

PROGRAMME

# MIX'CITY & OPTI'MIX

| JANVIER | FÉVRIER | MARS 2025



[www.lagny-sur-marne.fr](http://www.lagny-sur-marne.fr)

**MARNEetGONDOIRE**  
communauté d'agglomération

**LAGNY**  
sur Marne

# À NOTER

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

# MIX'CITY

# OPTI'MIX

P.4

**temps forts communs**

P.6

**solidarité**

P.7

**bon à savoir**

P.12

**famille-parentalité**

P.19

**adulte & sénior**

P.22

**réussite éducative**

P.23

**accès aux droits**

P.27

**famille-parentalité**

P.31

**adulte & sénior**

P.34

**réussite éducative**

P.35

**accès aux droits**





# temps forts communs



## **RENCONTRE « TOUR DU MONDE »**

**Samedi 25 janvier de 12h à 16h30**

Partagez une spécialité culinaire de votre région ou pays d'origine lors d'un repas convivial avec l'association *Une Terre pour Tous*. À la suite du repas, participez à une activité interculturelle qui vous fera découvrir les langues et cultures du monde. Pour l'occasion, merci d'apporter un plat sucré ou salé (en mentionnant les ingrédients)

Inscription auprès du Mix'City

## **FRESQUE CONTRE LE SEXISME**

**Samedi 8 mars de 12h à 17h**

À l'occasion de la journée internationale des droits des femmes, participez à la réalisation d'une fresque afin d'identifier, comprendre et réduire le sexisme dans notre société.

Inscription auprès du Mix'City

## **SOIRÉE : WOMEN'S NIGHT !**

**Samedi 29 mars de 19h30 à 23h**

Vivez un moment de répit parental en profitant d'une soirée avec d'autres femmes autour d'un repas, d'un blindtest et d'une piste de danse.

Renseignements et inscriptions auprès du Mix'City.





## 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'emménagement 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.



# solidarité

## 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.



**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 !**

# bon à savoir

## ✓ **COMPOSTAGE COLLECTIF MIX' CITY**

En présence d'eau et d'air et au contact avec le sol, les micro-organismes (bactéries, champignons) et les vers transforment vos déchets en un terreau fertile : le compost, bien utile aux les jardiniers du Mixi'Pot', le jardin du Mix'City !

Pour adhérer, rien de plus simple : scannez le QR Code sur le bac à l'extérieur, inscrivez-vous sur le site du SIETREM et recevez votre bioseau et un livret d'accompagnement. Ensuite, chaque fois que vous venez au centre, vous videz votre seau !

Pour toute information, rendez-vous à l'accueil du Mix'City.

## ✓ **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**

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

Au Mix'City et A l'Opti'Mix, des protections hygiéniques, tampons et coupes menstruelles sont mis gratuitement et discrètement à votre disposition dans nos toilettes. Seules, les culottes menstruelles sont distribuées sur demande à l'accueil.



## ✓ **TROC' CITY**

**Tous lundis matin de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h**

**Les mardis matin de 9h30 à 12h30**

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

## ✓ **ASSOCIATION AS LAGNY RUGBY**

Connaissez-vous le rugby ? Tous les mercredis matin et après-midi, pratiquez gratuitement cette discipline au parc des sports avec l'association AS LAGNY RUGBY.

Recherche pour monter une équipe féminine, de 8 à 14 ans.

Local et entraînement situés au stade Fort du Bois.



PROGRAMME

# MIX' CITY

L'ensemble des activités nécessite une inscription à l'accueil,  
ou par téléphone à :

**MIX' CITY**

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

[mixcity@lagny-sur-marne.fr](mailto:mixcity@lagny-sur-marne.fr)

**Fermeture du Mix'City : Tous les jeudis matin**

## RENDEZ-VOUS RÉCURRENTS

23	<b>FAMILLE DE FRANCE - SURENDETTEMENT</b> Du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30	12	<b>LUDOTHÈQUE</b> Sur place, tous les mercredis et samedis de 9h30 à 12h puis de 14h à 17h et les vendredis de 9h30 à 12h.
22	<b>MIX'ÉTUDE</b> Tous les lundis, mardis, mercredis, jeudis ou samedis	12	<b>ESPACE MOTRICITÉ</b> Tous les mercredis, vendredis et samedis matin de 9h30 à 12h
23	<b>ACCOMPAGNEMENT SOCIAL</b> Tous les mardis	23	<b>BALLE AU BOND</b> Tous les jeudis matin
12	<b>MERCREDI ON LIT !</b> Tous les mercredis matin de 10h à 12h	20	<b>GOÛTER DES SÉNIORS</b> Tous les jeudis hors vacances scolaires de 16h à 17h30
19	<b>ATELIER CAFÉ TRICOT THÉ</b> Tous les mercredis de 10h à 12h	23	<b>RENCONTRE AVEC VOTRE CHARGÉ DE DÉVELOPPEMENT LOCAL</b> Tous les vendredis de 9h à 12h30 et de 14h à 18h

## JANVIER

13	<b>CINÉ-GOÛTER : MON BEAU SAPIN</b> Jeudi 2 janvier de 10h à 11h15	21	<b>ATELIER JEUX DE MOTS</b> Jeudi 16 janvier de 14h à 16h
20	<b>ATELIER COUTURE</b> Samedi 4 janvier de 14h à 17h	15	<b>CAFÉ DES PARENTS DES TOUT-PETITS</b> Vendredi 17 janvier de 9h30 à 11h30
20	<b>ATELIER COUTURE</b> Mardi 7 janvier de 13h30 à 16h30	15	<b>ATELIER MASSAGE BÉBÉ</b> Lundi 20 janvier de 10h à 11h
23	<b>PERMANENCE MDPH</b> Mardi 7 janvier de 13h30 à 16h30	20	<b>ATELIER COUTURE</b> Mardi 21 janvier de 13h30 à 16h30
13	<b>ATELIER COMPTINES ET CHANSONS</b> Mercredi 8 janvier à 10h30	15	<b>SORTIE : CITÉ DES SCIENCES ET DE L'INDUSTRIE</b> Mercredi 22 janvier de 9h30 à 18h
14	<b>ATELIER CRÉA'MIX</b> Mercredi 8 janvier de 14h à 16h30	15	<b>PERMANENCE PARENTALITÉ-HANDICAP</b> Mercredi 22 janvier de 10h à 12h
20	<b>ATELIER MÉMOIRE</b> Jeudi 9 janvier de 14h à 16h	13	<b>CONTES KAMISHIBAI</b> Mercredi 22 janvier à 10h pour les 0-5 ans et à 14h à partir de 6 ans
14	<b>PERMANENCE ORTHOPHONISTE</b> Vendredi 10 janvier de 8h45 à 11h15	21	<b>SORTIE INTER'G : MUSÉE GRÉVIN</b> Mercredi 22 janvier de 13h à 18h
20	<b>ATELIER AQUARELLE</b> Vendredi 10 janvier de 9h30 à 12h30	21	<b>ATELIER SANTÉ NUMÉRIQUE</b> Jeudi 23 janvier de 9h30 à 12h
20	<b>ATELIER BIJOUX</b> Vendredi 10 janvier de 14h à 17h	21	<b>LUDO SÉNIORS</b> Jeudi 23 janvier de 14h à 16h
14	<b>SOIRÉE PARENTALE : RECOURS DE MON DOSSIER MDPH</b> Vendredi 10 janvier de 18h30 à 20h	13	<b>DICTÉE GÉANTE</b> Jeudi 23 janvier de 16h30 à 18h30
20	<b>ATELIER COUTURE</b> Samedi 11 janvier de 14h à 17h	21	<b>SOIRÉE CONCERT</b> Jeudi 23 janvier de 19h30 à 22h
13	<b>ATELIER COMPTINES ET CHANSONS</b> Samedi 11 janvier à 16h30	20	<b>ATELIER AQUARELLE</b> Vendredi 24 janvier de 9h30 à 12h30
14	<b>ATELIER CUISINE</b> Mardi 14 janvier de 13h30 à 16h30	15	<b>RENDEZ-VOUS DES PARENTS</b> Vendredi 24 janvier de 14h à 16h30
20	<b>ATELIER QI-GONG</b> Mardi 14 janvier de 14h30 à 15h30	20	<b>ATELIER BIJOUX</b> Vendredi 24 janvier de 14h à 17h
14	<b>SOIRÉE PARENTALE : TDA-TDAH, EXPRIMEZ-VOUS !</b> Mardi 14 janvier de 19h30 à 21h30	13	<b>SOIRÉE FAMILLE : CONTES EN PYJAMA</b> Vendredi 24 janvier de 20h à 21h
14	<b>ATELIER CRÉA'MIX</b> Mercredi 15 janvier de 14h à 16h	16	<b>PETIT-DÉJEUNER DES PARENTS : COMMENT JOUER AVEC SON ENFANT ?</b> Samedi 25 janvier de 10h à 12h
15	<b>TEMPS D'INFORMATIONS COLLECTIF : DROITS AUX VACANCES</b> Mercredi 15 janvier de 15h à 17h	20	<b>ATELIER QI-GONG</b> Mardi 25 janvier de 14h30 à 15h30

15	<b>ATELIER MASSAGE BÉBÉ</b> Lundi 27 janvier de 10h à 11h	21	<b>ATELIER SOPHROLOGIE</b> Jeudi 30 janvier de 16h à 17h30
21	<b>MARDI, ON SORT !</b> Mardi 28 janvier de 10h à 16h30	21	<b>CAFÉ NUMÉRIQUE</b> Jeudi 30 janvier de 16h à 17h30
16	<b>ATELIER RÉANIMATION PÉDIATRIQUE « JE SAUVE UNE VIE »</b> Mercredi 29 janvier de 14h à 16h	20	<b>SOIRÉE JEUX</b> Vendredi 31 janvier de 19h à 23h
14	<b>ATELIER CRÉA'MIX</b> Mercredi 29 janvier de 14h à 16h30	16	<b>ATELIER MUSIQUE ET HANDICAP</b> Vendredi 31 janvier de 17h30 à 18h30
16	<b>ATELIER HAND'INCLUSIF</b> Mercredi 29 janvier de 14h à 17h		

## FÉVRIER

20	<b>ATELIER COUTURE</b> Mardi 4 février de 13h30 à 16h30	16	<b>ATELIER RÉANIMATION PÉDIATRIQUE « JE SAUVE UNE VIE »</b> Mercredi 12 février de 14h à 16h
23	<b>PERMANENCE MDPH</b> Mardi 4 février de 13h30 à 16h30	16	<b>ATELIER HAND'INCLUSIF</b> Mercredi 12 février de 14h à 17h
14	<b>SOIRÉE PARENTALE : TDA-TDAH, EXPRIMEZ-VOUS !</b> Mardi 4 février de 19h30 à 21h30	21	<b>ATELIER SÉCURITÉ ROUTIÈRE</b> Jeudi 13 février de 14h à 16h
15	<b>PERMANENCE PARENTALITÉ-HANDICAP</b> Mercredi 5 février de 10h à 12h	15	<b>CAFÉ DES PARENTS DES TOUT-PETITS</b> Vendredi 14 février de 9h30 à 11h30
13	<b>ATELIER COMPTINES ET CHANSONS</b> Mercredi 5 février à 10h30	15	<b>RENDEZ-VOUS DES PARENTS</b> Vendredi 14 février de 14h à 16h
14	<b>ATELIER CUISINE</b> Mercredi 5 février de 14h à 16h	16	<b>ATELIER MUSIQUE ET HANDICAP</b> Vendredi 14 février de 17h30 à 18h30
21	<b>ATELIER JEUX DE MOTS</b> Jeudi 6 février de 14h à 16h	20	<b>ATELIER COUTURE</b> Samedi 15 février de 14h à 17h
21	<b>ATELIER SÉCURITÉ ROUTIÈRE</b> Jeudi 6 février de 14h à 16h	18	<b>FORMATION PARENTALE : UKUBÉBÉ</b> Samedi 15 février de 14h à 17h
14	<b>PERMANENCE ORTHOPHONISTE</b> Vendredi 7 février de 8h45 à 11h15	20	<b>ATELIER COUTURE</b> Mardi 18 février de 13h30 à 16h30
20	<b>ATELIER AQUARELLE</b> Vendredi 7 février de 9h30 à 12h30	17	<b>TOUT SAVOIR SUR L'ÂGE DE PIERRE</b> Mercredi 19 février de 10h à 12h
20	<b>ATELIER BIJOUX</b> Vendredi 7 février de 14h à 17h	17	<b>ATELIER CRÉA'MIX</b> Jeudi 20 février de 14h à 16h
16	<b>PETIT-DÉJEUNER DES PARENTS : MOI, FAMILLE MONOPARENTALE</b> Samedi 8 février de 10h à 12h	21	<b>ATELIER SÉCURITÉ ROUTIÈRE</b> Jeudi 20 février de 14h à 16h
13	<b>ATELIER COMPTINES ET CHANSONS</b> Samedi 8 février à 16h30	17	<b>SORTIE FAMILLE : MUSÉE D'ARCHÉOLOGIE NATIONALE À SAINT-GERMAIN-EN-LAYE</b> Vendredi 21 février de 9h à 18h
16	<b>SORTIE THÉÂTRE : SPECTACLE « À DOS DE CHAMEAU »</b> Dimanche 9 février	20	<b>ATELIER AQUARELLE</b> Vendredi 21 février de 9h30 à 12h30
15	<b>ATELIER MASSAGE BÉBÉ</b> Lundi 10 février de 10h à 11h	20	<b>ATELIER BIJOUX</b> Vendredi 21 février de 14h à 17h
14	<b>ATELIER CUISINE</b> Mardi 11 février de 13h30 à 16h30	17	<b>SORTIE FAMILLE SURPRISE SUR LE THÈME ANTIQUITÉ OU MOYEN-ÂGE</b> Vendredi 21 février
20	<b>ATELIER QI-GONG</b> Mardi 11 février de 14h30 à 15h30	20	<b>ATELIER COUTURE</b> Samedi 22 février de 14h à 17h
18	<b>SORTIE CITÉ DE LA MUSIQUE &amp; PHILARMONIE DE PARIS</b> Mercredi 12 février de 9h à 16h	22	<b>STAGE GRAPHO'THÉRAPIE</b> Du lundi 24 au jeudi 27 février de 10h à 12h
14	<b>ATELIER CRÉA'MIX</b> Mercredi 12 février de 14h à 16h	22	<b>STAGE D'ANGLAIS</b> Du lundi 24 au vendredi 28 février de 13h30 à 15h30

20	<b>ATELIER QI-GONG</b> Mardi 25 février de 14h30 à 15h30	21	<b>ATELIER SÉCURITÉ ROUTIÈRE</b> Jeudi 27 février de 14h à 16h
17	<b>SOIRÉE RACLETTE ET CINÉ</b> Mardi 25 février de 19h à 21h	17	<b>CRÊPES PARTY !</b> Jeudi 27 février de 14h à 17h
17	<b>ÉGYPTE ANCIENNE EN FOLIE !</b> Mercredi 26 février de 14h à 17h	17	<b>SORTIE : PATINOIRE EN FAMILLE</b> Vendredi 28 février de 12h30 à 17h30
21	<b>SORTIE INTER'G : MUSÉE DE LA GRANDE GUERRE</b> Mercredi 26 février de 8h45 à 14h	20	<b>SOIRÉE JEUX</b> Vendredi 28 février de 19h à 23h

## MARS

20	<b>ATELIER COUTURE</b> Mardi 4 mars de 13h30 à 16h30	18	<b>ATELIER AH L'EAU !</b> Mercredi 19 mars de 14h à 17h
23	<b>PERMANENCE MDPH</b> Mardi 4 mars de 13h30 à 16h30	21	<b>ATELIER JEUX DE MOTS</b> Jeudi 20 mars de 14h à 16h
15	<b>PERMANENCE PARENTALITÉ-HANDICAP</b> Mercredi 5 mars de 10h à 12h	20	<b>ATELIER AQUARELLE</b> Vendredi 21 mars de 9h30 à 12h30
21	<b>ATELIER SOPHROLOGIE</b> Jeudi 6 mars de 14h à 15h	15	<b>CAFÉ DES PARENTS DES TOUTS-PETITS</b> Vendredi 21 mars de 9h30 à 11h30
21	<b>ATELIER SÉCURITÉ ROUTIÈRE</b> Jeudi 6 mars de 14h à 16h	20	<b>ATELIER BIJOUX</b> Vendredi 21 mars de 14h à 17h
20	<b>ATELIER AQUARELLE</b> Vendredi 7 mars de 9h30 à 12h30	16	<b>ATELIER MUSIQUE ET HANDICAP</b> Vendredi 21 mars de 17h30 à 18h30
20	<b>ATELIER BIJOUX</b> Vendredi 7 mars de 14h à 17h	18	<b>FORMATION PARENTALE : UKUBÉBÉ</b> Samedi 22 mars de 13h30 à 16h30
13	<b>ATELIER COMPTINES ET CHANSONS</b> Samedi 8 mars à 16h30	14	<b>ATELIER CRÉA'MIX</b> Samedi 22 mars de 14h à 16h30
18	<b>ATELIER YOGA LUDIQUE</b> Lundi 10 mars de 10h à 11h	18	<b>ATELIER YOGA LUDIQUE</b> Lundi 24 mars de 10h à 11h
14	<b>ATELIER CUISINE</b> Mardi 11 mars de 13h30 à 16h30	21	<b>MARDI, ON SORT !</b> Mardi 25 mars de 10h à 16h30
20	<b>ATELIER QI-GONG</b> Mardi 11 mars de 14h30 à 15h30	20	<b>ATELIER QI-GONG</b> Mardi 25 mars de 14h30 à 15h30
13	<b>ATELIER COMPTINES ET CHANSONS</b> Mercredi 12 mars à 10h30	16	<b>ATELIER RÉANIMATION PÉDIATRIQUE</b> « JE SAUVE UNE VIE » Mercredi 26 mars de 14h à 16h
14	<b>ATELIER CRÉA'MIX</b> Mercredi 12 mars de 14h à 16h30	14	<b>ATELIER CRÉA'MIX</b> Mercredi 26 mars de 14h à 16h30
14	<b>PERMANENCE ORTHOPHONISTE</b> Vendredi 14 mars de 8h45 à 11h15	23	<b>PERMANENCE JURIDIQUE</b> Jeudi 27 mars de 10h à 16h
21	<b>SORTIE THÉÂTRE BOBINO : « LES HOMMES VIENNENT DE MARS, LES FEMMES DE VÉNUS »</b> Vendredi 14 mars de 17h30 à 21h30	21	<b>LUDO SÉNIORS</b> Jeudi 27 mars de 14h à 16h
20	<b>ATELIER COUTURE</b> Samedi 15 mars de 14h à 17h	15	<b>RENDEZ-VOUS DES PARENTS</b> Vendredi 28 mars de 14h à 16h
18	<b>ATELIER YOGA LUDIQUE</b> Lundi 17 mars de 10h à 11h	20	<b>SOIRÉE JEUX</b> Vendredi 28 mars de 19h à 23h
20	<b>ATELIER COUTURE</b> Mardi 18 mars de 13h30 à 16h30	20	<b>ATELIER COUTURE</b> Samedi 29 mars de 14h à 17h
14	<b>SOIRÉE PARENTALE : TDA-TDAH, EXPRIMEZ-VOUS !</b> Mardi 18 mars de 19h30 à 21h30	18	<b>ATELIER YOGA LUDIQUE</b> Lundi 31 mars de 10h à 11h



# famille parentalité

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

## LES RDV RÉCURRENTS

### MERCREDI ON LIT !

Tous les mercredis matin de 10h à 12h

L'équipe des bénévoles de la bibliothèque du Mix'City vous accueille et vous accompagne : lecture ou recherche, albums et documentaires jeunesse, magazines, fond d'ouvrages autour de la parentalité, des femmes et de leurs droits, du développement durable...

### 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.

## LUDOTHÈQUE

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.



Tous les jeux de La Ludo pour partager un bon moment en s'amusant, pour les petits et pour les grands : éveil, symbolique, construction et assemblage, jeux à règles pour enfants et adultes.

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 NUITS DE LA LECTURE

du 22 au 25 janvier

Toute la semaine, l'espace de gratuité le Troc'City célèbre la lecture : des livres pour tous !

## CONTES KAMISHIBAI

Mercredi 22 janvier

à 10h pour les 0-5 ans

et à 14h à partir de 6 ans.

Grâce à Chantal, bénévole à la bibliothèque, venez découvrir le plaisir d'écouter des histoires Kamishibai, théâtre de papier en japonais.

## DICTÉE GÉANTE

Jeudi 23 janvier de 16h30 à 18h30

Pour tous dès 9 ans

Les bénévoles de l'association *De A à Z* vous proposent de vous amuser en relevant le défi de dictées spéciales sur le thème du patrimoine, dans le cadre de la manifestation nationale *Les Nuits de la Lecture*.



## SOIRÉE FAMILLE : CONTES EN PYJAMA

Vendredi 24 janvier de 20h à 21h

Parents-enfants dès 5 ans

Tout autour du monde, depuis toujours, petits et grands se retrouvent à la nuit tombée pour écouter des histoires...Rendez-vous avec Anne, après dîner et... en pyjama !



## CINÉ-GOÛTER : MON BEAU SAPIN

Jeudi 2 janvier de 10h à 11h15

Parents-enfants dès 3 ans

Vivez un moment avec vos enfants en visionnant "Mon Beau Sapin", une comptine pour chanter Noël et l'Hiver. C'est l'histoire d'un cactus qui veut devenir un sapin, un loup qui cherche sa bonne étoile, deux oiseaux qui se chamaillent un cadeau et un sapin qui prennent feu !

Un petit déjeuner d'accueil vous attendra dès 10h au cinéma le Cinq : 5 Rue Delambre.

Durée : 35 minutes

Renseignements et inscription à l'accueil du Mix'City, 2€/personne.

## ATELIERS COMPTINES ET CHANSONS

Mercredi 8 janvier à 10h30

Samedi 11 janvier à 16h30

Mercredi 5 février à 10h30

Samedi 8 février à 16h30

Samedi 8 mars à 16h30

Mercredi 12 mars 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.





## ATELIERS CRÉA'MIX

**Mercredi 8 janvier de 14h à 16h30**

Parents-enfants dès 3 ans

Créez votre fève et couronne porte-bonheur pour être le roi ou la reine en ce début d'année !

Pour les plus gourmands, l'association *De A à Z* vous propose de préparer le goûter en faisant la célèbre galette des rois.

**Mercredi 15 janvier de 14h à 16h**

Parents-enfants de tout âge

Un atelier ludique pour laisser libre cours à la créativité en réalisant des marionnettes uniques en compagnie de Nadia, membre de l'association *De A à Z*.

**Mercredi 29 janvier de 14h à 16h30**

Parents-enfants dès 3 ans

À l'approche de la pièce de théâtre *Courgette* à l'espace Charles Vanel, réalisez votre pâte à modeler maison.

**Mercredi 12 février de 14h à 16h**

Parents, grand-parents, et enfants de tout âge

Un atelier pour apprendre à fabriquer des bougies tout en sensibilisant à la préservation des abeilles en compagnie de l'association *De A à Z*.

**Mercredis 12 et 26 mars de 14h à 16h30**

Parents- Enfants dès 6 ans

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

**Samedi 22 mars de 14h à 16h**

Parent-enfants de tout âge

Passez un moment convivial et créatif en compagnie de l'association *Orlyparcmen* votre.

## PERMANENCE ORTHOPHONISTE

**Vendredi 10 janvier**

**Vendredi 7 février**

**Vendredi 14 mars**

**8h45-11h15**

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

Sur rendez-vous (30 minutes), prise de rendez-vous à l'accueil du Mix'City ou au 01 60 93 45 08.

## SOIRÉE PARENTALE : RECOURS DE MON DOSSIER MDPH

**Vendredi 10 janvier de 18h30 à 20h**

Venez à la rencontre de l'association *Lions Club International* pour échanger au sujet du dossier MDPH et posez vos questions sur le recours.

## ATELIERS CUISINE

**Mardi 14 janvier**

**Mardi 11 février**

**Mardi 11 mars**

**13h30-16h30**

Parent-enfants dès 6 ans

Envie de passer un moment convivial entre parents, avec ou sans enfant, venez préparer le goûter en compagnie des membres de l'association *Si T Cap mon handicap*.

**Mercredi 5 février de 14h à 16h**

Une découverte culinaire des différentes façons de préparer et déguster des crêpes à travers le Monde en présence de l'association *De A à Z*.

## SOIRÉES PARENTALE : TDA-TDAH, EXPRIMEZ-VOUS !

**Mardi 14 janvier** · Parents, à vous la parole !

**Mardi 4 février** · Communication et gestion des émotions

**Mardi 18 mars** · Renforcer l'estime de soi et la confiance en soi des enfants  
**19h30-21h30**

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



## TEMPS D'INFORMATIONS COLLECTIF : DROITS AUX VACANCES

**Mercredi 15 janvier de 15h à 17h**

Renseignez-vous sur les différents dispositifs dédiés aux familles et adultes pour partir en vacances (week-end, court ou long séjour) : Vacaf, Bourse Solidarités aux Vacances, ANCV...

## CAFÉS DES PARENTS DES TOUT-PETITS

**Vendredi 17 janvier** · Tout savoir sur l'allaitement

**Vendredi 14 février** · Du geste à la parole

**Vendredi 21 mars** · L'impact des écrans à tout âge  
**9h30-11h30**

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 à 10h au RPE,**  
situé au 7 rue Vacheresse



## SORTIE : CITÉ DES SCIENCES ET DE L'INDUSTRIE

**Mercredi 22 janvier de 9h30 à 18h**

**Parents-enfants dès 4 ans**

Partez à la découverte de l'origine du monde et de son évolution à travers les différents espaces de la Cité des Sciences et de l'Industrie : des expositions, des activités (cité des enfants, planétarium...)

Prévoir votre pique-nique et votre goûter.

**Renseignements et inscriptions à l'accueil du Mix'City.**

## PERMANENCES PARENTALITÉ-HANDICAP

**Mercredi 22 janvier**

**Mercredi 5 février**

**Mercredi 5 mars**

**10h-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.

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

## RENDEZ-VOUS DES PARENTS

**Vendredi 24 janvier de 14h à 16h30** · Comment gérer son stress et ses émotions ?

**Vendredi 14 février de 14h à 16h** · Bien-être et parentalité

**Vendredi 28 mars de 14h à 16h** · Estime de soi, valorisation et affirmation  
Prenez le temps de souffler et d'échanger sur vos préoccupations du moment en présence de Patricia Fayada, relaxologue.



## ATELIERS MASSAGE BÉBÉ

**Lundis 20 et 27 janvier**

**Lundi 10 février**

**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.

## PETIT-DÉJEUNER DES PARENTS : COMMENT JOUER AVEC SON ENFANT ?

**Samedi 25 janvier 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 en présence de Véronique De Zan, orthophoniste.

## ATELIERS RÉANIMATION PÉDIATRIQUE

« JE SAUVE UNE VIE »

**Mercredi 29 janvier**

**Mercredi 12 février**

**Mercredi 26 mars**

**14h-16h**

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.



## ATELIERS HAND'INCLUSIF

**Mercredi 29 janvier**

**Mercredi 12 février**

**14h-17h**

Profitez en famille d'une activité ludique ou créative en présence des membres de *Lions Ozoir Cyber Club*.



## ATELIER MUSIQUE ET HANDICAP

**Vendredi 31 janvier**

**Vendredi 14 février**

**Vendredi 21 mars**

**17h30-18h30**

**Parents-enfants dès 5 ans**

La musique procure des émotions, des sentiments, elle développe l'écoute de soi et de l'autre.

Dans un cadre adapté, favorisant l'expression, l'enfant part à la découverte des sons et des rythmes autour d'instruments de musique variés, de percussions corporelles ou encore de sa voix. Explorer, coordonner, imaginer, se mouvoir dans l'espace... en avant pour un moment de partage en musique !

Ces ateliers organisés en partenariat avec Marne et Gondoire, menées par des intervenants-musiciens, s'articulent autour de la musique et de l'environnement sonore, en suscitant la créativité.

## PETIT-DÉJEUNER DES PARENTS : MOI, FAMILLE MONOPARENTALE

**Samedi 8 février 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.

## SORTIE THÉÂTRE : SPECTACLE « À DOS DE CHAMEAU »

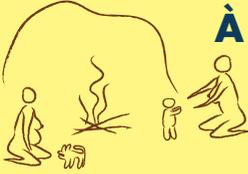
**Dimanche 9 février**

**Parents-enfants dès 5 ans**

Suivez l'aventure de Chami Chamo, un chameau pas comme les autres qui poursuit son chemin malgré les obstacles de la vie. Sortie programmée en collaboration avec l'Espace Charles Vanel.

**Renseignements, inscriptions et paiement (3€/personne) à l'accueil du Mix'City le vendredi 24 janvier de 18h30 à 20h30.**





## VACANCES SCOLAIRES : À NOUS LES VACANCES !

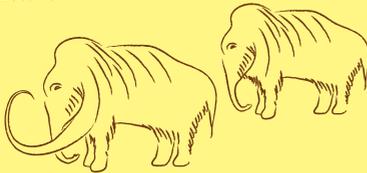
Du 15 février au 2 mars



### TOUT SAVOIR SUR L'ÂGE DE PIERRE

**Mercredi 19 février de 10h à 12h**

Anne et les bénévoles de la ludothèque vous proposent de découvrir des documentaires sur la préhistoire.



### ATELIER CRÉA'MIX

**Judi 20 février de 14h à 16h**

Parent-enfant dès 3 ans

Adoptez votre premier mammouth en le confectionnant avec de la laine toute douce.

### SORTIE FAMILLE SURPRISE SUR LE THÈME ANTIQUITÉ OU MOYEN-ÂGE

**Vendredi 21 février**

Inscriptions et paiement (3€/personne) le vendredi 31 janvier de 18h30 à 20h. - horaires : nous contacter.

### SORTIE FAMILLE : MUSÉE D'ARCHÉOLOGIE NATIONALE À SAINT-GERMAIN-EN-LAYE

**Vendredi 21 février de 9h à 18h**

À partir de 7 ans

Venez découvrir l'univers celtique des gaulois à travers les récits merveilleux racontant l'art de la métamorphose, le mystère des forces de la nature, la présence d'êtres imaginaires. Au fil du parcours, des objets exceptionnels seront associés aux légendes afin de poser un regard nouveau sur la civilisation gauloise.

Départ à 9h du Mix'City et 9h15 de l'Opti'Mix.

Inscriptions et paiement (3€/personne) le vendredi 24 janvier de 18h30 à 20h

### SOIRÉE RACLETTE ET CINÉ

**Mardi 25 février de 19h à 23h**

Parent-enfant tout âge

Profitez d'une soirée ciné pour (re)découvrir un film en toute convivialité.

Partagez avec l'équipe du Mix'City les joies de la raclette avant de (re)découvrir un film en toute convivialité. Lors de votre inscription, optez pour : *Astérix et Obélix Mission Cléopâtre*, *Le Prince d'Égypte* ou *Astérix et Cléopâtre*.

### ÉGYPTE ANCIENNE EN FOLIE !

**Mercredi 26 février  
de 14h à 17h**

Parent-enfant dès 3 ans

Plongez au temps de l'Ancienne Égypte à travers différentes animations : atelier cuisine « biscuits momies », confection de votre amulette, décodage de hiéroglyphes, jeux de société et histoires sur les divinités égyptiennes.



### CRÊPES PARTY !

**Judi 27 février de 14h à 17h**

Parent-enfants de tout âge

Participez à un atelier cuisine pour préparer des crêpes en famille !

### SORTIE : PATINOIRE EN FAMILLE

**Vendredi 28 février de 12h30 à 17h30**

Dès 6 ans

Découvrez le patin à glace durant un après-midi en famille à la patinoire de La Cartonnerie à Dammaries-les-Lys.

L'équipe du Mix'City et de l'Opti'Mix vous propose de déjeuner ensemble avant le départ.

Départ à 12h15 du Mix'City et 12h30 de l'Opti'Mix  
Inscriptions et paiement (3€/personne) le vendredi 24 janvier de 18h30 à 20h



## **SORTIE : CITÉ DE LA MUSIQUE & PHILARMONIE DE PARIS**

**Mercredi 12 février de 9h à 16h**

Parent-enfants dès 10 ans

Accompagnés par une conférencière formée et attentive aux besoins spécifiques de chacun, accessible aux visiteurs en situation de handicap, découvrez les instruments et compositeurs présentés au musée de la musique à travers une approche tactile et sensorielle de la collection.

Renseignements et inscription à compter du mercredi 15 janvier à l'accueil du Mix'City. 2€/personne



## **FORMATION PARENTALE : UKUBÉBÉ**

**Samedi 15 février de 14h à 17h - débutants**

**Samedi 22 mars de 13h30 à 17h30 -**

**(pour les personnes ayant suivi la première session du 15/02)**

Laissez-vous guider par Olivia, pour accorder votre premier ukulélé et apprendre à jouer vos comptines préférées !



## **ATELIERS YOGA LUDIQUE**

**Lundis 10, 17, 24 et 31 mars - 10h-11h**

Parent-enfant (11 mois à 3 ans)

Il n'y a pas d'âge pour faire du yoga ! Rien de tel que passer via le jeu pour amener votre enfant à la pratique du yoga : imiter l'arbre, apprendre à se tenir comme une grenouille... Le yoga contribue à l'éveil de l'enfant aussi bien d'un point de vue moteur qu'intellectuel et émotionnel.

En compagnie de Sandra Parisse, éducatrice spécialisée et accompagnatrice en soutien à la parentalité.

## **ATELIER AH L'EAU !**

**Mercredi 19 mars de 14h à 17h**

Parents-enfants dès 5 ans

Rencontrez les professionnels du SIAM (Syndicat Intercommunal de l'Assainissement de Marne-la-Vallée) à l'occasion de la journée mondiale de l'eau pour connaître le cycle de l'eau naturelle et le cycle de l'eau domestique.





# adulte & sénior

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

## 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  
[uniscite@lagny-sur-marne.fr](mailto:uniscite@lagny-sur-marne.fr)**



## LES RDV RÉCURRENTS



### ATELIERS 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...



## GOÛTERS DES SÉNIORS

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

**Judi 9 janvier** · Dégustation de la galette des rois en compagnie des services civiques Unicités

**Judi 16 janvier** · Jeux de société

**Judi 30 janvier** · Café numérique en présence d'un conseiller numérique

**Judi 6 février** · Sensibilisation sur le cancer

**Judi 13 février** · Coloriage détente mandala

**Judi 6 mars** · Débat sur les genres

**Judi 13 mars** · Memory de l'égalité

**Judi 20 mars** · Débat-projection

**Judi 27 mars** · Coloriage Yes we can

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



## SOIRÉES JEUX

**Vendredi 31 janvier**

**Vendredi 28 février**

**Vendredi 28 mars**

**19h-23h**

À partir de 12 ans

Le temps d'une soirée, venez passer un moment convivial et chaleureux avec nos ludothécaires Anne et Lehna.

Repas partagé dès 19h, puis découvrez de nouveaux jeux, ou partagez vos coups de cœur en apportant les vôtres en ludothèque.

## ATELIERS COUTURE

**Samedis 4 et 11 janvier de 14h à 17h**

**Mardis 7 et 21 janvier de 13h30 à 16h30**

**Mardis 4 et 18 février de 13h30 à 16h30**

**Samedi 15 et 22 février de 14h à 17h**

**Mardis 4 et 18 mars de 13h30 à 16h30**

**Samedis 15 et 29 mars de 14h à 17h**

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 confirmés animés par des bénévoles.

## ATELIER MÉMOIRE

**Judi 9 janvier de 14h à 16h**

Dernière séance pour améliorer votre mémoire et stimuler vos fonctions cognitives à l'aide des exercices stimulant que vous propose l'association Neosilver.

## ATELIERS AQUARELLE

**Vendredis 10 et 24 janvier**

**Vendredis 7 et 21 février**

**Vendredis 7 et 21 mars**

**9h30-12h30**

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

## ATELIERS BIJOUX

**Vendredis 10 et 24 janvier**

**Vendredis 7 et 21 février**

**Vendredis 7 et 21 mars**

**14h-17h**

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

## ATELIERS QI-GONG

**Mardis 14 et 28 janvier**

**Mardis 11 et 25 février**

**Mardis 11 et 25 mars**

**14h30-15h30**

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



**ATELIERS JEUX DE MOTS****Judi 16 janvier de 14h à 16h****Judi 6 février de 14h à 16h****Judi 20 mars de 14h à 15h30**

Un atelier où l'on écrit pour rire et pour jouer avec les mots avec Chantal.

**SORTIE INTER'G : MUSÉE GRÉVIN****Mercredi 22 janvier de 13h à 18h**

Allez à la rencontre des personnes qui ont marqué les esprits en visitant le musée Grévin en compagnie de la Maison des Jeunes.

Départ depuis la gare de Lagny-Thorigny à 13h, retour prévu à 18h.

Inscription et paiement (3€/personne) le jeudi 16 janvier à partir de 18h au Mix'City.

**ATELIER SANTÉ NUMÉRIQUE****Judi 23 janvier de 9h30 à 12h**

En collaboration avec la ville de Lagny-sur-Marne et avec le soutien de la CPAM, l'association *Delta 7* vous propose un atelier numérique sur la santé en ligne : démarches, applications, Doctolib et bien-être.

**LUDO SÉNIORS****Judi 23 janvier****Judi 27 mars****14h-16h**

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

**SOIRÉE CONCERT****Judi 23 janvier de 19h30 à 22h**

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, à l'Espace Charles Vanel, au 22 boulevard du Maréchal Gallieni.

**MARDI, ON SORT !****Mardi 28 janvier****Mardi 25 mars****10h-16h30**

Envie de sortir ? Partons ensemble pour une balade, une exposition ou un événement culturel en transport en commun.

**ATELIERS SOPHROLOGIE****Judi 30 janvier****Judi 6 mars****14h-15h**

Encadré par Chantal, notre bénévole, venez découvrir les bienfaits de la sophrologie pour vous ressourcer.

**CAFÉ NUMÉRIQUE****Judi 30 janvier de 16h à 17h30**

Rencontrez Thomas, conseiller numérique de France Services pour échanger sur vos préoccupations, et poser des questions sur l'usage de votre outil numérique (smartphone, tablette, ordinateur).

**ATELIERS SÉCURITÉ ROUTIÈRE****Judis 6 et 13 février****Judis 20 et 27 février****Judi 6 mars****14h-16h**

*Delta 7* vous propose des ateliers de prévention routière afin de vous déplacer en toute sécurité.

**SORTIE INTER'G : MUSÉE DE LA GRANDE GUERRE****Mercredi 26 février de 8h45 à 14h**

En compagnie de la Maison des Jeunes, découvrez les collections relatant la Première Guerre Mondiale (1914-1918) au musée de la Grande Guerre à Meaux. Départ à 8h45 de la Maison des Jeunes et 9h du Mix'City.

Inscription et paiement (3€/personne) le vendredi 24 janvier de 18h30 à 20h au Mix'City.

**SORTIE THÉÂTRE BOBINO : « LES HOMMES VIENNENT DE MARS, LES FEMMES DE VÉNUS »****Vendredi 14 mars de 17h30 à 21h30****Adultes**

À l'heure où les rapports hommes-femmes sont questionnés, décortiqués, voire malmenés, venez passer une soirée exceptionnelle avec un spectacle déjà joué devant plus de deux millions de spectateurs !

Départ en groupe depuis la gare de Lagny-Thorigny à 17h30

Inscription à compter du vendredi 24 janvier de 18h30 à 20h





# réussite éducative

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

## LES RDV RÉCURRENTS

### MIX'ÉTUDE

**Les lundis, mardis, mercredis, jeudis ou samedis**

Grâce à une équipe de bénévoles, le Mix'City accueille des élèves du CP à la 3<sup>e</sup> pour de l'aide aux devoirs ou du soutien scolaire.

Rendez-vous au Mix'City pour plus d'informations et les modalités d'inscription.



### STAGE GRAPHO'THÉRAPIE

**Du lundi 24 au jeudi 27 février de 10h à 12h**

CE1-CE2 et CM1-CM2

Emilie Dietrich, graphothérapeute, accueille des élèves des classes de CE1 au CM2 le temps d'un mini-stage pour renforcer leur compétence d'écriture à travers la découverte d'œuvres artistiques.

**Niveaux CE1 et CE2 : le lundi et mardi**

**Niveaux CM1-CM2 : le mercredi et jeudi**

Renseignements et inscriptions auprès du Mix'City

### STAGE D'ANGLAIS

**Lundi 24, mardi 25, jeudi 27 et vendredi 28 février de 13h30 à 15h30**

Apprendre l'anglais en s'amusant avec Prof privé. Yes you can !

Le Mix'City propose aux collégiens de perfectionner leur niveau d'anglais avec un professionnel.

Participation aux 4 jours de stage obligatoire

A destination des collégiens fréquentant en priorité le Mix'Étude

Renseignements et inscriptions auprès du Mix'City



# accès aux droits

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

## LES RDV RÉCURRENTS

### FAMILLE DE FRANCE – SURENDETTEMENT

ESPACE NUMÉRIQUE EN LIBRE ACCÈS

**Du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et  
13h30 à 17h30**

Dans le cadre de vos démarches administratives, le Mix'City met à disposition des ordinateurs en libre accès. Les impressions et photocopies sont gratuites et conditionnées à vos démarches administratives.

**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

### 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 rendez-vous au 07 58 73 24 00

### BALLE AU BOND

**Tous les jeudis matin**

CE1-CE2

*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

### PERMANENCES MDPH

**Mardi 7 janvier**

**Mardi 4 février**

**Mardi 4 mars**

**13h30-16h30**

Venez à la rencontre de l'association *Si T cap mon handicap* pour être conseillé sur la constitution de votre dossier MDPH.

### PERMANENCE JURIDIQUE

**Jeudi 27 mars 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.



PROGRAMME

# OPTI'MIX

L'ensemble des activités nécessitent une inscription à l'accueil,  
ou par téléphone à :

## 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](mailto:optimix@lagny-sur-marne.fr)

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

## NOUVEAUTÉ !

DÉPÔT DES BOUCHONS DE L'ESPOIR À L'OPTI'MIX ET COLLECTE SOLIDAIRE  
TROC CITY **Ouverture des inscriptions PSC1 du 21 janvier 2025 à l'Opti'Mix**

## RENDEZ-VOUS RÉCURRENTS

<b>35</b>	<b>L'ESPACE NUMÉRIQUE</b> Tous les lundis de 13h30 à 17h30, mardis, mercredis et vendredis de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30	<b>34</b>	<b>TEMPS DE DEVOIRS / RÉVISER EN S'AMUSANT ET SOUTIEN SCOLAIRE EN MATHÉMATIQUE</b> Tous les mardis et vendredis de 16h30 à 18h30
<b>31</b>	<b>DANSE EN LIGNE</b> Tous les lundis de 14h à 17h	<b>27</b>	<b>ESPACE JEUX ET LUDOTHÈQUE</b> En accès libre les lundis après-midi, mercredis et vendredis toute la journée
<b>31</b>	<b>LE GANG DES TRICOTEUSES</b> Tous les lundis de 15h à 17h	<b>27</b>	<b>ACCUEIL DES ASSISTANTES MATERNELLES DU QUARTIER ADHÉRENTES DU CLUB DES P'TITS LOUPS</b> Tous les mardis matin hors vacances scolaires
<b>32</b>	<b>LA PAUSE OÙ L'ON CAUSE</b> Tous les mardis de 13h30 à 14h30	<b>27</b>	<b>CLOWNS, THÉÂTRE D'OMBRES ET MARIONNETTES RÉCUP'ART !</b> Tous les mercredis de 14h à 17h
<b>35</b>	<b>PERMANENCE EMPLOI</b> Tous les mardis de 14h à 17h		

## JANVIER

<b>32</b>	<b>RELAXOLOGIE</b> Mercredi 8 janvier de 14h à 16h	<b>32</b>	<b>FORMATION PSC 1</b> Mardi 21 janvier de 8h30 à 17h30
<b>28</b>	<b>ATELIER / GOÛTER SURPRISE DE L'OPTI'MIX : PARTAGEONS LA GALETTE ET LES BONNES RÉOLUTIONS !</b> Mercredi 8 janvier de 16h30 à 18h30	<b>28</b>	<b>SORTIE : CITÉ DES SCIENCES ET DE L'INDUSTRIE</b> Mercredi 22 janvier de 9h30 à 18h
<b>28</b>	<b>ATELIER HANDI'INCLUSIF</b> Jeudi 9 janvier de 13h30 à 17h30	<b>28</b>	<b>COMPTINE ET UKULÉLÉ</b> Mercredi 22 janvier de 10h30 à 11h30
<b>32</b>	<b>ATELIER RETRAITE</b> Vendredi 10 janvier de 10h à 12h	<b>28</b>	<b>GOÛTER PARTAGES DES FAMILLES : PARLOTTES ET PAPOTES, QUAND LES ENFANTS JOUENT</b> Mercredi 22 janvier de 16h15 à 17h30
<b>32</b>	<b>COMITÉ D'USAGERS « GOUT'ERO » : VŒUX ET PROJETS 2025</b> Vendredi 10 janvier de 16h30 à 18h	<b>32</b>	<b>SORTIE INTER'G : MUSÉE GRÉVIN</b> Mercredi 22 janvier de 13h à 18h
<b>28</b>	<b>ATELIER CASSE-TÊTE CHINOIS</b> Mercredi 15 janvier de 14h à 15h30	<b>35</b>	<b>PERMANENCE POUR LA BOURSE SOLIDARITÉ VACANCES</b> Mardi 28 janvier de 10h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30
<b>28</b>	<b>GOÛTER PARTAGES DES FAMILLES : PARLOTTES ET PAPOTES, QUAND LES ENFANTS JOUENT</b> Mercredi 15 janvier de 16h15 à 17h30	<b>28</b>	<b>ÉVEIL MUSICAL</b> Mercredi 29 janvier de 14h à 15h30
<b>32</b>	<b>SOPHROLOGIE</b> Vendredi 17 janvier de 15h à 16h30	<b>28</b>	<b>GOÛTER PARTAGES DES FAMILLES : PARLOTTES ET PAPOTES, QUAND LES ENFANTS JOUENT</b> Mercredi 29 janvier de 16h15 à 17h30



## FÉVRIER

32	<b>CAFÉ NUMÉRIQUE</b> Mardi 4 février de 14h à 16h	28	<b>ATELIER AUTONOME « JOUONS EN FAMILLE ! »</b> Mercredi 19 février de 14h à 16h
28	<b>ATELIER AUTONOME « JOUONS EN FAMILLE ! »</b> Mercredi 5 février de 10h à 12h	29	<b>VISITE VIRTUELLE DU MUSÉE DE LA PRÉHISTOIRE DE NEMOURS</b> Mardi 18 février de 16h à 17h30
32	<b>RELAXOLOGIE</b> Mercredi 5 février de 14h à 16h	29	<b>ATELIER SURPRISE DE L'OPTI'MIX : CRÊPES DU MONDE PARTAGÉES ET FRESQUE HISTORIQUE</b> Mercredi 19 février de 14h à 17h
28	<b>GOÛTER PARTAGES DES FAMILLES : PARLOTES ET PAPOTES, QUAND LES ENFANTS JOUENT</b> Mercredi 5 février de 16h15 à 17h30	32	<b>SOPHROLOGIE</b> Vendredi 14 février de 15h à 16h30
28	<b>SORTIE THÉÂTRE : SPECTACLE « À DOS DE CHAMEAU »</b> Dimanche 9 février	29	<b>SORTIE FAMILLE : MUSÉE D'ARCHÉOLOGIE NATIONALE À SAINT-GERMAIN-EN-LAYE</b> Vendredi 21 février de 9h à 18h
32	<b>CAFÉ NUMÉRIQUE</b> Mardi 11 février de 10h à 12h	29	<b>SORTIE FAMILLE SURPRISE SUR LE THÈME ANTIQUITÉ OU MOYEN-ÂGE</b> Vendredi 21 février
28	<b>COMPTINE ET UKULÉLÉ</b> Mercredi 12 février de 10h30 à 11h30	29	<b>ATELIER/GOÛTER SURPRISE DE L'OPTI'MIX</b> Vendredi 21 février de 16h à 17h30
28	<b>VISITE DU SIAM</b> Mercredi 12 février de 14h à 15h30	28	<b>ATELIER AUTONOME « JOUONS EN FAMILLE ! »</b> Mercredi 26 février de 14h à 16h
28	<b>ATELIER AUTONOME « JOUONS EN FAMILLE ! »</b> Mercredi 12 février de 14h à 16h	29	<b>ATELIER SURPRISE DE L'OPTI'MIX : CRÊPES DU MONDE PARTAGÉES ET FRESQUE HISTORIQUE</b> Mercredi 26 février de 14h à 17h
28	<b>ATELIER HANDI'INCLUSIF</b> Jeudi 13 février de 13h30 à 17h30	33	<b>SORTIE INTER'G : MUSÉE DE LA GRANDE GUERRE</b> Mercredi 26 février de 8h45 à 14h
34	<b>STAGE D'ANGLAIS</b> Lundi 17, mardi 18, jeudi 20 et vendredi 21 février de 13h30 à 15h30	29	<b>SORTIE : PATTINOIRE EN FAMILLE</b> Vendredi 28 février de 12h30 à 17h30
35	<b>PERMANENCE POUR LA BOURSE SOLIDARITÉ VACANCES</b> Mardi 18 février de 10h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30	29	<b>ATELIER/GOÛTER SURPRISE DE L'OPTI'MIX</b> Vendredi 28 février de 16h à 17h30

## MARS

35	<b>PERMANENCE POUR LA BOURSE SOLIDARITÉ VACANCES</b> Mardi 4 mars de 10h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30	33	<b>SORTIE THÉÂTRE BOBINO : « LES HOMMES VIENNENT DE MARS, LES FEMMES DE VÉNUS »</b> Vendredi 14 mars de 17h30 à 21h30
29	<b>DÉJEUNER DES FAMILLES : PARLOTES ET PAPOTES, QUAND LES ENFANTS JOUENT</b> Mercredi 5 mars de 10h à 12h	30	<b>DÉJEUNER DES FAMILLES : PARLOTES ET PAPOTES, QUAND LES ENFANTS JOUENT</b> Mercredi 19 mars de 10h à 12h
30	<b>ATELIER BIEN-ÊTRE ET PARENTALITÉ</b> Mercredi 5 mars de 14h à 16h30	30	<b>ATELIER/GOÛTER SURPRISE DE L'OPTI'MIX SUR LE CYCLE DE L'EAU</b> Mercredi 19 mars de 14h à 17h
30	<b>ATELIER/GOÛTER DE L'OPTI'MIX - QUIZZ ET FRISE CHRONOLOGIQUE SUR L'ÉGALITÉ FILLES/GARÇONS</b> Mercredi 5 mars de 14h à 17h	35	<b>PERMANENCE JURIDIQUE</b> Mardi 21 mars de 10h à 16h
32	<b>RELAXOLOGIE</b> Vendredi 7 mars de 14h à 16h	32	<b>SOPHROLOGIE</b> Vendredi 21 mars de 15h à 16h30
30	<b>ATELIER EMPLOI : CONFIANCE ET CONNAISSANCE DE SOI</b> Mardi 11 mars de 10h à 12h30	30	<b>SOIRÉE FAMILLE EN PYJAMA : LE TEMPS D'UN LIVRE OU D'UN JEU DE SOCIÉTÉ</b> Vendredi 21 mars de 18h30 à 20h
30	<b>ATELIER COACHING EMPLOI</b> Mardi 11 mars de 14h à 16h	28	<b>COMPTINE ET UKULÉLÉ</b> Mercredi 26 mars de 10h30 à 11h30
33	<b>RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES</b> Mercredi 12 mars de 14h30 à 16h30	30	<b>ATELIER JARDINAGE OU/ET BRICOLAGE</b> Mercredi 26 mars de 14h à 16h
28	<b>ATELIER HANDI'INCLUSIF</b> Jeudi 13 mars de 13h30 à 17h30	33	<b>ATELIER GOÛTER SURPRISE DE L'OPTI'MIX</b> Mercredi 26 mars de 14h à 17h



# famille parentalité

Tous les ateliers sont sur inscription à l'accueil  
ou par téléphone au 01 64 12 47 57

## LES RDV RÉCURRENTS

### 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 EN AUTO-  
NOMIE 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.



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

Tous les mercredis de 14h à 17h

Libre expression, improvisation théâtrale, jeux de  
clowns, création, fabrication, manipulation et anima-  
tion de marionnettes avec Christine.

Libérez-vous ! 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 !

Sur inscription une semaine avant.

## ATELIER/GOÛTER SURPRISE DE L'OPTI'MIX : PARTAGEONS LA GALETTE ET LES BONNES RÉOLUTIONS !

**Mercredi 8 janvier de 16h30 à 18h30**

Rejoignez-nous pour un atelier de fabrication de couronne et partagez avec nous une galette des rois. Apportez la vôtre si vous le voulez.

## ATELIER HANDI'INCLUSIF

**Judi 9 janvier**

**Judi 13 février**

**Judi 13 mars**

**13h30-17h30**

Gwen et sa joyeuse bande de partenaires accueillent des enfants autistes venus d'IME alentours pour des activités ludiques et culturelles – Ouvert à des parents et enfants hors IME sur inscription. Avec *Si T Cap mon handicap*.

## ATELIER CASSE-TÊTE CHINOIS

**Mercredi 15 janvier de 14h à 15h30**

Titiller vos neurones et faire preuve de logique, venez tester vos capacités de démêlement sur nos différents casse-têtes chinois.

## GOÛTERS PARTAGES DES FAMILLES : PARLOTTES ET PAPOTES, QUAND LES ENFANTS JOUENT

**Mercredis 15, 22 et 29 janvier**

**Mercredi 5 février**

**16h15-17h30**

Pendant que les enfants jouent dans la ludothèque, venez profiter d'un petit temps de répit pour échanger sereinement avec d'autres parents autour d'un goûter que vous apporterez en plus des crêpes que nous aurons préparées.

## SORTIE : CITÉ DES SCIENCES ET DE L'INDUSTRIE

**Mercredi 22 janvier de 9h30 à 18h**

**Parents-enfants dès 4 ans**

Partez à la découverte de l'origine du monde et de son évolution à travers les différents espaces de la Cité des Sciences et de l'Industrie : des expositions, des activités (cité des enfants, planétarium...)  
Prévoir votre pique-nique et votre goûter.

**Renseignements et inscriptions à l'accueil du Mix'City, 3€/personne.**

## COMPTINE ET UKULÉLÉ

**Mercredi 22 janvier**

**Mercredi 12 février**

**Mercredi 26 mars**

**10h30-11h30**

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

## ÉVEIL MUSICAL AVEC LE CONSERVATOIRE INTERCOMMUNAL

**Mercredi 29 janvier de 14h à 15h30**

Daniel revient nous enchanter pour un atelier où petits et grands pourront voir, toucher et essayer différents instruments de musique... et peut-être finir sur un mini concert !

## ATELIER AUTONOME

**« JOUONS EN FAMILLE ! »**

**Mercredis 5, 19 et 26 février de 10h à 12h**

**Mercredi 12 février de 14h à 16h**

Jeux de société, espace 0/3 ans, dinette jeux de construction ...sont à votre disposition EN AUTONOME dans notre espace ludothèque ! Venez avec vos enfants construire un château, des tours, détruire et reconstruire avec des lego adaptés à tous les âges, kapplas... Notre stagiaire Busra vous accompagnera si besoin.

## SORTIE THÉÂTRE : SPECTACLE

**« À DOS DE CHAMEAU »**

**Dimanche 9 février**

**Parents-enfants dès 5 ans**

Suivez l'aventure de Chami Chamo, un chameau pas comme les autres qui poursuit son chemin malgré les obstacles de la vie. Sortie programmée en collaboration avec l'Espace Charles Vanel.

**Renseignements, inscriptions et paiement (3€/personne) à l'accueil du Mix'City le vendredi 31 janvier de 18h30 à 20h30.**

## VISITE DU SIAM

**Mercredi 12 février de 14h à 15h30**

**En famille, à partir de 8 ans**

Venez avec nous découvrir et comprendre le cycle de l'eau potable qui arrive à nos robinets.

Visite des espaces de biodiversité alentours si le temps le permet.

**Sur inscription.**

VACANCES SCOLAIRES :  
**À NOUS LES VACANCES !**  
 Du 15 février au 2 mars

**VISITE VIRTUELLE DU MUSÉE DE  
 LA PRÉHISTOIRE DE NEMOURS**

Mardi 18 février de 16h à 17h30

Pour tous, dès 7 ans

Comme une vraie visite sans se déplacer ! Observez et visitez les collections du musée de la préhistoire de Nemours avec un médiateur à distance.

**ATELIER SURPRISE DE  
 L'OPTI'MIX : CRÊPES DU MONDE  
 PARTAGÉES ET FRESQUE  
 HISTORIQUE**

Mercredis 19 et 26 février de 14h à 17h

Rejoignez-nous pour réaliser ensemble ET EN FAMILLE, une grande fresque de la préhistoire à l'antiquité, puis partager des crêpes pour se réchauffer en vous contant la grande aventure historique de cet aliment universel.

À vos recettes pour un tour du monde et de l'histoire de la crêpe !

**SORTIE FAMILLE SURPRISE  
 SUR LE THÈME ANTIQUITÉ  
 OU MOYEN-ÂGE**

Vendredi 21 février

Inscriptions et paiement (3€/personne)  
 le vendredi 24 janvier de 18h30 à 20h -  
 horaires : nous contacter.

**SORTIE FAMILLE : MUSÉE  
 D'ARCHÉOLOGIE NATIONALE  
 À SAINT-GERMAIN-EN-LAYE**

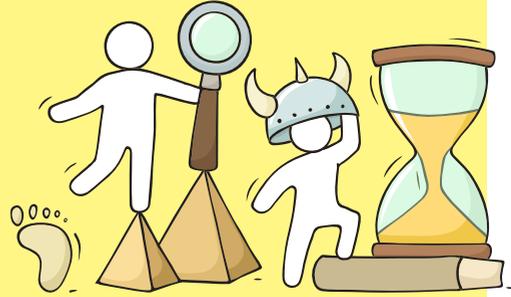
Vendredi 21 février de 9h à 18h

À partir de 7 ans

Venez découvrir l'univers celtique des gaulois à travers les récits merveilleux racontant l'art de la métamorphose, le mystère des forces de la nature, la présence d'êtres imaginaires. Au fil du parcours, des objets exceptionnels seront associés aux légendes afin de poser un regard nouveau sur la civilisation gauloise.

Départ à 9h du Mix'City et 9h15 de l'Opti'Mix.

Inscriptions et paiement (3€/personne) le vendredi  
 24 janvier de 18h30 à 20h



**ATELIER/GOÛTER SURPRISE  
 DE L'OPTIMIX -**

\* si pas de sorties

Vendredis 21 et 28 février de 16h à 17h30

Sur le thème de la préhistoire ou de l'antiquité, des histoires de crêpes, de dragons, de sorciers... Un quizz, un conte, un jeu de société, un atelier ou une activité ? Vous ne le saurez que si vous venez ! Et ensuite vous partagerez un goûter que vous apporterez en plus des crêpes que nous aurons préparés !

**SORTIE : PATINOIRE EN FAMILLE**

Vendredi 28 février de 12h30 à 17h30

Dès 6 ans

Découvrez le patin à glace durant un après-midi en famille à la patinoire de La Cartonnerie à Dammaries-les-Lys.

L'équipe du Mix'City et de l'Opti'Mix vous propose de déjeuner ensemble avant le départ.

Départ à 12h15 du Mix'City et 12h30 de l'Opti'Mix

Inscriptions et paiement (3€/personne) le vendredi  
 24 janvier de 18h30 à 20h

## DÉJEUNER DES FAMILLES : PARLOTES ET PAPOTES, QUAND LES ENFANTS JOUENT

**Mercredis 5 et 19 mars de 10h à 12h**

Pendant que les enfants jouent calmement ou écoutent une histoire en compagnie de notre stagiaire Busra ou de Laurent, venez profiter d'un petit temps de répit pour échanger sereinement avec d'autres parents autour d'un goûter que nous aurez apporté en plus des crêpes que nous aurons préparées.

## ATELIER BIEN-ÊTRE ET PARENTALITÉ

**Mercredi 5 mars de 14h à 16h30**

En ce mois de la Journée Internationale des droits des femmes, offrez-vous une parenthèse de détente et de répit parental en toute sérénité. Avec Patricia Fayada d'Éveil et Détente.

## ATELIER/GOÛTER DE L'OPTI'MIX - QUIZZ ET FRISE CHRONOLOGIQUE SUR L'ÉGALITÉ FILLES/ GARÇONS

**Mercredi 5 mars de 14h à 17h**

Sur le thème des droits des Femmes : Notre stagiaire Busra vous a préparé un quizz et au fil des questions vous noterez les dates sur la grande frise chronologique de l'Histoire des droits des Femmes. Ensuite vous partagerez un goûter que vous apporterez en plus des crêpes que nous aurons préparés.

## ATELIER EMPLOI : CONFIANCE ET CONNAISSANCE DE SOI

**Mardi 11 mars de 10h à 12h30**

En ce mois de la Journée Internationale des droits des Femmes, apprenez ou réapprenez à vous faire confiance et à mieux vous connaître pour faciliter vos relations quotidiennes et professionnelles !

## ATELIER COACHING EMPLOI

**Mardi 11 mars de 14h à 16h**

En ce mois de la Journée Internationale des droits des femmes, faites-vous accompagner et conseiller dans vos démarches professionnelles par Gérard, notre bénévole emploi de l'association SNC (Solidarité Nouvelle face au Chômage). L'association recherche d'ailleurs des bénévoles !

## ATELIER/GOÛTER SURPRISE DE L'OPTI'MIX SUR LE CYCLE DE L'EAU

**Mercredi 19 mars de 14h à 17h**

Sur le thème de l'eau pour la journée Mondiale de l'eau le 22 mars. Un quizz, un conte, un jeu de société, un atelier ou une activité ? Vous ne le saurez que si vous venez ! Et ensuite vous partagerez un goûter que vous apporterez en plus des crêpes que nous aurons préparés !

## SOIRÉE FAMILLE EN PYJAMA : LE TEMPS D'UN LIVRE OU D'UN JEU DE SOCIÉTÉ

**Vendredi 21 mars  
de 18h30 à 20h**

Tisane à la main et ambiance tamisée ; le temps d'une histoire ou d'un jeu avant de manger et de s'endormir pour profiter gaiement du week-end à venir, sortez votre pyjama préféré pour vous échapper, rire et découvrir...



## ATELIER JARDINAGE OU/ET BRICOLAGE

**Mercredi 26 mars de 14h à 16h**

Le printemps pointe son nez, il est temps de faire un tour au jardin avec Laurent, pour se préparer à planter ! Nous recherchons d'ailleurs des bénévoles jardinier et bricoleurs en tout genre pour notre projet de jardin partagé et de Brico Café.





# adulte & sénior

Tous les ateliers sont sur inscription à l'accueil  
ou par téléphone au 01 64 12 47 57

## 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 mardis, mercredis et jeudis sur le Mix'City ou l'Optimix ou vous rendront des visites à domicile pour jouer, vous promener ou tout simplement papoter. Jusqu'en juin.

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



## LES RDV RÉCURRENTS

### DANSE EN LIGNE

**Tous les lundis de 14h à 17h**

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



### 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...

## LA PAUSE OU L'ON CAUSE

Tous les mardis de 13h30 à 14h30

Retrouvez nos jeunes volontaires Unis Cité autour d'un thé, d'un café ou d'un jus pour papoter de votre quotidien, de vos envies ou de l'actualité – Quand la pause s'impose, il est bon d'en causer et si l'envie vous prend de rester, nos jeux de société sont à votre disposition.

## RELAXOLOGIE

Mercredi 8 janvier

Mercredi 5 février

Vendredi 7 mars

14h-16h

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.

## ATELIER RETRAITE

Vendredi 10 janvier de 10h à 12h

Trucs et astuces du quotidien pour bien préparer sa retraite avec *Neosilver*.



## COMITÉ D'USAGERS

« GOUT'ERO » :

VŒUX ET PROJETS 2025

Vendredi 10 janvier de 16h30 à 18h

Entre goûter et apéro, partageons la galette et nos résolutions, projets et ambitions pour l'Opti'Mix et ses usagers. En ce début d'année, nous ferons un bilan rapide de l'année écoulée, vous présenterons le programme de ce 1<sup>er</sup> trimestre et tenterons d'élaborer ensemble de nouveaux projets pour 2025.

## FORMATION PSC 1

Mardi 21 janvier de 8h30 à 17h30

Venez-vous initier aux gestes de 1<sup>er</sup> secours avec *La Croix Rouge*.

## SORTIE INTER'G : MUSÉE GRÉVIN

Mercredi 22 janvier de 13h à 18h

Allez à la rencontre des personnes qui ont marqué les esprits en visitant le musée Grévin en compagnie de la Maison des Jeunes.

Départ depuis la gare de Lagny-Thorigny à 13h, retour prévu à 18h.

**Inscription et paiement (3€/personne) le jeudi 16 janvier à partir de 18h au Mix'City.**



## SOIRÉE CONCERT

Judi 23 janvier de 19h30 à 22h

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 Gallieni.**

## CAFÉS NUMÉRIQUES

Mardi 4 février de 14h à 16h

Mardi 11 février de 10h à 12h

Le 1<sup>er</sup> atelier sera avant tout un temps d'écoute et de recueil de vos besoins d'accompagnement et de vos difficultés récurrentes. Le second atelier vous donnera des techniques et outils pour vous faciliter les démarches numériques au quotidien. L'intervenant vous proposera si besoin des RDV individuels chez *France Service* si vous avez une problématique spécifique à résoudre dans ses compétences.

## SOPHROLOGIE

Vendredi 17 janvier

Vendredi 14 février

Vendredi 21 mars

15h-16h30

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





# réussite éducative

Tous les ateliers sont sur inscription à l'accueil  
ou par téléphone au 01 64 12 47 57

## LES RDV RÉCURRENTS

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

Tous les mardis et vendredis  
de 16h30 à 18h30

Pas la place à la maison ? Besoin d'aide ou de  
concentration ?

Hayet et Bienvenu, nos bénévoles formés à l'ensei-  
gnement, accompagnent vos enfants pour faire leurs  
devoirs et renforcer leurs compétences, notamment  
en mathématiques.



### STAGE D'ANGLAIS

Lundi 17, mardi 18, jeudi 20  
et vendredi 21 février de 13h30 à 15h30

Apprendre l'anglais en s'amusant avec Prof privé.  
Yes you can !

L'Opti'Mix propose aux collégiens de perfectionner  
leur niveau d'anglais avec un professionnel.  
Participation aux 4 jours de stage obligatoire

A destination des élèves de primaire

**Renseignements et inscriptions auprès de l'Opti'Mix**



# accès aux droits

Tous les ateliers sont sur inscription à l'accueil  
ou par téléphone au 01 64 12 47 57

## LES RDV RÉCURRENTS

### 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 administratives, scolaires et professionnelles en toute autonomie. L'équipe de l'Opti'Mix et ses bénévoles sont présents pour vous aider et vous accompagner.

*\*durant nos horaires d'ouverture hors événements et/ou ateliers programmés sur ou hors de la structure*

### PERMANENCE EMPLOI

Tous les mardis de 14h à 17h –  
Sur RDV avec notre bénévole Gérard

Doté d'un bon réseau et d'une forte expérience professionnelle et personnelle, Gérard vous coache et vous accompagne ponctuellement ou régulièrement selon vos besoins sur votre recherche de formation, d'orientation et/ou d'emploi. Avec l'association SNC de MEAUX. Efficace, pragmatique et de bon conseil, il saura vous remettre sur les rails ...

### DES ÉDUCATEURS SPÉCIALISÉS À VOTRE ÉCOUTE

Pour les 11/21 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 au 06 45 60 68 28.**

### PERMANENCE POUR LA BOURSE SOLIDARITÉ VACANCES (SUR RDV)

Mardi 28 janvier

Mardi 18 février

Mardi 4 mars

10h30-12h30 et 13h30-17h30

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**

### PERMANENCE JURIDIQUE

Vendredi 21 mars 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 (45 minutes).**

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](mailto: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](mailto: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 - 2025

