



**PROGRAMME  
LA FABRIQUE CITOYENNE  
DE MAI À  
JUILLET 2024**

**NOUVEAU :**  
Réservez vos ateliers  
en ligne sur **collegien.fr** !

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



# MOT DES ÉLUS

« Les beaux jours reviennent à la Fabrique Citoyenne, et avec eux, tous nos bénévoles, prêts à vous accueillir de nouveau !

Le printemps apporte également avec lui son lot de projets et de nouveautés ! Depuis 2 ans, la Fabrique Citoyenne est devenue un véritable lieu de vie, ou des liens ont été créés, des solidarités initiées et des connaissances échangées. Pour répondre à ce bilan très positif, nous avons décidé de poursuivre et renforcer le dispositif : développer de nouvelles animations, des temps de rencontres, d'échanges et de partages. Et parce que la Fabrique Citoyenne est faite pour mais surtout par vous, nous avons besoin de vous ! Un questionnaire est donc disponible pour connaître vos envies et besoins dans le domaine de l'animation collective.

Vous pouvez y répondre directement en flashant les QR Codes ci-dessous, ou venir en mairie pour le compléter.

Rendez vous également si vous le souhaitez, le mercredi 22 mai à 19h00 à la Maison communale pour une première réunion de présentation du projet.

Vous pouvez vous y inscrire auprès d'Amélie Cassaigne : [fabrique.citoyenne@collegien.fr](mailto:fabrique.citoyenne@collegien.fr) ou au **01 60 35 40 00**.

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



POUR LES JEUNES 15 - 25 ANS



POUR LES FAMILLES, ET  
HABITANTS ENTRE 26 ET 60 ANS



POUR LES SÉNIORS ; + 60 ANS

# SOMMAIRE

Calendrier .....	p06
Quoi de prévu du côté du collectif festif et citoyen ? .....	p09
<b>LES ATELIERS MANUELS</b> .....	p10
<b>LES ATELIERS VIVRE-ENSEMBLE</b> .....	p12
<b>LES ATELIERS MIEUX VIVRE DEMAIN</b> .....	p14
<b>LES ATELIERS NUMÉRIQUES</b> .....	p15
<b>POUR LES SÉNIORS</b> .....	p18
<b>Les manières de vous engager</b> .....	p23

# LES ATELIERS DE LA FABRIQUE CITOYENNE



## ATELIERS MANUELS

Quelque chose de cassé ? Envie de créer un objet ? De proposer un projet ? Nos bénévoles vous attendent afin de vous aider à le réparer, à le construire, ou encore à vous aider dans la réalisation de ce projet.



## ATELIERS "VIVRE ENSEMBLE"

La Fabrique, c'est le 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 une connaissance dans ce sujet. Peu importe l'âge, il n'est jamais trop tard.



## 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 seuls afin de favoriser le bien vivre et le bien vieillir à Collégien.



## ATELIERS "MIEUX VIVRE DEMAIN"

À l'heure où la planète crie "au secours", des Collégeois ont voulu vous proposer de découvrir des alternatives plus saines pour nous et pour notre planète. Cela passe par les produits ménagers que nous utilisons, notre alimentation, nos cosmétiques ou encore des conseils de jardinage. Vous aussi, venez partager vos astuces pour la planète !



# CALENDRIER

## MAI

### ATELIER APAN

Jeudi 2 mai  
De 10h à 11h

### ATELIER PATCHWORK

Jeudi 2 mai  
De 14h30 à 17h30

### ATELIER POTAGER

Samedi 4 mai  
De 10h à 12h

### ATELIER RÉPARE TOUT

Samedi 4 mai  
De 14h à 17h

### CAFÉ DES AIDANTS À LA JOURNÉE DU HANDICAP

Samedi 4 mai  
De 15h à 17h

### ATELIER PÂTISSERIE : TARTELETTES AUX FRUITS ROUGES

Dimanche 5 mai  
De 14h à 17h

### CONSEIL FLASH MAISON RANGÉE ET MIEUX-ÊTRE

mardi 7 mai  
à 18h

### BIEN DÉMARRER AVEC SON SMARTPHONE

Lundi 13 mai  
De 10h30 à 12h

### ATELIER LANGUE DES SIGNES

Mardi 14 mai  
De 9h30 à 10h30

### ATELIER CROCHET

Mardi 14 mai  
De 10h45 à 12h

### ATELIER PEINTURE SUR PORCELAINE

Mardi 14 mai  
De 13h à 15h

### CAFÉ NUMÉRIQUE :

Le multimédia  
sur son smartphone  
Mercredi 15 mai  
De 10h15 à 12h15

### ATELIER APAN

Jeudi 16 mai  
De 10h à 11h

### CAFÉ COUTURE

Samedi 18 mai  
De 14h à 17h30

### LES MERCREDIS À L'ÉCOLE !

Mercredi 22 mai  
À partir de 11h30

### ATELIER APAN

Jeudi 23 mai  
De 10h à 11h

### ATELIER PATCHWORK

Jeudi 23 mai  
De 14h30 à 17h30

### ATELIERS CULINAIRES SÉNIORS :

Sous le soleil de Sicile  
Vendredi 24 mai  
De 9h15 à 14h

### SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Vendredi 24 mai  
À partir de 16h

### ATELIER NUTRITION PAR MACIF

Samedi 25 mai  
De 9h30 à 12h

### ATELIER PÂTISSERIE : PAVLOVA AUX FRUITS

Dimanche 26 mai  
De 14h à 17h

### LES REPAS PARTAGÉS : Spécial pique-nique club sandwich et salade

Lundi 27 mai  
De 12 à 14h

### ATELIER APAN

Jeudi 30 mai  
De 10h à 11h

## JUIN

### ATELIER FISCALITÉ ET IMPÔT

Samedi 1<sup>er</sup> juin  
de 10h à 12h

### ATELIER D'AIDE À L'INFORMATIQUE

Samedi 1<sup>er</sup> juin  
De 14 à 16h

### ATELIER RÉPARE TOUT

Samedi 1<sup>er</sup> juin  
De 14h à 17h

### KIT ÉCOLOGIQUE

Mardi 4 juin  
18h

### CAFÉ COUTURE

Mercredi 5 juin  
De 15h à 18h

### **ATELIER APAN**

Jeu­di 6 juin  
De 10h à 11h

### **ATELIER PATCHWORK**

Jeu­di 6 juin  
De 14h30 à 17h30

### **ATELIER POTAGER**

Sa­me­di 8 juin  
De 10h à 12h

### **CAFÉ DES AIDANTS**

les vacan­ces : partir avec  
ou sans son proche  
Sa­me­di 8 juin  
De 9h30 à 11h30

### **ATELIER PÂTISSERIE :**

**Brioche à l'ananas**  
Di­man­che 9 juin  
De 14h à 17h

### **ATELIER LANGUE DES SIGNES**

Ma­r­di 11 juin  
De 9h30 à 10h30

### **LES MARDIS À RENTILLY :**

Vi­site de l'exposition  
« Ah quel­les familles »  
et atelier

Ma­r­di 11 juin  
De 10h30 à 12h30

### **ATELIER CROCHET**

Ma­r­di 11 juin  
De 10h45 à 12h

### **ATELIER PEINTURE SUR PORCELAINE**

Ma­r­di 11 juin  
De 13h à 15h

### **ATELIER CULINAIRE : VOYAGE AU MAROC**

Mer­cre­di 12 juin  
De 10h à 14h

### **ATELIER APAN**

Jeu­di 13 juin  
De 10h à 11h

### **SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ**

Ven­dre­di 14 juin  
À partir de 16h

### **CAFÉ COUTURE**

Sa­me­di 15 juin  
De 14h à 17h30

### **SÉCURISER VOS APPAREILS NUMÉRIQUES**

Sa­me­di 15 juin  
De 14h à 16h

### **PROTÉGER SES DONNÉES PERSONNELLES**

Lun­di 17 juin  
De 10h30 à 12h

### **OLYMPIADES DELTA 7 ITINÉRAIRE VITALITÉ**

Ma­r­di 18 juin  
De 9h30 à 16h30

### **CAFÉ NUMÉRIQUE :**

Bien pré­pa­rer ses vacan­ces  
sur internet

Mer­cre­di 19 juin  
De 10h15 à 12h15

### **ATELIER APAN**

Jeu­di 20 juin  
De 10h à 11h

### **ATELIERS CULINAIRES SÉNIORS :**

Un été qui com­mence  
Ven­dre­di 21 juin  
De 9h15 à 14h

### **INITIATION À LA SLACKLINE**

Sa­me­di 22 juin  
De 10h à 12h

### **ATELIER PÂTISSERIE : MOELLEUX À LA PISTACHE**

Sa­me­di 22 juin  
De 14h à 17h

### **LES REPAS PARTAGÉS : SPÉCIAL BARBECUE**

Lun­di 24 juin  
De 12h à 14h

### **LES MARDIS À RENTILLY :**

Dé­cou­verte de l'histoire  
du do­ma­ine de Rentilly

Ma­r­di 25 juin  
De 14h à 16h

### **LES MERCREDIS À L'ÉCOLE !**

Mer­cre­di 26 juin  
À partir de 11h30

### **VISITE DU VIGNOBLE DES COTEAUX DE LA BROUSSE**

Ma­r­di 27 juin  
De 10h30 à 12h30

### **ATELIER APAN**

Jeu­di 27 juin  
De 10h à 11h

### **ATELIER PATCHWORK**

Jeu­di 27 juin  
De 14h30 à 17h30

### **ATELIER CULINAIRE :**

Ren­dez-vous au Viêt­nam  
Sa­me­di 29 juin  
De 10h à 14h

## JUILLET

**LES MARDIS À RENTILLY :**  
Le tour du monde des arbres  
et pique-nique sous leurs  
branchages

Mardi 2 juillet  
De 12h à 16h

**PRÉPARER SES VACANCES**

Mardi 2 juillet  
à 14h

**ATELIER APAN**

Jeudi 4 juillet  
De 10h à 11h

**ATELIER PATCHWORK**

Jeudi 4 juillet  
De 14h30 à 17h30

**ATELIER POTAGER**

Samedi 13 juillet  
De 10h à 12h

**CAFÉ DES AIDANTS :**

Prendre du répit  
Samedi 6 juillet  
De 9h30 à 11h30

**ATELIER RÉPARE TOUT**

Samedi 6 juillet  
De 14h à 17h30

**CAFÉ NUMÉRIQUE :**

Prévention des risques  
d'internet

Mercredi 10 juillet  
De 10h15 à 12h15

**ATELIER APAN**

Jeudi 11 juillet  
De 10h à 11h

**ATELIER PÂTISSERIE :**  
**DESSERT FRANÇAIS**

Dimanche 14 juillet  
De 14h à 17h

**ATELIER LANGUE  
DES SIGNES**

Mardi 16 juillet  
De 9h30 à 10h30

**ATELIER CROCHET**

Mardi 16 juillet  
De 10h45 à 12h

**ATELIER PEINTURE  
SUR PORCELAINE**

Mardi 16 juillet  
De 13h à 15h

**CAFÉ COUTURE**

Mercredi 17 juillet  
De 15h à 18h

**INITIATION  
À LA SLACKLINE**

Samedi 20 juillet  
De 14h à 16h

# QUOI DE PRÉVU DU CÔTÉ DU COLLECTIF FESTIF ET CITOYEN ?

## LA KERMESSE DU VILLAGE

FAIT SON GRAND RETOUR !

À vos agendas, le collectif festif et citoyen et la FCPE École des Saules vous proposent une deuxième édition de la kermesse du village ! Celle-ci se déroulera derrière les jardins de la mairie, le samedi 25 mai.

Au programme, vous pourrez retrouver des jeux classiques, comme la course en sac ou la pêche au canard, mais le collectif et la FCPE vous concocte également de nouvelles activités inédites !

**Rendez-vous le 25 mai !**



### ENVIE DE REJOINDRE LE COLLECTIF ?

C'est possible, même en cours d'année, n'hésitez pas à nous contacter : [fabrique.citoyenne@collegien.fr](mailto:fabrique.citoyenne@collegien.fr) ou au 01 60 35 45 96.

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

# LES ATELIERS MANUELS



## CAFÉ COUTURE

**Samedi 18 mai de 14h à 17h30**

**Mercredi 5 juin de 15h à 18h**

**Samedi 15 juin de 14h à 17h30**

**Mercredi 17 juillet de 15h à 18h**

Huguette et Françoise sont là pour vous proposer de vous accompagner dans vos projets couture, ou vous apprendre les bases grâce aux tissus et machines disponibles sur place.

**Entrée libre sans inscription**



## ATELIER RÉPARE TOUT

**Chaque 1<sup>er</sup> samedi du mois de 14h à 17h :**

**Samedis 4 mai, 1<sup>er</sup> juin et 6 juillet**

Michel et son équipe vous propose de les retrouver pour vous accompagner dans la réparation de vos petits électroménagers, vélos, et autres bricoles ne fonctionnant plus, afin de tenter de leur donner une seconde vie !

**Entrée libre sans inscription**

## ATELIER CULINAIRE

**Voyage au Maroc :**

**Pastilla au poulet**

**Mercredi 12 juin**

**De 10h à 14h**

**Rendez-vous au Vietnam :**

**Nems poulet crevettes**

**Samedi 29 juin**

**De 10h à 14h**

Sofie revient nous régaler avec deux nouvelles recettes sorties de ses valises ! Invitez-vous à ce délicieux voyage culinaire qui vous emmènera sur les continents Africain et Asiatique.

Le 29 juin, Sofia sera accompagnée de Jean, bénévole aux ateliers numériques, pour réaliser de délicieux nems.





### **ATELIER PÂTISSERIE**

#### **Tartelette aux fruits rouges**

Dimanche 5 mai  
De 14h à 17h

#### **Pavlova aux fruits**

#### **Spécial « Embarquez pour les Jeux ! »**

Dimanche 26 mai  
De 14h à 17h

#### **Brioche à l'ananas**

Dimanche 9 juin  
De 14h à 17h

#### **Moelleux à la pistache**

Samedi 22 juin  
De 14h à 17h

#### **Dessert français**

Dimanche 14 juillet  
De 14h à 17h



Notre jeune bénévole Hugo sera de nouveau présent à la Fabrique citoyenne pour vous proposer de délicieux desserts.  
Une nouvelle qui va régaler les papilles !

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

- En ligne sur [collegien.fr](http://collegien.fr), dans l'agenda ou 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 PATCHWORK**

Judis 2 et 23 mai, 6 et 27 juin, 4 juillet  
De 14h30 à 17h30

Débutant ou confirmé, venez partager un moment avec Nicole pour vous essayer au patchwork, demander des conseils, ou simplement avancer sur vos créations en papotant.

### **ATELIER CROCHET**

Mardis 14 mai, 11 juin et 16 juillet  
De 10h45 à 12h

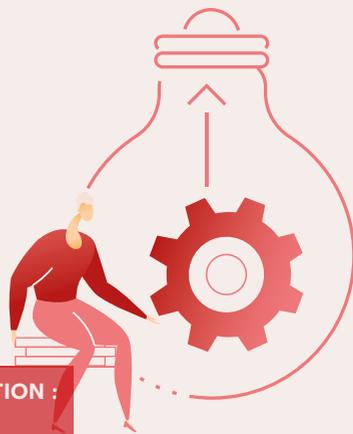
Marie vous propose de la retrouver une nouvelle fois pour profiter d'un moment crochet en tout convivialité. Il vous est possible de venir avec votre propre projet en cours, ou de venir apprendre les bases.

### **ATELIER PEINTURE SUR PORCELAINE**

Mardis 14 mai, 11 juin et 16 juillet  
De 13h à 15h

Marie est multitâche ! À la suite de l'atelier crochet, pourquoi ne pas vous laisser tenter par un atelier de peinture sur porcelaine ? Pas de panique, pas besoin de savoir dessiner pour réaliser de belles créations !

Vous pouvez venir avec votre propre porcelaine à décorer ou en décorer une qui vous sera mise à disposition lors de l'atelier.



# LES ATELIERS VIVRE-ENSEMBLE



## CAFÉ DES AIDANTS

**Spécial journée du handicap**

**Samedi 4 mai de 15h à 17h**

**Les vacances : partir avec ou sans son proche**

**Samedi 8 juin de 9h30 à 11h30**

**Prendre du répit**

**Samedi 6 juillet de 9h30 à 11h30**

Les cafés des aidants sont des lieux, des temps, et des espaces d'informations, destinés à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche.

Ces rencontres sont animées par un bénévole formé, et les thématiques permettent d'amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant.

Elles sont également là pour vous permettre d'échanger, de souffler aussi parfois, tout cela dans un cadre convivial.

## SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

**Vendredis 24 mai et 14 juin**

**À partir de 16h**

Les beaux jours reviennent, les soirées jeux aussi ! Dès la fin de l'école, Nathalie et Antoine vous ouvrent les portes de la Fabrique et de sa terrasse (en cas de beau temps) pour vous faire découvrir ou redécouvrir les jeux de société.

Venez profiter d'un moment convivial entre amis ou en famille autour d'une partie de jeux ! Il fait beau ? Envie de rester sur place toute la soirée ? N'hésitez pas à apporter votre repas, et profitez des tables installées en extérieur pour l'occasion !

**À noter :** Cet atelier n'est pas ouvert aux enfants seuls. Ceux-ci doivent rester toute la durée de la soirée sous la responsabilité d'un adulte.

### INITIATION À LA SLACKLINE

**Samedi 22 juin de 10h à 12h**

**Samedi 20 juillet de 14h à 16h**

La slackline est un sport s'apparentant au funambulisme, consistant à progresser sur une sangle.

Teddy vous propose de venir vous essayer à la slackline, entre amis ou en famille. Venez défier la gravité, développer votre équilibre et votre coordination. Que vous soyez débutant ou confirmé, n'hésitez pas !

**À noter :** Des baskets fermées sont nécessaires pour cet atelier.

### ATELIER DÉCOUVERTE DE LA LANGUE DES SIGNES

**Mardis 14 mai, 11 juin et 16 juillet de 9h30 à 10h30**

Marie vous invite à partager sa langue, celle des signes. Venez vous sensibiliser au handicap, tout en partageant un moment riche !



### NOUVEAU !

#### Écrivain public

Sylvaine se propose de vous aider dans la rédaction de vos courriers, pour vous accompagner dans vos démarches administratives ou pour vous proposer une aide en français. Elle vous reçoit 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](http://collegien.fr), dans l'agenda ou 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 POTAGER**

**Samedis 4 mai, 8 juin et 13 juillet**

**De 10h à 12h**

Quoi de plus gratifiant que de récolter ses propres légumes, et de les déguster. Christine vous donne rendez-vous pour planter, nourrir le sol de manière éco-responsable et récolter !

## **ATELIER NUTRITION PAR MACIF**

**Samedi 25 mai**

**De 9h30 à 12h**

Bien manger... Pourquoi ? Comment ?

Quelles sont les conséquences d'une alimentation déséquilibrée ?

Savez-vous lire les étiquettes ?

MACIF vous propose de venir échanger sur ces sujets lors d'un atelier dédié à la nutrition.

## **ATELIER KIT ÉCOLOGIQUE**

**Mardi 4 juin**

**à 18h**

Véronique vous propose de transformer vos produits du quotidien jetables en produits lavables et réutilisables! (Tawashi et éponge grattante)

## **SÉANCES DE RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE**

**Une aide contre les douleurs du quotidien**

Actuellement en formation, prêtez vos pieds à Rachel pour peaufiner sa gestuelle, et si vous le souhaitez, suivez ensemble une problématique. Sur rendez vous les vendredis et samedi après midi.

Contactez la Fabrique Citoyenne

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

- En ligne sur [collegien.fr](http://collegien.fr), dans l'agenda ou 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

# LES ATELIERS NUMÉRIQUES



# LES ATELIERS NUMÉRIQUES



## BIEN DÉMARRER AVEC SON SMARTPHONE (En partenariat avec Orange)

**Lundi 13 mai de 10h30 à 12h**

Durant 1h30, les animateurs Orange vous accompagnent à la découverte des principales fonctions de votre smartphone Android ou iPhone, afin de vous aider dans sa prise en main.

## ATELIER D'AIDE À L'INFORMATIQUE

**Samedi 1<sup>er</sup> juin de 14 à 16h**

Un problème technique ou informatique avec votre tablette, téléphone ou ordinateur ? Florian a une solution, n'hésitez pas à lui rendre visite !

## SÉCURISER VOS APPAREILS NUMÉRIQUES

**Samedi 15 juin de 14h à 16h**

Pour poursuivre son atelier sur la manière de protéger ses données, Jean vous propose de le retrouver lors d'un atelier pour vous partager ses conseils afin de sécuriser vos appareils numériques.

## PROTÉGER SES DONNÉES PERSONNELLES

(En partenariat avec Orange)

**Lundi 17 juin de 10h30 à 12h**

Les animateurs Orange vous proposent de les retrouver pour vous partager leurs conseils et bonnes pratiques afin de protéger vos données personnelles et préserver votre vie privée au quotidien dans vos usages numériques.





## 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](http://www.collegien.fr)



RÉSERVÉ AUX  
SÉNIORS

### CAFÉ NUMÉRIQUE AVEC THOMAS (Conseiller numérique)

Les cafés numériques sont de retour. Thomas, notre conseiller numérique vous propose de le retrouver autour d'un café ou d'un thé pour parler informatique et numérique.

### CAFÉ NUMÉRIQUE

#### Le multimédia sur son smartphone

**Mercredi 15 mai de 10h15 à 12h15**

Thomas vous a concocté tout un programme :  
Au menu :

- Apprendre à utiliser les sites de streaming audio tels que Spotify Deezer, YouTube, etc.
- Comprendre et savoir se servir de la vidéo à la demande
- Découverte de la lecture numérique (E-livres)

#### Bien préparer ses vacances sur internet

**Mercredi 19 juin de 10h15 à 12h15**

Les vacances approchent, Thomas vous propose de faire le point sur comment bien choisir son mode de transport et réserver ses billets, découvrir des astuces pour créer son itinéraire de voyage, réserver les hébergements et activités et optimiser son budget grâce aux comparateurs en ligne.

#### Prévention des risques d'Internet

**Mercredi 10 juillet de 10h15 à 12h15**

Internet est un outil qui peut apporter

beaucoup de choses, mais attention à son utilisation, qui peut parfois vous causer des problèmes ! Thomas propose de vous partager ses connaissances sur le sujet, afin de vous faire éviter les pièges que l'on peut rencontrer sur le net.

### FISCALITÉ ET IMPÔT : COMMENT ON FAIT ?

**Samedi 1<sup>er</sup> juin de 10h à 12h**

Thomas vous propose un atelier, en partenariat avec DGFIP\* pour vous informer sur les démarches basiques du site Impots.gouv et vous accompagner dans votre pratique pour que vous puissiez, à terme, réaliser vos démarches en toute autonomie, encadré(e) par le conseiller numérique! \*\*

\* Direction générale des finances publiques

\*\* Si vous avez des questions fiscales trop techniques, vous pourrez prendre un rendez-vous avec un agent des finances publiques dans les locaux France Service à Lagny-sur-Marne (le jeudi après midi de 13h30 à 16h)

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

- En ligne sur [collegien.fr](http://collegien.fr), dans l'agenda ou 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 APAN

(Activités physiques adaptées et nutrition)

Tous les jeudis du 2 mai au 11 juillet  
(hors jour férié) de 10h à 11h

Pour tous ceux qui souhaiteraient maintenir leur forme sur un programme court, travailler sur l'équilibre physique et alimentaire, la Fabrique citoyenne propose pour le 2<sup>e</sup> trimestre un atelier "Activité physique adaptée et nutrition".

Les ateliers sont constitués de **10 séances collectives**, à raison d'une heure par semaine (entre 8 et 10 bénéficiaires par atelier).

Parmi les 8 séances d'activité physique adaptée (APA), la première sera consacrée à une présentation de l'atelier ainsi qu'à la passation de tests, également proposée à la fin du programme d'APA (8<sup>e</sup> séance), afin de mesurer l'impact des séances sur les participants.

Ces séances d'APA seront suivies de 2 séances de nutrition.



RÉSERVÉ AUX  
COLLÉGEOIS-ES

## ATELIER CULINAIRE

Sous le Soleil de Sicile

Vendredi 24 mai

De 9h15 à 14h

Les saveurs de l'Italie s'invitent à la Fabrique ! Patricia vous invite à venir créer des assortiments d'antipastis, à cuisiner le veau et à découvrir son tiramisu au limoncello et zeste de citron confit !

Un été qui commence

Vendredi 21 juin

De 9h15 à 14h

**Au menu :** venez apprendre avec Patricia, à réaliser une tarte aux asperges et au saumon, à cuisiner l'agneau et des légumes de saison, et enfin à monter une délicieuse charlotte aux fraises !

Sauf mention contraire, tous les ateliers sont SUR INSCRIPTION :

- En ligne sur [collegien.fr](http://collegien.fr), dans l'agenda ou 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



(c) Chloé Pinot

### LES MARDIS À RENTILLY

Visite de l'exposition « Ah quelles familles ! »  
suivie d'un atelier sur le sujet

**Mardi 11 juin de 10h30 à 12h30**

Découverte de l'histoire du domaine  
de Rentilly

**Mardi 25 juin de 14h à 16h**

Le tour du monde des arbres et pique-nique  
sous leurs branchages

**Mardi 2 juillet de 12h à 16h**

(Pensez à prendre votre pique-nique)

### OLYMPIADES DELTA 7

Itinéraire vitalité

**Mardi 18 juin de 9h30 à 16h30**

Les olympiades Delta 7 reviennent cette année, sous le signe de la vitalité. Cette année, c'est Bussy-Saint-Georges qui accueille l'évènement.

Au programme : Rando connectée, jeu de piste, déjeuner partagé et prévention.

Rendez vous à 9h parking de la Mairie de Collégien (covoiturage possible)

### VISITE DU VIGNOBLE DES COTEAUX DE LA BROUSSE

**Mardi 27 juin de 10h30 à 12h30**

La Fabrique citoyenne vous emmène pour une visite des vignes des coteaux de la Brosse qui sera suivie d'une dégustation.

# POUR LES SÉNIORS

## CYCLE DE PARTAGE



### LES REPAS PARTAGÉS

Plutôt que de manger dans son coin, pourquoi ne pas venir profiter des beaux jours, et de la terrasse de la Fabrique citoyenne pour partager votre repas en bonne compagnie ?

**Spécial pique-nique club sandwich et salade**

**Lundi 27 mai de 12h à 14h**

**Spécial Barbecue**

**Lundi 24 juin de 12h à 14h**

### LES MERCREDIS À L'ÉCOLE !

**Mercredis 22 mai et 26 juin**

**À partir de 11h30**

Rendez-vous devant l'école à 11h30, les animateurs du service enfance vous ouvrent les portes de la restauration scolaire de l'école des Saules pour aller partager un repas avec les enfants.

Si le cœur vous en dit, vous pourrez également les accompagner l'après-midi dans le cadre des ateliers éducatifs !

### LES RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES

**Tous les jeudis hors vacances scolaires**

**De 10h30 à 12h**

En compagnie des jeunes de l'hôpital de jour du GHEF (Grand Hôpital de l'Est Francilien) et de leurs animateurs, venez partager un moment convivial à la maison communale ou à la médiathèque, autour de jeux, de découverte de livres et d'activités.

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

- En ligne sur [collegien.fr](http://collegien.fr), dans l'agenda ou 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



## 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 :

**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

# LES DISPOSITIFS SÉNIORS

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

Une navette sera disponible  
RDV sur le parking de la salle communale  
Lucien Zmuda à 13h30. *(Seulement sur  
réservation et 3 jours à l'avance)*

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



## L'ASSOCIATION L'ÂGE D'OR DES COLLÉGIENS

L'association *l'Âge d'Or des Collégiens* vous propose un éventail d'activités. RDV au club le lundi, mardi et jeudi de 14h à 19h, à la maison communale Lucien Zmuda, rue des Saules.

**Renseignements :**  
**auprès de Bernard Parisot :**  
**bernardparisot77@yahoo.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 journée de la biodiversité, la chasse aux œufs, la grande dictée, 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 !

## 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
- Des cours d'électronique



## 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](mailto:fabrique.citoyenne@collegien.fr)

