

## LUDOTHÈQUE

TOUS LES JEUX DE LA LUDO POUR PARTAGER  
UN BON MOMENT EN S'AMUSANT :  
*Venez découvrir les nouveautés 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

9h30-12h  
14h-17h

#### TOUS LES VENDREDIS

9h30-12h

#### TOUS LES SAMEDIS

10h-12h  
14h-17h

### À EMPORTER

Prêt de jeux sur rendez-vous  
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 RÉSERVATIONS

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



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



ESPACE DE VIE SOCIALE

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 MARS 2023

CENTRE SOCIOCULTUREL



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

## 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, ...

### PERMANENCE PARENTALITÉ EN LUDOTHÈQUE

1<sup>er</sup> mars entre 9h30 et 11h30

Nous accueillons à nouveau Véronique De Zan, orthophoniste de métier, qui cette fois-ci vient à la ludothèque pour répondre à vos questions tout en observant vos enfants jouer et interagir.

### ATELIER GRANDS JEUX

1<sup>er</sup> et 8 mars de 14h à 17h

#### Parent-Enfant dès 5 ans

Adresse ou stratégie ? Venez découvrir les jeux surdimensionnés de La Ludo !

### ATELIER CRÉA'MIX

2 et 15 mars à 14h

#### Parents- Enfants dès 6 ans

L'atelier pour les familles d'artistes en herbes : créativité et bonne humeur garanties !

### ATELIER JARDINAGE

8 et 22 mars de 10h30 à 12h

#### Parent-Enfant dès 6 ans

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

### RENDEZ-VOUS DES PARENTS MIEUX COMMUNIQUER AVEC MON ADO

8 mars de 15h à 16h30

En partenariat avec Marne et Gondoire et le Campus Famille, le Mix'City vous propose un temps de conférence et d'échange autour de l'adolescence et la communication parfois difficile.

### MASSAGE BÉBÉ

11 et 25 mars de 10h à 11h

#### Parents-Bébés 0-12 mois

Un rendez-vous à partager avec

votre bébé avec les conseils de Cécile Ferrand, puéricultrice.

### RENDEZ-VOUS DES PARENTS LES CONFLITS DANS LA FRATRIE

11 mars à partir de 14h

Une professionnelle en communication parentale interviendra sur le thème de la sérénité familiale, notamment entre les enfants.

### LA LUDOTHÈQUE SPÉCIAL MONTESSORI

15 mars de 9h30 à 12h

#### Famille

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

### ATELIER COMPTINES ET CHANSONS

15 mars à 10h30

18 mars à 11h

#### Parent-Enfant 0-4 ans

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

### CHANTONS EN ANGLAIS !

15, 22 et 29 mars de 11h30 à 12h30

#### Parents/Enfants du CP au CM2

Commençons par un en-cas apprendre à se connaître. Puis, avec Juliana, bénévole au Mix'City, chantons en anglais pour apprendre facilement.

### ATELIER HISTOIRES

17 mars de 9h30 à 11h30

#### Parents-Enfants 0-3 ans

Lire ou jouer ? Jouer ou lire ? Nul besoin de choisir grâce à la venue des bibliothécaires à La Ludo.

### ATELIER BEAUTY MIX

22 mars à 14h

#### Parent-Enfant 9-11 ans

Prenons soin de nous : venez fabriquer votre masque de beauté avec Léanne !

### SOIRÉE JEUX EN FAMILLE

24 mars de 18h à 20h

Rendez-vous à la médiathèque de Lagny-sur-Marne pour jouer et partager un bon moment en famille.

### ATELIER NETTOYAGE DE PRINTEMPS

29 mars à 14h

#### Parents-Enfants 6-11 ans

Tous ensemble refaisons une beauté au centre en ramassant les déchets autour du Mix'City.

## ATELIER THÉMATIQUES AUTOUR DE LA PARENTALITÉ

de mars à juin

### « EN ROUTE VERS UN ÉPANOUISSEMENT FAMILIAL »



## 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.**

## UnisCité

## 1 temps que pour les parents

### 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

6 et 20 mars à 14h

Venez cuisiner les recettes avec Farida, bénévole coordinatrice du projet.

### PRENDRE SOIN DE SOI

7 mars de 14h à 16h

Une professionnelle en développement personnel intervient pour dialoguer avec vous et vous accompagner.

### ATELIER BEAUTY MIX

14 mars de 14h à 16h

Venez vous initier à la création de masques de beauté naturels avec Léanne et profiter d'un moment de détente.

## POUR LES ADULTES ET LES SÉNIORS

### ATELIER DANSE DOUCE

9 mars de 15h à 16h

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

### ATELIER SOPHROLOGIE PERCUSSION

16 mars de 13h45 à 15h15

Betty Seymour, sophrologue et Dominique Pistilli vous proposent un atelier percussions et relaxation pour vous accompagner au lâcher prise et retrouver l'équilibre corps et esprit.

### ATELIER BIJOUX

17 et 31 mars à 14h

Michèle, bénévole, vous accompagne pour créer vos bijoux.

### ATELIER QI GONG

21 mars de 14h30 à 16h

Éliane, bénévole, vient vous faire découvrir cette discipline relaxante mais sportive qu'est le Qi Gong.

### ATELIER TANGO

23 mars à 14h

Dominique et Jean-Pierre, bénévoles, vous proposent un moment convivial pour vous transmettre les pas de danse de Buenos Aires.

### ATELIER AQUARELLE

24 mars de 10h à 12h

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

### ATELIER ART THÉRAPIE

24 mars de 14h à 15h30

Avec Maud, Art Thérapeute, découvrez le plaisir du journal créatif.

### ATELIER SOPHROLOGIE

28 mars de 14h à 15h

Parfois le sommeil vous fuit ? Venez l'apprivoiser avec Chantal, sophrologue bénévole.

### ATELIER SPORT ALIM

30 mars à 14h

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

### ATELIER CRÉA'MIX

30 mars de 14h à 16h

Venez partager un moment créatif plein de bonne humeur, avec Eloïse.

## 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

## 8 mars

## JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

### ON EN PARLE ?

Durant cette semaine, l'équipe vous propose d'échanger autour de l'égalité hommes-femmes : ateliers, livres, jeux ...

