi 22 novembre de 14h à 16h

Accordez-vous un instant bien mérité pour discuter et prendre du temps pour vous : dessin, danse, poterie...

VISITE EXPOSITION
« OH MY GODS ! »

Mercredi 27 novembre de 11h30 à 17h

Dès 3 ans

Laissez-vous emporter dans l'univers de l'artiste chinoise Wenna au musée en Herbe (Paris) à travers un jeu de piste et d'autres surprises !

Départ de la gare de Lagny-sur-Marne à 11h30.

Prévoir titre de transport et pique-nique.

Cette programmation s'inscrit dans le cadre de la Journée contre les violences faites aux femmes.

OPTI'MIX

ATELIER CRÉATIF ET CONSTRUCTION

Mercredis 6 et 27 novembre de 10h à 12h

Venez avec vos enfants construire un château, des tours, détruire et reconstruire avec des Lego adaptés à tous les âges.

LUDO-INCLUSIVE
ET CAFÉ DES PARENTS

Mercredi 13 novembre de 14h à 17h

Venez jouer et créer en compagnie de vos enfants avec Magalie Imbault professionnelle de la petite enfance. Profitez-en pour échanger sur vos préoccupations et vos questionnements de parents.

COMPTINES ET UKULÉLÉ

Mercredi 20 novembre de 10h30 à 11h30

Avec Olivia de l'association *La Mer est calme*, venez chanter, apprendre et partager comptines et chansons au son du ukulélé.

ATELIER SIX BRICKS

Mercredi 20 novembre de 14h à 16h

Six bricks est un concept ludique conçu pour aider les enfants dans les apprentissages. Composé d'un ensemble de 6 briques de Lego de 6 couleurs vives, différentes activités dynamiques sont proposées aux enfants pour favoriser la communication, la motricité et la créativité.

ATELIER HANDI'INCLUSIF

Jedi 21 novembre de 14h à 17h

Gwendoline, en lien avec les Instituts Médicaux Éducatifs du département, propose à des enfants atteints d'autisme, des ateliers ludo-éducatifs adaptés et encadrés suivis d'un goûter partagé.



DÉCEMBRE

MIX'CITY

*Semaine Parentalité
& Handicap
du 2 au 7 décembre*

ATELIER MASSAGE BÉBÉ

Lundi 2 décembre de 10h-11h

Parent-enfant (0-12 mois)

Apprenez à masser les différentes parties du corps de votre enfant (jambes-pieds, ventre, torse et bras) en compagnie de Sandra Parisse, éducatrice spécialisée et accompagnatrice en soutien à la parentalité. Prévoir une serviette.

*Semaine
Parentalité
& Handicap* **FORMATION PARENTALE
L'APPRENTISSAGE,
QUAND JE SUIS DYS
OU TDAH ?**

Du lundi 2 au vendredi 6 décembre
de 13h30 à 16h30

Parent d'un enfant diagnostiqué avec « DYS », ou TDAH, participez à la formation dispensée par l'association *À contre sens* pour l'accompagner dans ses apprentissages. **Inscription obligatoire et pour toute la durée de la semaine.**

*Semaine
Parentalité
& Handicap* **PERMANENCES
PARENTALITÉ
HANDICAP**

Mercredi 4 décembre de 10h à 12h

Magali Imbault, éducatrice spécialisée, vous apporte 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.

Sur rendez-vous à l'accueil du Mix'City.

*Semaine
Parentalité
& Handicap* **ATELIER SENSORIEL**

Mercredi 4 décembre
de 14h à 17h

Parent-enfant de tout âge

Partagez un moment d'éveil sensoriel en présence de l'association *Lions International Club*.

DÉCEMBRE

Semaine
Parentalité
& Handicap**SOIRÉE PARENTALE
AUTISME ET TSA,
PARLONS-EN !****Vendredi 6 décembre de 18h30 à 20h30**

Passez un moment avec l'association *Lions International Club* pour partager vos préoccupations et votre expérience entre parents concernés par l'autisme et le trouble du spectre autistique.

ET SI ON JOUAIT À LA BIBLI ?**Samedi 7 décembre de 10h à 12h**

Parent/enfant jusqu'à 3 ans

Jouer pour bien grandir, jouer pour partager et découvrir... venez découvrir la sélection d'Anne et Lehna pour vos tout-petits.

SORTIE : FESTIVAL TOUT'OUÏE**Samedi 7 décembre de 11h30 à 19h30**

Participez aux nombreuses animations du *Village curieux* : bains chauds, percussions, maquillage, et pleins d'autres surprises à la Ferme du Buisson. Un spectacle « La Boum des Boxeurs » invitera petits et grands à danser sur les hits des années hip-hop ! Co-voiturage à prévoir.

**SOIRÉE PARENTALE
TDA-TDAH, C'EST QUOI ?****Mardi 10 décembre de 19h30 à 21h30**

Parents et aidants auprès d'enfants TDA-TDAH, venez échanger avec l'association *ADONIS* afin de pouvoir partager votre expérience.

**ATELIER RÉANIMATION
PÉDIATRIQUE****« JE SAUVE UNE VIE »****Mercredi 11 décembre de 10h à 12h**

Marie-Gabrielle, puéricultrice bénévole, vous rend acteur de la santé de votre bébé : ouvert aux parents pour apprendre la conduite à tenir face à des situations d'urgence vitale.

**PERMANENCE ORTHOPHONISTE****Vendredi 13 décembre de 8h45 à 11h15**

Véronique De Zan, orthophoniste, vous reçoit pour vos questions liées aux troubles du langage.

Sur rendez-vous (45minutes), prise de rendez-vous à l'accueil du Mix'City ou au 01 60 93 45 08.

**PETIT-DÉJEUNER DES PARENTS
LA FAMILLE S'AGRANDIT...****Samedi 14 décembre de 10h à 12h**

Dans le cadre du soutien à la parentalité, retrouvons-nous pour discuter des préoccupations du moment entre parents pour échanger et partager nos conseils.

**FORMATION PARENTALE
UKUBÉBÉ****Samedi 14 décembre de 13h30 à 17h30**

Laissez-vous guider par Olivia, pour accorder votre premier ukulélé et apprendre à jouer vos comptines préférées ! Cette session est destinée aux personnes ayant déjà suivi la session n°1 (débutants).

**ATELIER COMPTINES
ET CHANSONS****Mercredi 18 décembre à 10h30
et samedi 21 décembre à 11h**

Parent-enfant 0-4 ans

Avec Olivia, de l'association *La Mer est calme*, venez chanter, apprendre et partager comptines et chansons au son du ukulélé.

ATELIER CRÉA'MIX**Mercredis 11 et 18 et jeudi 26 décembre
de 14h à 16h30**

Parent-enfant dès 6 ans

Faites appel à votre créativité pour participer à notre atelier manuel.

ATELIER « LUMIÈRES »**Mercredi 18 décembre de 16h à 17h**

Parent-enfant de 0 à 3 ans

Laissez-vous émerveiller par une animation sensorielle et lumineuse proposée par l'association *Pépites*.

**CAFÉ DES PARENTS
DES TOUTS-PETITS****Vendredi 20 décembre de 9h30 à 11h30**

Envie de découvrir un espace de rencontres et d'échanges pour les jeunes parents en présence de professionnelles de la petite enfance ?

Rejoignez-nous au Relais Petite Enfance pour découvrir un lieu adapté et dédié aux tout-petits où l'on peut aborder les préoccupations du quotidien.

Rendez-vous au Mix'City à 9h ou au RPE situé 7 rue Vacheresse.

**RÉPIT PARENTAL
ART THÉRAPIE****Vendredi 20 décembre de 14h à 16h**

Accordez-vous un instant bien mérité pour discuter et prendre du temps pour vous : dessin, danse, poterie...

**VISITE DE LA MAISON
EXTRAORDINAIRE DU PÈRE NOËL****Lundi 23 décembre de 13h à 16h30**

Parents-enfants de tout âge

Visitez l'Extraordinaire Maison du Père Noël en découvrant le fabuleux décor immersif, sans oublier la rencontre avec le maître des lieux : le Père Noël !

Durée de la visite 1h30**Inscription et paiement (3€/personne)****le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h.****Départ du Mix'City à 13h et 13h15 à l'Opti'Mix**

OPTI'MIX

COMPTINES ET UKULÉLÉ**Mercredi 4 décembre de 10h30 à 11h30**

Avec Olivia, de l'association *La Mer est calme*, venez chanter, apprendre et partager comptines et chansons au son du ukulélé.

LUDOTHÈQUE**Mercredi 4 décembre de 14h à 17h**

Amusez-vous librement dans notre espace *Ludothèque* et venez découvrir nos jeux de société.

**ATELIER DÉCORATION DE NOËL****Mercredis 11 et 18 décembre de 14h à 16h**

Rejoignez-nous pour couper, peindre et colorier et réaliser ensemble des décorations et un décor de Noël !

**LUDO'INCLUSIVE
ET CAFÉ DES PARENTS****Mercredi 11 décembre de 14h à 17h**

Venez jouer et créer en compagnie de vos enfants avec Magalie Imbault, professionnelle de la petite enfance. Profitez-en pour échanger sur vos préoccupations et vos questionnements de parents.

**VISITE DE LA MAISON
EXTRAORDINAIRE DU PÈRE NOËL****Lundi 23 décembre de 13h à 16h30**

Parent-enfant de tout âge

Visitez l'Extraordinaire Maison du Père Noël en découvrant le fabuleux décor immersif, sans oublier la rencontre avec le maître des lieux : le Père Noël !

Durée de la visite : 1h30**Inscription et paiement (3€/personne)****le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h.****Départ du Mix'City à 13h et 13h15 à l'Opti'Mix****TEMPS FORT DE NOËL****Mardi 24 décembre de 12h à 16h**

Venez vous réunir autour d'un repas partagé suivi des animations : rencontre avec le Père Noël, distribution de cadeaux.

ATELIER SIX BRICKS**Lundi 30 décembre de 10h30 à 12h**

Six bricks est un concept ludique conçu pour aider les enfants dans les apprentissages. Composé d'un ensemble de 6 briques de Lego de 6 couleurs vives, différentes activités dynamiques sont proposées aux enfants pour favoriser la communication, la motricité et la créativité.



adultes & séniors

Tous les ateliers sont sur inscription à l'accueil
ou par téléphone au 01 60 93 45 08

adultes & séniors

UnisCité

Vous êtes séniors et vous habitez Lagny-sur-Marne ?

Venez participer à des moments conviviaux et à des ateliers divers et variés avec les volontaires d'Unis-Cité. Ils vous accueilleront les jeudis et vendredis ou vous rendrons visite à domicile tous les mardis.

Vous pouvez les contacter par téléphone au 06 09 72 31 57 ou par mail unicite@lagny-sur-marne.fr



LES RDV RÉCURRENTS AU MIX' CITY

ATELIER CAFÉ TRICOT THÉ

Tous les mercredis de 10h à 12h

Animé par nos 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...



GOÛTER DES SÉNIORS

Tous les jeudis (hors vacances scolaires)
de 16h à 17h30

Venez passer un moment convivial pour échanger, se retrouver et en apprendre plus : numérique, actualité, culture...

LES RDV RÉCURRENTS

À L'OPTI'MIX

DANSE EN LIGNE

Tous les lundis de 14h à 16h

Venez découvrir et tester la danse en ligne rythmée dans la bonne humeur avec Évelyne !

LE GANG DES TRICOTEUSES

Tous les lundis de 15h30 à 17h30

Pour tous dès 6 ans

Apprendre, s'amuser, découvrir en papotant et tricotant. Animé par nos bénévoles, C'est LE rendez-vous pour tous, débutants ou passionnés : une belle occasion d'apprendre et de partager ces savoir-faire : tricot, crochet, points comptés...

OCTOBRE



Semaine Bleue
du 28 sept. au 4 oct.

AU MIX'CITY

« CONTES DE MON ENFANCE »

Mercredi 2 octobre de 10h à 11h30

Petits et grands, venez raconter et écouter des histoires d'autrefois.

ATELIER CRÉA'MIX INTERG

Mercredi 2 octobre de 14h à 16h30

Partagez un moment de convivialité et d'échanges lors d'une activité manuelle.

GOÛTER DES SÉNIORS

PARLONS SANTÉ !

Jeudi 3 octobre de 16h à 17h30

Autour d'un goûter, venez échanger avec le Dr Amine Gouiaa, médecin gériatre au sujet du bien vieillir.

À L'OPTI'MIX

ATELIER E-SPORT

Vendredi 4 octobre de 10h à 12h

À vos marques, prêt partez ! L'association Delta 7 vous propose des ateliers sportifs qui vous feront connaître l'E-Sport.

05 au 26
OCTOBRE
2024

Semaine Octobre Rose
du 5 au 11 oct.

AU MIX'CITY

ATELIER COUTURE

Mardi 8 octobre de 13h30-16h30

Confection de coussin coeur

ATELIER QI-GONG

Mardi 8 octobre de 14h30 à 15h30

Éliane vous propose de découvrir et de vous initier à cette discipline relaxante et sportive qu'est le Qi Gong.

ATELIER AQUARELLE

Vendredi 11 octobre de 9h30 à 12h30

Venez découvrir la peinture à l'aquarelle avec Eliane, bénévole passionnée.

ATELIER RELAXOLOGIE

Vendredi 11 octobre de 14h30 à 16h

Prenez soin de vous en apprenant différentes techniques de bien-être en compagnie d'une professionnelle.

À L'OPTI'MIX

ATELIER SOPHROLOGIE

Mardi 8 octobre de 10h à 12h

Participez à notre atelier de sophrologie pour retrouver sérénité, bien-être et équilibre. Prenez ce moment de relaxation et de ressourcement.

OCTOBRE



AU MIX'CITY

ATELIER COUTURE

Samedis 12 et 26 octobre de 14h à 17h

Mardi 15 octobre de 13h30 à 17h

Des ateliers couture pour débutantes et confirmées animés par des bénévoles où vous pouvez laisser libre court à votre créativité dans une ambiance chaleureuse et conviviale !

ATELIER MÉMOIRE

Jeudis 3, 10 et 17 octobre de 14h à 16h

Améliorez votre mémoire et stimulez vos fonctions cognitives à l'aide des exercices stimulant que vous propose l'association Neosilver.

ATELIER BIJOUX

Vendredis 4 et 18 octobre de 14h à 17h

Encadrés par Michèle, notre bénévole, initiez-vous à la fabrication de bracelets, boucles et colliers en découvrant différentes techniques.

ATELIER AUTO-MASSAGE

Vendredi 11 octobre de 14h à 16h

Apprenez une méthode d'automassage dérivée du Shiatsu qui procure un véritable bien-être et l'équilibre du corps et de l'esprit. Présence fortement conseillée pour les deux prochaines séances : vendredi 15 novembre et 12 décembre.

SOIRÉE JEUX

Vendredi 25 octobre de 20h à 23h

À partir de 12 ans

Le temps d'une soirée, venez passer un moment convivial et chaleureux avec nos ludothécaires Anne et Lehna. Découvrez de nouveaux jeux, ou partagez vos coups de cœur en apportant les vôtres.

À L'OPTI'MIX

RELAXOLOGIE

Mercredi 9 octobre de 14h30 à 16h30

Venez partager un brin de sérénité destiné aux adultes afin de se ressourcer pour un moment de détente et d'éveil pour leur bien-être intérieur grâce à notre atelier de relaxologie.

NATUROPATHIE
LES HUILES ESSENTIELLES

Vendredi 11 octobre de 14h à 15h30

Participez à notre atelier de naturopathie pour adultes et séniors et découvrez des méthodes naturelles pour prendre soin de votre santé au quotidien.

ATELIER DE L'ASSOCIATION
MILADI BEAUTÉ BIEN-ÊTRE (AMBB)

Mardi 15 octobre de 14h à 15h30

Apprendre à prendre soin de soi et de sa peau avec l'association Miladi !

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Mardis 15, 22, 29 et jeudis 17 et 24 octobre de 14h à 16h30

Rejoignez notre atelier qui veut former à l'utilisation d'internet pour adultes et séniors. Apprenez à naviguer en ligne et à maîtriser les choses essentielles du numérique en toute sérénité.

ATELIER RETRAITE
SÉANCE INTRODUCTIVE

Vendredi 18 octobre de 10h à 11h

Préparez un peu plus sereinement votre départ en retraite en participant à notre atelier dédié aux adultes. Venez échanger, vous informer et anticiper cette nouvelle étape de vie.

SOPHROLOGIE

Vendredi 18 octobre de 15h à 16h30

Participez à notre atelier de sophrologie pour retrouver sérénité, bien-être et équilibre. Prenez ce moment de relaxation et de ressourcement.

NOVEMBRE



AU MIX' CITY

ATELIER QI-GONG

Mardis 5 et 19 novembre de 14h30 à 15h30

Eliane vous propose de découvrir et de vous initier à cette discipline relaxante mais sportive qu'est le Qi Gong.

**ATELIER AQUARELLE**

Vendredis 8 et 22 novembre de 9h30 à 12h30

Venez découvrir la peinture à l'aquarelle avec Eliane, bénévole passionnée.

ATELIER BIJOUX

Vendredis 15 et 29 novembre de 14h à 17h

Encadrés par Michèle, notre bénévole, initiez-vous à la fabrication de bracelets, boucles et colliers en découvrant différentes techniques.

ATELIER AUTO-MASSAGE

Vendredi 15 novembre de 14h à 16h

Apprenez une méthode d'automassage dérivée du Shiatsu qui procure un véritable bien-être et l'équilibre du corps et de l'esprit. Présence fortement conseillée pour la prochaine séance : vendredi 13 décembre.

ATELIER MÉMOIRE

Jeudis 7, 14, 21, et 28 novembre de 14h à 16h

Améliorez votre mémoire et stimulez vos fonctions cognitives à l'aide des exercices stimulant que vous propose l'association Neosilver.

ATELIER COUTURE

Samedis 9 et 23 novembre de 14h à 17h
Mardis 12 et 26 novembre de 13h30 à 16h30

Comment faire un ourlet, apprendre à se servir d'une machine... le tout dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Laissez parler votre créativité ! Des ateliers couture pour débutants et débutantes et confirmés animés par des bénévoles.

SOIRÉE CONCERT

Jeudi 21 novembre de 19h30 à 22h30

Envie de sortir ? Retrouvons-nous à l'espace Charles Vanel pour écouter de nouveaux artistes. Inscription auprès du Mix'City et de l'Opti'Mix. RDV sur place : Espace Charles Vanel, au 22 boulevard du Maréchal Galliéni.

MARDI, ON SORT !

Mardi 26 novembre de 10h à 15h30

Partons ensemble pour une balade, une exposition ou un événement culturel en transport en commun.

LUDO SÉNIORS

Jeudi 28 novembre de 15h30 à 17h

Rejoignez Lehna et Anne à la résidence de la Sérénité pour une séance de jeux de société. Adresse : 33 Rue Henri Dunant

SOIRÉE JEUX

Vendredi 29 novembre de 20h à 23h

À partir de 12 ans

Le temps d'une soirée, venez passer un moment convivial et chaleureux avec nos ludothécaires Anne et Lehna. Découvrez de nouveaux jeux, ou partagez vos coups de cœur en apportant les vôtres.



À NOTER



À L'OPTI'MIX

RELAXOLOGIE

Mercredi 6 novembre de 14h30 à 16h30

Venez partager un brin de sérénité destiné aux adultes afin de se ressourcer pour un moment de détente et d'éveil pour leur bien-être intérieur grâce à notre atelier de relaxologie.

NATUROPATHIE RENFORCER SON SYSTEME IMMUNITAIRE

Vendredi 15 novembre de 14h à 15h30

Participez à notre atelier de naturopathie pour adultes et seniors et découvrez des méthodes naturelles pour prendre soin de votre santé au quotidien.

ATELIER RETRAITE

Vendredis 8, 15, 22, 29 novembre de 10h à 12h

Préparez un peu plus sereinement votre départ en retraite en participant à notre atelier dédié aux adultes. Venez échanger, vous informer et anticiper cette nouvelle étape de vie.

SOIRÉE CONCERT

Jeudi 21 novembre de 19h30 à 22h30

Envie de sortir ? Retrouvons-nous à l'espace Charles Vanel pour écouter de nouveaux artistes. Inscription auprès du Mix'City et de l'Opti'mix. Rdv sur place : Espace Charles Vanel, au 22 boulevard du Maréchal Galliéni.

SOPHROLOGIE

Vendredi 22 novembre de 15h à 16h30

Participez à notre atelier de sophrologie pour retrouver sérénité, bien-être et équilibre. Prenez ce moment de relaxation et de ressourcement.

ATELIER BIEN SUR INTERNET

Mardis 5 et 12, jeudis 7 et 21 novembre de 14h à 16h30

Rejoignez notre atelier qui veut former à l'utilisation d'internet pour adultes et seniors. Apprenez à naviguer en ligne et à maîtriser les choses essentielles du numérique en toute sérénité.



réussite éducative

Tous les ateliers sont sur inscription à l'accueil
ou par téléphone au 01 60 93 45 08

réussite éducative

LES RDV RÉCURRENTS

AU MIX' CITY

MIX'ÉTUDES

Du lundi au samedi hors vacances scolaires

Grâce à une équipe de bénévoles, le Mix'City accueille des élèves du CP à la 3^e pour de l'aide aux devoirs ou du soutien scolaire. Rendez-vous au Mix'City pour plus d'informations sur les modalités d'inscription.



À L'OPTI'MIX

TEMPS DE DEVOIRS / RÉVISER EN S'AMUSANT !
ET SOUTIEN SCOLAIRE EN MATHÉMATIQUE

Dates à venir, pour plus d'informations contacter l'Opti'Mix

Pas la place à la maison ? Besoin d'aide ou de concentration ? Hayet, notre bénévole, formée à l'enseignement, accompagne vos enfants pour renforcer leurs compétences en mathématiques, pour renforcer leurs bases et les aider dans leurs devoirs.

MIX' CITY

OCTOBRE

STAGE HIP-HOP

Du mardi 22 au jeudi 24 octobre de 10h à 11h15 pour les 7-12 ans & de 11h30 à 13h

Pour les 12-15 ans

Suivez le rythme en apprenant à danser le hip-hop avec l'association L-ART.

Sur inscription : vac@lagny-sur-marne.fr ou à l'accueil du Mix'City. Tarif par séance : 7€ pour les lagnyais et 10€ pour les habitants hors Lagny. En partenariat avec l'espace Charles Vanel.

À L'OPTI'MIX

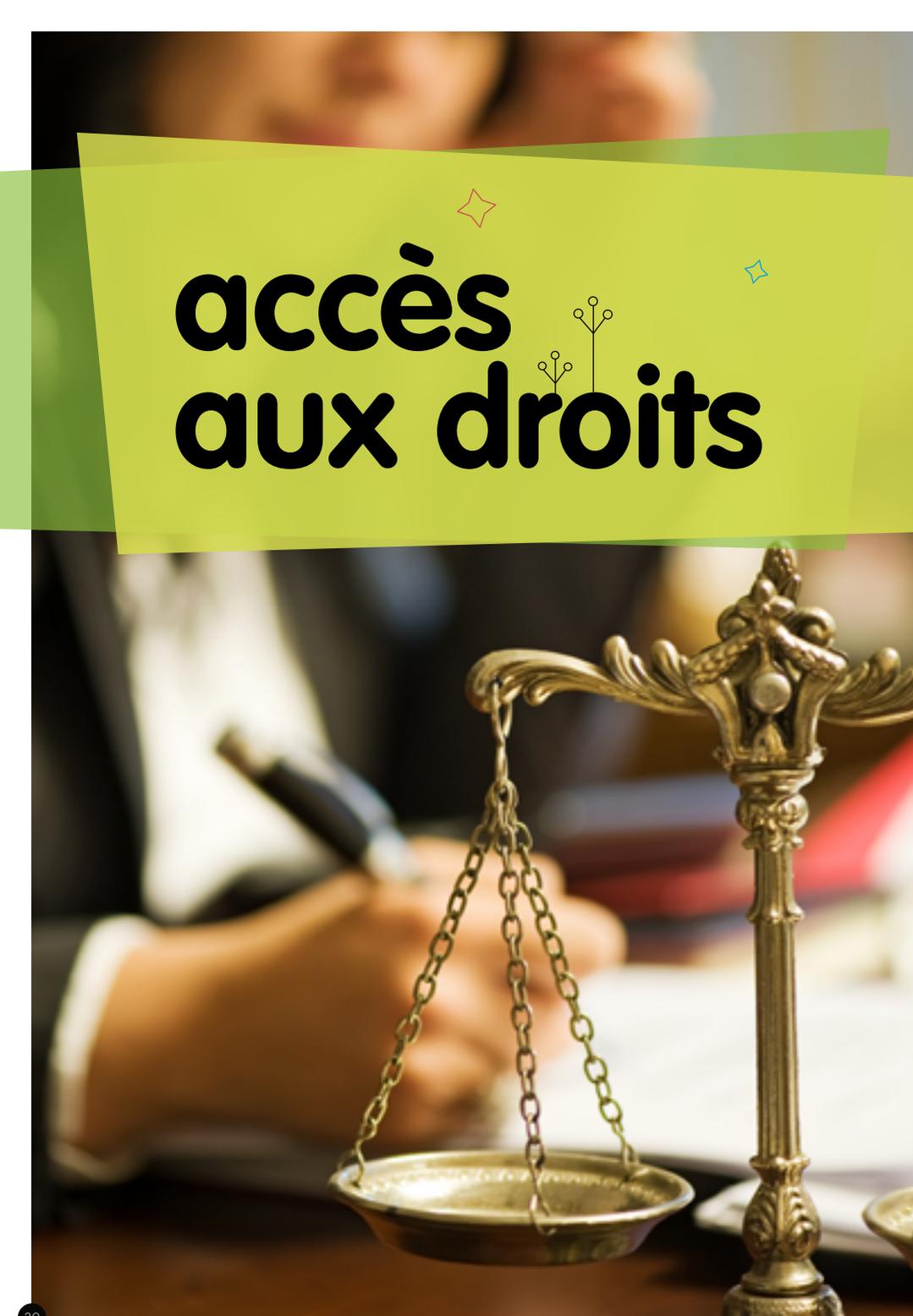
STAGE D'ANGLAIS

Lundi 21, mardi 22 et jeudi 24 et vendredi 25 octobre de 13h30 à 15h30

Pour les élèves du CE1 et CE2

Apprendre l'anglais en s'amusant avec un professeur privé Yes you can ! Participation aux 4 jours de stage. Sur inscription auprès du Mix'City





accès aux droits

accès aux droits

LES RDV RÉCURRENTS

AU MIX'CITY

ATELIERS SOCIOLINGUISTIQUES

Sur rendez-vous du lundi au vendredi entre 9h et 12h30 et de 14h à 17h

Besoin d'apprendre le français ? Prenez rendez-vous afin de faire une évaluation de votre niveau linguistique avec Candice, référente famille. **Prise de rdv par téléphone ou à l'accueil, pour un rdv d'une heure.**

ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

Tous les mardis

Prenez rendez-vous auprès du *Secours Catholique Caritas* afin de faire le point sur votre situation avec Sophia. **Prise de rdv au 07 58 73 24 00.**

FAMILLE DE FRANCE SURENDETTEMENT

Tous les lundis après-midi

Famille de France vous propose une écoute, des conseils, et vous aide dans la constitution des dossiers de surendettement.

Sur rendez-vous par téléphone au 01 64 30 21 47

BALLE AU BOND

Tous les jeudis matin

La Balle au bond vous accompagne et vous aide dans la recherche de modes de garde pour vos enfants.

Sur rendez-vous au 06 59 51 37 81

RENCONTRE AVEC VOTRE CHARGÉ DE DÉVELOPPEMENT LOCAL

Tous les vendredis de 9h à 12h30
et de 14h à 18h

Venez partager vos idées et discuter de tout ce qui concerne la vie à Lagny-sur-Marne !

Informations et prise de rendez-vous : nouveaux.habitants@lagny-sur-marne.fr ou 06 74 59 08 53.

À L'OPTIMIX

L'ESPACE NUMÉRIQUE

Tous les lundis de 13h30 à 17h30
mardis, mercredis et vendredis
de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30

Un espace informatique et une imprimante vous permettent d'effectuer vos démarches en toute autonomie. L'équipe de l'Opti'Mix et ses bénévoles sont présents pour vous aider et vous accompagner.

DES ÉDUCATEURS SPÉCIALISÉS À VOTRE ÉCOUTE

De 11 à 21 ans

Les éducateurs de prévention de l'association *La brèche* vous accompagnent et vous soutiennent dans vos difficultés quotidiennes et dans la réalisation de votre parcours de vie !

Votre contact : Corentin 06 45 60 68 28.

LES PERMANENCES EMPLOI DE NOS BÉNÉVOLES SUR RDV

Tous les mardis hors vacances scolaires de 14h à 17h avec Gérard de l'association *SNC (Solidarité Nouvelle face au Chômage)* et un vendredi sur deux hors vacances scolaires de 14h à 17h avec Olivia – **Nous contacter pour les dates**

Accompagnement individuel vers l'emploi, la formation... reprendre confiance en soi, valoriser ses compétences... Venez rencontrer et discuter avec les bénévoles pour vous accompagner dans votre projet professionnel !

LES PERMANENCES ADMINISTRATIVES

Tous les mardis après-midi sur RDV.

Isabelle, notre bénévole, vous aide dans vos démarches administratives (dans la limite de ses compétences).

OCTOBRE NOVEMBRE DÉCEMBRE

MIX' CITY

PERMANENCE JURIDIQUE

Jeudi 24 octobre de 10h à 16h
Jeudi 14 novembre de 10h à 16h
Jeudi 12 décembre de 10h à 16h

De formation généraliste en droit, Lynda Tabet peut vous guider, vous conseiller et vous orienter sur vos problématiques juridiques.

Sur rendez-vous (45minutes) au 01 60 93 45 08.

OPTI'MIX

PERMANENCE BSV

(BOURSE SOLIDARITÉ VACANCES)

Mardi 29 octobre de 9h30 à 12h30
et de 13h30 à 17h30
Mardis 12 et 26 novembre de 9h30 à 12h30
puis de 13h30 à 17h30
Mardi 10 décembre de 9h30 à 12h30 puis
de 13h30 à 17h30

Pour les familles ou groupes de personnes en capacité de partir de manière autonome, l'Opti'Mix vous accompagne dans votre projet de départ en vacances à moindre coût.

Ce dispositif est soumis à une réglementation de ressources, n'hésitez pas à vous renseigner sur votre éligibilité.

SUR INSCRIPTION. Informations et prises de RDV en contactant l'accueil de l'Opti'Mix par mail ou téléphone. Comptez une heure pour le rendez-vous.



À NOTER

A series of horizontal dotted lines for taking notes.




pour tous 

pour tous



LANCEMENT DU PROJET JARDIN AMÉNAGEMENT EXTÉRIEUR EN PALETTE

Recherche de bénévoles motivés ! Avis aux recycleurs, bricoleurs, jardiniers, peintres ou tout simplement pour venir nous aider comme vous pourrez ! Nous cherchons des porteurs de projets pour l'aménagement de l'espace extérieur de l'OPTIMIX et mettre en place un jardin partagé ! Venez nous rencontrer afin que l'on vous présente notre projet jardin et voir ensemble comment s'organiser pour la rentrée ! Nous nous adapterons aux compétences et disponibilités de chacun.

LES RDV RÉCURRENTS

À L'OPTIMIX 

LE GANG DES TRICOTEUSES

Tous les lundis de 15h à 17h

Pour tous dès 6 ans

Apprendre, s'amuser, découvrir en papotant et tricotant. Animé par nos bénévoles, c'est LE rendez-vous pour tous, débutants ou passionnés : une belle occasion d'apprendre et de partager ces savoir-faire : tricot, crochet, points comptés...

CLOWNS, THÉÂTRE D'OMBRES ET MARIONNETTES RECUP'ART !

Tous les mercredis de 14h à 17h

Sur inscription une semaine avant. Libre expression, improvisation théâtrale, jeux de clowns, création, fabrication, manipulation et animation de marionnettes avec Christine. Laissez courir vos idées et votre imagination pour un grand moment de créativité et de lâcher prise. L'idée finale étant si possible de créer des masques de théâtre et marionnettes, histoires et décors pour réaliser ensemble un mini spectacle semi improvisé !



temps forts communs

temps forts communs

OCTOBRE

SPECTACLE **« LE LIVRE DE LA JUNGLE »** **Dimanche 13 octobre à 17h**

Dès 5 ans

« Il en faut peu pour être heureux... ». Découvrez avec nous le spectacle du « Livre de la jungle » à l'espace Charles Vanel.

Inscription le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h30 à l'accueil du Mix'City - 3€ par personne
Départ du Mix'City et de l'Opti'Mix à 16h.

SORTIE BERGERIE **NATIONALE DE RAMBOUILLET** **Samedi 26 octobre de 10h à 19h**

Dès 3 ans

Besoin d'air frais ? Partez découvrir la bergerie nationale de Rambouillet afin d'approcher les animaux de la ferme et vous familiariser avec les tâches agricoles (tonte de mouton, traite des vaches, nourrissage des animaux...) tout cela sous la forme d'un jeu aux couleurs des équipes de l'école Poudlard.

Inscription et paiement (3€/personne) le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h30 au Mix'City.

Départ à 10h du Mix'City et 10h30 de l'Opti'Mix.
Prévoir votre pique-nique et des vêtements adaptés à la ferme.

PARC ANIMALIER PARROT WORLD **Mercredi 30 octobre de 10h à 18h**

Tout public

Partez à la découverte des animaux de l'Amérique du Sud, et rencontrez le bébé jaguar Zuma dans un décor de la fête mexicaine El Día de Los Muertos. Animations sur place : maquillage, nourrissage des animaux.

Inscription et paiement (3€/personne)
le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h30 au Mix'City.
Départ à 10h du Mix'City et à 10h30 de l'Optimix. Retour à 17h30.
Prévoir votre pique-nique et votre goûter.

HALLOWEEN PARTY ! **Jeudi 31 octobre de 14h à 21h**

Parent-enfant dès 6 ans

Passez un après midi horriblement convivial en présence des associations Orlyparcmen'votre et De A à Z : ateliers créatifs, maquillage et goûter ; suivis des spectacles proposés par les équipes d'animation de la ville et en partenariat avec l'Association Sportive Lagny Rugby. Pour clôturer cette journée, observez un spectacle de feu, avec la compagnie *Il était une flamme* à 20h15 sur la Place Marcel Rivière.

Inscription fortement conseillée à l'accueil du Mix'City pour les ateliers sur place.

DÉCEMBRE

VISITE DE LA MAISON **EXTRAORDINAIRE DU PÈRE NOËL** **Lundi 23 décembre de 13h à 16h30**

Parent-enfant de tout âge

Visitez l'Extraordinaire Maison du Père Noël en découvrant le fabuleux décor immersif : la poste des lutins, le dortoir, la fabrique des jouets, la cuisine de la Mère Noël, l'étable des rennes... sans oublier la rencontre avec le maître des lieux : le Père Noël !

Durée de la visite : 1h30

Inscription et paiement (3€/personne)

le vendredi 11 octobre de 18h30 à 20h.

Départ du Mix'City à 13h et 13h15 à l'Opti'Mix

TEMPS FORT DE NOËL **Mardi 24 décembre de 12h à 16h**

Venez vous réunir autour d'un repas partagé suivi des animations : rencontre avec le Père Noël, distribution de cadeaux.

bon à savoir

AU MIX'CITY & À L'OPTI'MIX

✓ **TROC' CITY**

Tous les lundis matin de 9h à 12h30
Tous les mardis matin de 9h à 12h30

Déposez ou emportez livres, jeux, objets de décoration, bijoux, ou vaisselle en bon état et complet.

✓ **CHEZ ROSE**

Tous les lundis après-midi de 14h à 16h

Venez rencontrer l'équipe de Chez Rose qui accompagne les personnes atteintes d'un cancer gynécologique par du soutien, des ateliers de sport adapté, bien-être, loisirs créatifs.

Adhésion : 25€ par an
Site internet : chez-rose.org

✓ **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**

Des serviettes hygiéniques, des cups et des culottes menstruelles gratuites sont mises à disposition en toute discrétion dans nos toilettes.



✓ **COLLECTE ALIMENTAIRE**

Les associations « Une terre pour tous » et le « Secours catholique » rencontrent des difficultés d'approvisionnement alimentaire. Le CCAS se mobilise avec elles pour collecter des denrées non périssables afin d'aider les Latignaciens dans le besoin.

Un bac de collecte est disponible à l'accueil du Mix'City et de l'Optimix aux horaires d'ouverture.

solidarité



**Vous avez du temps à consacrer à une activité régulière ?
Envie de faire des rencontres et de vous former ?**

N'hésitez plus et devenez bénévole dans l'une de nos structures :

Au Mix'City : bénévolat petite enfance, bibliothèque, ludothèque, soutien scolaire, activités créatives, manuelles ou artistiques, accompagnement numérique, ateliers sociolinguistiques, cuisine, couture...

À l'Optimix : bénévolat accès aux droits, bibliothèque, ludothèque, soutien scolaire, activités créatives, manuelles ou artistiques, accompagnement numérique. **Contactez-nous !**

PROGRAMME

MIX'&CITY OPTI'MIX

L'ensemble des activités nécessitent une inscription à l'accueil,
ou par téléphone via la structure sur laquelle se tiendra l'activité.

OPTI'MIX

33 avenue de la République
entrée rue Calmette
77400 Lagny-sur-Marne
01 64 12 47 57

optimix@lagny-sur-marne.fr

Horaires et jours d'ouverture :

Lundi : 13h30-17h30
Mardi, mercredi et vendredi :
9h30-12h30 et 13h30-17h30

MIX'&CITY

19 rue Louis Blériot
77400 Lagny-sur-Marne
01 60 93 45 08

mixcity@lagny-sur-marne.fr

Horaires et jours d'ouverture :

Lundi, mardi, mercredi, vendredi et samedi :
9h-12h30 et 13h30-17h30
Jeudi 13h30-17h30



Conception graphique : Marne et Gondoire Agglo - 2024



L'Opti'Mix
VOTRE ESPACE DE VIE SOCIALE

MIX'&CITY
CENTRE SOCIOCULTUREL

MARNE&GONDOIRE
communauté d'agglomération

LAGNY
sur Marne

www.lagny-sur-marne.fr