



PROGRAMME LA FABRIQUE CITOYENNE

D'AVRIL À
JUILLET 2025

+ SIMPLE :
Réservez vos ateliers
en ligne sur collegien.fr !

**Un espace de partage
pour vous, et avec vous !**



MOT DES ÉLUS

Le printemps revient à la Fabrique pour ce 2^e trimestre 2025 et ce sont les bonnes nouvelles qui l'accompagnent.

C'est ainsi que la CAF a accordé à la Fabrique citoyenne un délai d'une année supplémentaire de préfiguration pour bien préparer la structure à passer d'un espace de vie sociale à un centre socio-culturel au 1^{er} janvier 2026. Avec les bénévoles volontaires, nous avons déjà préparé le diagnostic, les plans et budgétisé les besoins d'investissements pour les locaux. Il ne nous reste plus qu'à choisir les objectifs généraux qui nous permettront de conduire le projet social pour les deux prochaines années.

Tout cela se fait avec vous, les habitants, qui accompagnez ce projet et qui ferez partie intégrante du centre socio-culturel. Merci à toutes et à tous.

La Fabrique citoyenne vous propose une multitude d'ateliers, alors décortiquez le programme, inscrivez-vous dans la foulée et notez bien la date et l'heure sur vos agendas, c'est le moyen le plus sûr pour ne pas manquer l'atelier !

Ce projet est le vôtre, il vous appartient. Venez-y nombreux. À très vite à la Fabrique.

Alain LEFÈVRE

*Maire adjoint à la Cohésion Sociale
et à la Culture*

Nathalie BOURDON

*Conseillère municipale déléguée
à la vie locale*

SOMMAIRE

Calendrier..... p06

L'agenda des manifestations..... p09

LES ATELIERS MANUELS..... p10

LES ATELIERS MIEUX VIVRE DEMAIN..... p12

LES ATELIERS VIVRE-ENSEMBLE..... p14

LES ATELIERS NUMÉRIQUES..... p16

DU COTÉ DE LA PARENTALITÉ..... p18

POUR LES SÉNIORS..... p20

Les manières de vous engager..... p24

LES ATELIERS DE LA FABRIQUE CITOYENNE



ATELIERS MANUELS

Quelque chose de cassé ? Envie de créer un objet ? De proposer un projet ? Nos bénévoles sont là pour vous aider à réparer, construire, réaliser.



ATELIERS "MIEUX VIVRE DEMAIN"

Tant de choses simples et saines, à portée de tous, pour notre bien et la planète, indissociables. Cela passe par les produits ménagers que nous utilisons, notre alimentation, l'écoute du corps, nos cosmétiques ou encore des conseils de jardinage. Vous aussi, venez partager vos astuces pour la planète !



ATELIERS "VIVRE ENSEMBLE"

La Fabrique, c'est un lieu pour apprendre, s'amuser, échanger, partager. Depuis sa création, plusieurs ateliers ont vu le jour, comme la recherche de ses ancêtres grâce à la généalogie, l'apprentissage de la langue italienne, les soirées jeux de société, et bien d'autres encore !



ATELIERS NUMÉRIQUES

Des ordinateurs, un écran numérique, et c'est parti ! Venez partager vos connaissances en informatique, apporter votre aide ou, au contraire, venez en chercher concernant des soucis informatiques. À la Fabrique, nous voulons réduire la fracture numérique, permettre à tous un accès et des connaissances en la matière. Peu importe l'âge, il n'est jamais trop tard.



DU COTÉ DE LA PARENTALITÉ

Du nouveau à la Fabrique citoyenne ! Parents, vous avez envie de vous retrouver pour échanger sur vos pratiques, partager de bons conseils, ou encore demander l'avis à des experts ? À la Fabrique, vous pourrez rencontrer notre référente parentalité qui saura vous accompagner dans la mise en place d'ateliers afin de vous aider dans votre rôle de parents, en faisant intervenir des professionnels du secteur de l'enfance et de la jeunesse.



ATELIERS SÉNIORS

Le service festivités et cohésion sociale propose des ateliers aux retraités de plus de 60 ans. Ces ateliers organisés par des bénévoles et nos partenaires tel que le PRIF ou encore l'association Reliage et le Point Autonomie Territorial permettent aux séniors de se rencontrer, d'échanger et de ne pas rester seul(e) afin de favoriser le bien vivre et le bien vieillir à Collégien.



CALENDRIER

AVRIL

SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Vendredi 25 avril
À partir de 19h

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 26 avril
11h30-12h30

ATELIER DE CRÉATION NUMÉRIQUE 3D (PARTIE 1)

Samedi 26 avril
14h-17h

ATELIER COUTURE

Samedi 26 avril
14h-17h

ATELIER LES ORTIES C'EST BON MAIS ÇA PIQUE !

Dimanche 27 avril
10h-12h

INSTANCE DE COÉDUCATION

Lundi 28 avril
18h30-20h30

ATELIER CULINAIRE SÉNIORS

Mardi 29 avril
9h30-14h

JOURNÉE ESCAPADE - RÉUNION PRÉPARATOIRE

Mercredi 30 avril
À partir de 18h30

MAI

ATELIER JARDINAGE

Samedi 3 mai
9h30-11h30

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 3 mai
11h30-12h30

ATELIER RÉPARE TOUT

Samedi 3 mai
14h-17h

CAFÉ NUMÉRIQUE

Mercredi 7 mai
10h15-12h15

AIDANTS SOLIDAIRES

Samedi 10 mai
9h30-11h30

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 10 mai
11h30-12h30

GOÛTER PARTAGÉ

Lundi 12 mai
15h30-17h

ATELIER PATCHWORK

Samedi 15 mai
14h30-17h30

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 17 mai
11h30-12h30

ATELIER NUMÉRIQUE EXCEL

Samedi 17 mai
14h-16h

INSTANCE DE COÉDUCATION

Lundi 19 mai
18h30-20h30

ATELIER DÉCOUVERTE DE LA PHYSIOTHÉRAPIE

Jeudi 22 mai
14h-16h30

ATELIER CULINAIRE SÉNIORS

Vendredi 23 mai
9h30-14h

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 24 mai
11h30-12h30

ATELIER COUTURE

Samedi 24 mai
14h-17h

ATELIER PARENT ENFANT

Samedi 24 mai
14h30-17h30

SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Vendredi 30 mai
À partir de 19h

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 31 mai
11h30-12h30

ATELIER DE CRÉATION NUMÉRIQUE 3D (PARTIE 2)

Samedi 31 mai
14h-17h

JUIN

THÉ DANSANT

Jeudi 5 juin
14h-16h30

ATELIER PATCHWORK

Jeudi 5 juin
14h30-17h30

ATELIER JARDINAGE

Samedi 7 juin
9h30-11h30

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 7 juin
11h30-12h30

ATELIER RÉPARE TOUT

Samedi 7 juin
14h-17h

CAFÉ NUMÉRIQUE

Mercredi 11 juin
10h15-12h15

GOÛTER EN FAMILLE

Mercredi 11 juin
15h-17h

CAFÉ DES PARENTS

Vendredi 13 juin
À partir de 19h

ATELIER CULINAIRE

Samedi 14 juin
10h-14h

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 14 juin
11h30-12h30

ATELIER NUMÉRIQUE EXCEL

Samedi 14 juin
14h-16h

GOÛTER PARTAGÉ

Lundi 16 juin
15h30-17h

VISITE GUIDÉE DE LAGNY-SUR-MARNE

Mardi 17 juin
14h-17h

ATELIER DÉCOUVERTE DE LA PHYSIOTHÉRAPIE

Jeudi 19 juin
14h-16h30

ATELIER CULINAIRE SÉNIORS

Vendredi 20 juin
9h30-14h

AIDANTS SOLIDAIRES

Samedi 21 juin
9h30-11h30

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 21 juin
11h30-12h30

ATELIER COUTURE

Samedi 21 juin
14h-17h

INSTANCE DE COÉDUCATION

Lundi 23 juin
18h30-20h30

ATELIER PRÉVENTION SÉNIORS

Jeudi 26 juin
14h30-15h30

ATELIER PATCHWORK

Samedi 26 juin
14h30-17h30

SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Vendredi 27 juin
À partir de 19h

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 28 juin
11h30-12h30



CALENDRIER

JUILLET

GOÛTER EN FAMILLE

Mercredi 2 juillet
15h-17h

ATELIER PATCHWORK

Samedi 3 juillet
14h30-17h30

ATELIER JARDINAGE

Samedi 5 juillet
9h30-11h30

AIDANTS SOLIDAIRES

Samedi 5 juillet
9h30-11h30

COURS DE FRANÇAIS

Samedi 5 juillet
11h30-12h30

ATELIER RÉPARE TOUT

Samedi 5 juillet
14h-17h

CAFÉ NUMÉRIQUE

Mercredi 16 juillet
10h15-12h15

ATELIER DÉCOUVERTE DE LA PHYSIOTHÉRAPIE

Jedi 24 juillet
14h-16h30



ENVIE DE REJOINDRE LE COLLECTIF FESTIF ET CITOYEN ?

C'est possible, même en cours d'année,
n'hésitez pas à nous contacter :
fabrique.citoyenne@collegien.fr
ou au 01 60 35 46 03.

Nos rendez-vous se déroulent
le lundi soir à partir de 18h,
en moyenne tous les 15 jours.

L'AGENDA DES MANIFESTATIONS

Vendredi
16 MAI
à 19h

CONFÉRENCE
LAÏCITÉ
« **LA LIBERTÉ DANS
LA RÉPUBLIQUE, 120 ANS
DE LAÏCITÉ** »

proposée par
le Grand Orient de France

**Maison communale
Lucien Zmuda**

Vendredi
6 JUIN

**JOURNÉE DE
LUTTE
CONTRE LES
LGBTPHOBIES**

Informations à venir

Samedi
17 MAI
de 10h à
17h30

**FÊTE
DE LA NATURE
ET DES ANIMAUX**

Venez rencontrer des associations
et des partenaires locaux qui
s'engagent chaque jour à la
préservation de la nature et au
respect du bien-être animal !

Lac des Brisaciers



ATELIER RÉPARE TOUT

Samedi 3 mai

Spécial apprendre à entretenir et réparer son vélo !

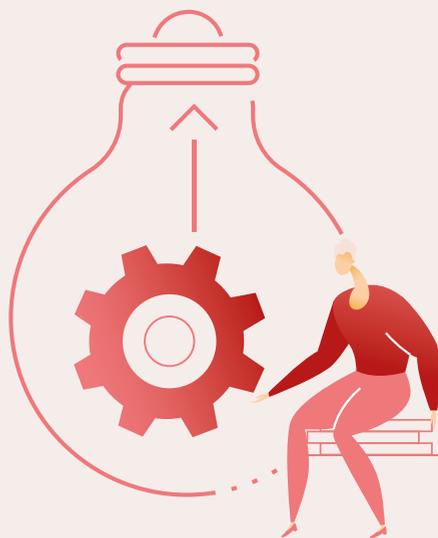
Samedi 7 juin

Samedi 5 juillet

14h-17h

Michel et Patric vous accueillent pour vous apporter de l'aide dans la réparation de vos petits électroménagers et bicyclettes ! Plutôt que de jeter, essayons de réparer !

Pour les bricoleurs, n'hésitez pas à les rejoindre pour donner un coup de main !





ATELIER COUTURE

Samedi 26 avril

Couture à la main et premières coutures à la machine

Samedi 24 mai

Réparations et projets libres

Samedi 21 juin

Création d'un sac cabas pour les vacances (niveau débutant)

14h-17h

Nos couturières, Huguette, Françoise, Tina et Patricia vous proposent un atelier couture pour les débutants comme pour les plus aguerris ! Besoin d'un conseil, envie de découvrir cette activité, ou simplement envie de coudre en bonne compagnie ? Elles vous attendent !

Au programme de ce trimestre, venez réaliser un sac cabas pour tout emporter pour l'été !

** Les machines peuvent être mises à disposition pour essayer. Du tissu récupéré, des boutons et du fil sont également disponibles sur place. Pour des projets personnalisés, vous pouvez venir avec votre propre tissu.*

ATELIER PATCHWORK

Jeudi 15 mai

Jeudis 5 et 26 juin

Jeudi 3 juillet

14h30-17h30

Envie de vous initier au patchwork, ou de continuer vos projets au sein d'un groupe ? Nicole vous accueille dans les locaux de la Fabrique !



ATELIER CULINAIRE

Saveurs orientales

Samedi 14 juin

10h-14h

Sofia vous partage la recette de son couscous, un plat convivial et riche en saveurs !

**Sauf mention contraire,
tous les ateliers sont
SUR INSCRIPTION :**

- En ligne sur collegien.fr
dans la rubrique **Vivre ensemble** >
la Fabrique citoyenne
- Par mail sur fabrique.citoyenne@collegien.fr
- Par téléphone
au 01 60 35 45 96

LES ATELIERS MIEUX VIVRE DEMAIN



Sauf mention
contraire,
tous les ateliers sont
SUR INSCRIPTION :

- En ligne sur collegien.fr
dans la rubrique Vivre ensemble >
la Fabrique citoyenne
- Par mail sur [fabrique.citoyenne@
collegien.fr](mailto:fabrique.citoyenne@collegien.fr)
- Par téléphone
au 01 60 35 45 96

ATELIER DE RÉFLÉXOLOGIE PLANTAIRE

Une aide contre les douleurs du quotidien

Rachel vous propose, dans le cadre de sa formation, de venir vous essayer à la réflexologie plantaire, pour tous vos maux du quotidien, retrouver l'homéostasie et induire un état de relaxation.

La réflexologie n'a pas pour but d'établir un diagnostic, ni modifier un traitement ou d'établir une prescription.

Sur rendez-vous les vendredis selon disponibilité. Le suivi est possible. Contactez la Fabrique citoyenne !

ATELIER JARDINAGE

Samedi 3 mai

Samedi 7 juin

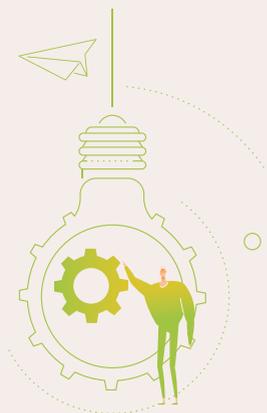
Samedi 5 juillet

9h30-11h30

Le Potager commence à prendre forme ! Venez rejoindre Christine et les jardiniers de la fabrique pour semer, repiquer, planter et pourquoi pas cuisiner de bons légumes, et les savourer ensuite !

Un composteur a également été mis en place dans le jardin de la Fabrique.. Son utilisation est conditionnée à la réalisation d'une formation par le SIETREM ou par les bénévoles de la Fabrique citoyenne, et à l'adhésion à une charte de bonne utilisation. Intéressé pour composter ? N'hésitez pas à aller à leur rencontre pour plus d'informations.

** Pensez à venir équipé(e) de gants et d'une tenue adaptée*



DÉCOUVERTE DE LA PHYSIOTHÉRAPIE

Judi 22 mai

Judi 19 juin

Judi 24 juillet

14h-16h30

Sylvie vous propose d'essayer l'électrothérapie ou la magnétothérapie pour vos problèmes de douleur, arthrose, arthrite, mobilité, circulation du sang, hernie discale, sciatique, incontinence, constipation, anxiété, stress, sommeil, neuropathie, zona, fracture, ostéoporose...

Atelier interdit aux personnes ayant un pacemaker.



ATELIER LES ORTIES C'EST BON MAIS ÇA PIQUE !

Dimanche 27 avril

10h-12h

Une petite balade avec Anne à la recherche des orties, en connaître les bienfaits avant de les cuisiner sans se piquer. Venez avec des gants ou on vous en prêtera.



COURS DE FRANÇAIS

Samedi 26 avril

Samedis 3, 10, 17, 24 et 31 mai

Samedis 7, 14, 21 et 28 juin

Samedi 5 juillet

11h30-12h30

Envie d'apprendre le français, ou de le perfectionner ? Sylvaine vous propose de la retrouver pour aborder cela, en fonction de vos besoins.

Chacun à son rythme, en fonction de son niveau, et en toute simplicité !

SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Vendredi 25 avril

Vendredi 30 mai

Vendredi 27 juin

À partir de 19h

Nathalie et Antoine sortent les jeux de société de la Fabrique ! Chaque dernier vendredi du mois, venez découvrir de nouveaux jeux et passer une bonne soirée en famille ou entre amis !

** Les mineurs de moins de 16 ans doivent obligatoirement être accompagnés d'un adulte majeur. Entre 16 et 18 ans, ceux-ci doivent fournir une décharge de responsabilité de la part d'un de leur responsable légal.*



AIDANTS SOLIDAIRES

Samedi 10 mai

Samedi 21 juin

Samedi 5 juillet

9h30-11h30

Le groupe des aidants solidaires est un temps de rencontre avec un bénévole formé, Marcel, pour vous permettre d'échanger et de vous accompagner dans votre rôle d'aidant au quotidien.

Pour, s'accorder du répit, penser à soi, s'informer, cet espace est ouvert à tous les aidants, quels que soient l'âge ou la pathologie de son proche.

ÉCRIVAIN PUBLIC

Sur rendez-vous

Sylvaine se propose de vous aider en tant qu'écrivain public dans la rédaction de vos courriers, pour vous accompagner dans vos démarches administratives, ou pour vous proposer une aide en français

Elle vous rencontre sur rendez-vous individuellement.

Pour la rencontrer, merci de contacter la Fabrique citoyenne par mail ou téléphone, pour que nous puissions vous trouver un créneau.

Sauf mention contraire,
tous les ateliers sont
SUR INSCRIPTION :

- En ligne sur collegien.fr
dans la rubrique **Vivre ensemble** >
la **Fabrique citoyenne**
- Par mail sur fabrique.citoyenne@collegien.fr
- Par téléphone
au 01 60 35 45 96

LES ATELIERS NUMÉRIQUES



ATELIER EXCEL : DÉCOUVERTE DES FORMULES LES PLUS UTILISÉES SUR EXCEL

Samedi 17 mai

Samedi 14 juin

14h-16h

Jean vous propose toute une série de petits exercices (suivi des commandes, suivi des comptes etc.) pour appréhender progressivement les multiples fonctionnalités d'Excel, afin que ce logiciel n'ait plus de secret pour vous !

ATELIER DE CRÉATION NUMÉRIQUE 3D

Samedi 26 avril

Création sur logiciel

14h-17h

Patric vous invite à la découverte de la création 3D !

Venez créer le design 3D d'un « bloque balais » ou encore d'un « repose téléphone » du dessin d'ordinateur à l'impression !

Samedi 31 mai

Impression sur imprimante 3D

14h-17h

Envie de découvrir comment sont créées et désignées les pièces sur un ordinateur avant d'être imprimées en 3D? Patric vous propose une initiation, en créant vous-même votre propre support de téléphone !



Sauf mention
contraire,
tous les ateliers sont
SUR INSCRIPTION :

- En ligne sur collegien.fr
dans la rubrique **Vivre ensemble >**
la Fabrique citoyenne
- Par mail sur fabrique.citoyenne@collegien.fr
- Par téléphone
au **01 60 35 45 96**

CAFÉS NUMÉRIQUES

Thomas notre conseiller numérique vous propose de le retrouver autour d'un café ou d'un thé pour parler informatique et numérique

COMMENT DÉCLARER SES IMPÔTS

Mercredi 7 mai
10h15-12h15

INITIATION À FRANCE CONNECT

Mercredi 11 juin
10h15-12h15

UNE PREMIÈRE DÉCOUVERTE DE L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Mercredi 16 juillet
10h15-12h15

Thomas vous reçoit également sur rendez-vous les mercredis de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h et le samedi de 9h à 12h dans les locaux de la Maison des Services.

*Pour le rencontrer en individuel, rendez-vous sur le site internet www.collegien.fr rubrique **Municipalité > Conseil numérique***



Une question liée au numérique ?

Votre **Conseiller numérique** vous accueille à la **maison des services !**

Sur rendez-vous au **01 60 35 40 00** ou en ligne sur **www.collegien.fr**





CAFÉ DES PARENTS

Autour des TDAH

Vendredi 13 juin

À partir de 19h

Qu'est ce qui se cache derrière les lettres TDAH ? Qu'est-ce que cela implique pour l'enfant, mais également pour les parents ? Marielle POQUET, psychologue clinicienne, vous propose d'échanger avec vous sur ce sujet, répondre à vos questions, et partager vos expériences.

Les cafés des parents sont des temps dédiés pour échanger sur vos problématiques rencontrées dans votre quotidien. Sans jugement et en toute bienveillance, venez partager vos difficultés, ou expliquer vos solutions !

Être parent n'est pas forcément inné, alors n'hésitez pas à nous faire remonter les problématiques que vous aimeriez aborder, nous pourrons voir comment les mettre en place, accompagnés par des partenaires, lors des futurs cafés des parents !

Sauf mention

contraire,

tous les ateliers sont

SUR INSCRIPTION :

- En ligne sur collegien.fr
dans la rubrique Vivre ensemble >
la Fabrique citoyenne
- Par mail sur fabrique.citoyenne@collegien.fr
- Par téléphone
au 01 60 35 46 03

INSTANCE DE PROJETS ET DE COÉDUCATION

Lundi 28 avril

Lundi 19 mai

Lundi 23 juin

18h30-20h30

Cette instance permet aux parents d'enfants de 0 à 17 ans de se réunir pour mettre en place des projets locaux favorisant l'épanouissement des jeunes Collégeois.

Venez échanger et agir sur des sujets comme la gestion des émotions, le harcèlement, l'utilisation des écrans et bien d'autres encore.

Ensemble agissons pour l'éducation !

SALLE DU
CONSEIL EN
MAIRIE

JOURNÉE ESCAPADE RÉUNION PRÉPARATOIRE

Mercredi 30 avril

À partir de 18h30

Chaque année, la commune permet aux familles ne pouvant pas partir en vacances, de s'aérer le temps d'une journée. Ce projet se prépare ensemble, accompagné de l'équipe de la Fabrique citoyenne. La journée escapade aura lieu la dernière semaine d'août.



ATELIER PARENT ENFANT

Samedi 24 mai

14h30-17h30

La Fabrique citoyenne vous propose une après-midi jeu en famille autour des émotions. Ce projet, issu du souhait des parents de l'instance de coéducation d'aborder ce sujet, sera l'occasion pour chaque membre de la famille, de communiquer et de mettre des mots sur ce que chacun ressent.

CENTRE DE
LOISIRS

NOUVEAU ! GOÛTERS EN FAMILLE !

Parents et enfants ou grands parents petits enfants, venez profiter d'un goûter à la Fabrique citoyenne !

Animé par l'équipe de la Fabrique, l'atelier se compose de la réalisation d'une recette sucrée suivie de sa dégustation !

Farandoles de cookies

Mercredi 11 juin

15h-17h

Classique aux pépites de chocolats, ou nappé de caramel, le cookie n'a de limite que votre imagination.

Gâteau au chocolat (à la courgette)

Mercredi 2 juillet

15h-17h

Une recette tout aussi gourmande en chocolat, mais avec un ingrédient surprenant !



ON VOUS PRÉSENTE

Barbara Guyonneau, référente famille

Barbara nous a rejoint en 2023, mais c'est réellement en janvier 2025 qu'elle a pris ses missions de référente famille. Avec elle, la Fabrique citoyenne souhaite vous proposer un projet famille composé d'actions collectives concrètes pour répondre aux problématiques individuelles des familles sur le territoire.

Partez à sa rencontre et échangez avec elle sur les sujets que vous aimeriez voir aborder au sein de la Fabrique citoyenne sur le thème de la parentalité ! (Café des parents, ateliers créatifs parents/enfants etc.)

C'est également une personne ressource pour faciliter le lien entre vous et les différents services proposés par la commune.

LES ATELIERS SÉNIORS



Pour cette nouvelle année, Patricia vous propose de nouveau de découvrir des recettes des 4 coins de la France !

ATTENTION, EN RAISON DE LA FORTE DEMANDE SUR LES ATELIERS CULINAIRES, IL EST DEMANDÉ DE NE S'INSCRIRE QUE SUR UNE SEULE DATE !

ATELIERS CULINAIRES

Trésors de la mer

Mardi 29 avril

9h30-14h

Au menu ce jour-là :

Verrine avocat crevette,

Marmite du pêcheur

Iles flottantes aux pralines roses

La Bourgogne s'invite à table

Vendredi 23 mai

9h30-14h

Cuisinez ensemble :

Des œufs meurettes

De la joue de bœuf

Une délicieuse poire au vin et sorbet cassis

Repas Le pays Basque à l'honneur

Vendredi 20 juin

9h30-14h

Patricia vous apprendra à réaliser :

Des chipirons à l'ail

Un poulet basquaise et son tian de légume

Un gâteau basque

RÉSERVÉ AUX
COLLÉGEOIS-ES

CYCLES DE PARTAGE

LES GOÛTERS PARTAGÉS

Plutôt que de manger dans son coin, la Fabrique citoyenne vous propose de venir partager un goûter en toute convivialité !

Goûter à l'anglaise

Lundi 12 mai

15h30-17h

Réalisation de sablés, et dégustation de votre thé préféré. Proposez vos saveurs préférées de thé aux autres (Thé glacé accepté) et dégustez-le avec des petits sablés.

Goûter fruité

Lundi 16 juin

15h30-17h

5 fruits et légumes par jour, c'est parti pour une salade colorée et sucrée !

ATELIER PART'ÂGE

Tous les jeudis hors vacances scolaires

10h-11h30

En partenariat avec le GHEF maintenant depuis deux ans, la mairie organise des rencontres conviviales entre les seniors et des jeunes de l'Astrolabe (structure pour jeunes autistes). Toute l'année scolaire, l'atelier se partage entre la maison communale et la Fabrique citoyenne pour des moments de discussions, des jeux et de cuisine. La Courée pour les spectacles jeunes publics et un atelier d'expression corporelle avec Bénédicte Lobato professeure de danse. Rejoignez le groupe en septembre !

THÉ DANSANT

Jeudi 5 juin

14h-16h30

Animé par l'association Flash Danse, venez profiter d'une après midi dansante entre amis, ou voisins !

Une pause rafraichissante est également proposée.



Atelier intergénérationnel

en partenariat avec le service Enfance

Vous êtes senior et possédez une compétence ou une passion que vous aimeriez transmettre ? Le centre de loisirs vous invite à venir partager, un mercredi après-midi, votre savoir avec nos jeunes curieux ! Que ce soit la cuisine, le jardinage, la musique, ou toute autre activité, votre expérience est une richesse inestimable.

Rejoignez-nous pour un après-midi d'échange et de découverte, et inspirez la prochaine génération !

Comment ça se passe :

Contactez la Fabrique citoyenne en indiquant ce que vous souhaiteriez proposer, et le mercredi où vous seriez disponible. Un animateur du centre de loisirs pourra vous accompagner pour préparer cet atelier. Le jour de ce dernier, il sera présent pour vous aider à animer auprès du groupe d'enfant !

SORTIES SÉNIORS

Visite guidée de Lagny-sur-Marne

Mardi 17 juin

14h-17h

L'Office de Tourisme de Marne et Gondoire vous propose une visite guidée de l'ancienne cité médiévale de Lagny-sur-Marne. À l'issue de la visite, un goûter au Thé Art Café sera proposé.

Places limitées, réservées en priorité à ceux qui n'ont pas encore suivi de visite.

ATELIER PRÉVENTION SÉNIORS

Jeudi 26 juin

14h30-15h30

La Fabrique citoyenne vous propose de participer à un atelier prévention séniors, pour sensibiliser et lutter contre les risques liés aux démarchages abusifs, vols, escroquerie, cambriolage. Cet atelier a pour objectif de renforcer votre vigilance au quotidien, vous fournir des conseils pratiques pour mieux vous protéger, et savoir comment bien réagir. Vous pourrez échanger avec nos intervenants de la Police nationale, poser vos questions et partager vos expériences.

RÉSERVÉ AUX
COLLÉGEIENS

RÉSERVÉ AUX
COLLÉGEIENS

Sauf mention
contraire,
tous les ateliers sont
SUR INSCRIPTION :
• En ligne sur collegien.fr
dans la rubrique **Vivre ensemble >**
la Fabrique citoyenne
• Par mail sur fabrique.citoyenne@collegien.fr
• Par téléphone
au **01 60 35 45 96**



LIVRAISON DES REPAS À DOMICILE

Le service de portage des repas à domicile permet aux séniors et aux personnes porteuses de handicap qui ont des difficultés à se déplacer, de bénéficier de plats équilibrés cuisinés en bonne adéquation avec leurs besoins nutritionnels.

Un plus pour soulager le quotidien ! La livraison des repas est réalisée par un agent de la commune trois fois par semaine.

Service accessible aux personnes allocataires de l'APA (allocation personnalisée d'autonomie à domicile) ou sur présentation d'un certificat médical.

Renseignements auprès du CCAS (centre communal d'action sociale) au 01 60 35 40 00



JOURS DE COURSES ET DE MARCHÉ

Le minibus accessible aux personnes à mobilité réduite, vous emmène tous les vendredis faire vos courses (carrefour, Bay 2 et marché de Lagny-sur-Marne).

Renseignements et réservation : festivites.cohesion.sociale@collegien.fr ou au 01 60 35 46 04

LE CINÉ-SÉNIOR

Découvrir les films tout juste à l'affiche à un tarif préférentiel ? C'est possible avec le ciné-sénior. Il permet d'aller au cinéma un jeudi par mois (sauf pendant les vacances scolaires) et de bénéficier d'une séance à 3,50€.

Offres adressées aux séniors âgés de + de 60 ans
Un justificatif de domicile vous sera demandé.

Vous ne pouvez pas vous déplacer pour vous rendre au cinéma, ou aux ateliers proposés ?

Le service festivités et cohésion sociale, vous propose un accompagnement en transport PMR.

Une navette sera disponible.

Vous devez réserver votre place à l'avance auprès du service festivités et cohésion sociale

Renseignements et réservation :

festivites.cohesion.sociale@collegien.fr

01 60 35 46 04



INFORMATIONS POUR TOUS

L'association *l'Âge d'Or des Collégiens* vous propose un éventail d'activités !

RDV au club le lundi et le jeudi de 14h à 17h, à la maison communale Lucien Zmuda, rue des Saules.

Renseignements :

auprès de Bernard Parisot, Président :
bernardparisot77@yahoo.fr

ENVIE DE RESTER EN FORME ?

L'association *La randonnée Collégeoise* vous propose des balades adaptées pour tous.

Renseignements :

auprès d'André Clavaud, Président :
andre.clavaud@orange.fr

LES MANIÈRES DE VOUS ENGAGER

Pour une heure, une journée, une semaine ou bien plus !

LE COLLECTIF FESTIF ET CITOYEN

Depuis 2016, les habitants ont la possibilité d'être au cœur de la programmation festive de Collégien. Octobre Rose, Colore Collégien, le carnaval, la kermesse, ce sont les bénévoles du collectif !

Envie de vous engager pour un ou plusieurs projets ? N'hésitez pas à contacter le service festivités et cohésion sociale et rejoignez l'aventure !

festivites.cohesion.sociale@collegien.fr
01 60 35 45 96



LA CHAÎNE DE SOLIDARITÉ

Depuis sa création en 2020, l'action se poursuit et recrute toujours des bénévoles volontaires pour participer à l'entraide collective.

Un peu de temps pour emmener un sénior faire ses courses ou pour aider la commune sur une manifestation ?

N'hésitez pas à contacter les équipes de la Fabrique !



LA FABRIQUE CITOYENNE

Envie de partager vos passions ? Rejoignez la fabrique pour un jour, un mois ou plus !

Vous choisissez le nombre d'ateliers que vous souhaitez animer et le nombre de participants.

L'équipe de la Fabrique se tient à vos côtés pour vous accompagner dans la mise en place de votre atelier.



DES HABITANTS NOUS L'ONT DEMANDÉ

- Des cours d'anglais

VOUS ÊTES À L'AISE SUR UN DE CES SUJETS ?

Vous avez un peu de temps et vous souhaitez partager vos connaissances ?
N'hésitez plus ! **Contactez-nous au 01 60 35 45 96**
ou par mail sur **fabrique.citoyenne@collegien.fr**

À NOTER

A series of horizontal dotted lines for taking notes.



A series of horizontal dotted lines for writing, spaced evenly down the page.

A series of horizontal dotted lines for writing, spanning the width of the page.



Marne & Gondoire
AGGLO

