



Programme des centres sociaux

centre social Françoise Dolto

maison de quartier Gaston Variot

mars - avril 2014



n a t u r e l l e m e n t s é n a r t

Ateliers Santé

En partenariat avec la maison du diabète, obésité et risque cardiovasculaire de Melun.

Diététique

Mardis 4 mars et 1^{er} avril à 9h30

à la maison de quartier Gaston Variot

**Mercredis 12 mars et 9 avril
de 9h30 à 11h30**

à l'espace polyvalent

Apprendre à manger équilibré tout en se faisant plaisir, échanger et prévenir les différentes maladies liées au poids, c'est ce que vous propose la maison du diabète, obésité et risque cardiovasculaire de Melun.

Infirmier

Mardis 11 mars et 8 avril à 9h30

à la maison de quartier Gaston Variot

Echange et prévention des complications liées au diabète, à l'obésité et aux maladies cardiovasculaires.

Podologie

Mercredi 19 mars à 9h30

à l'espace polyvalent

L'importance de la prévention du pied.
Apprendre à mieux connaître vos pieds !
Animé par un professionnel de la santé.

Activité physique adaptée

Mercredi 2 avril de 9h30 à 11h30

à l'espace polyvalent

Pour reprendre goût au sport avec des

mouvements par des exercices simples et accessibles à tous.

Animé par un éducateur sportif.

*Renseignements et inscriptions à l'accueil
des centres sociaux ou au 01 60 68 74 14*

Potager

Les mardis de 14h00 à 16h30

au domaine de la Grange-la Prévôté

Courant mars, si le temps le permet (autrement dit : s'il ne gèle pas), reprise des activités de jardinage en extérieur sur les deux parcelles mises à notre disposition au potager du château.

Renseignements auprès d'Odile et Effate.

Biludo

**Les mercredis de 10h00 à 12h00
et de 14h00 à 17h00**

au centre social Françoise Dolto

Venez jouer en famille autour de nouveaux jeux et participer à des ateliers créatifs en bibliothèque.

À la ludothèque : animations diverses.

À la bibliothèque : cartes sur Régions de France et décoration de Pâques.

*Renseignements à l'accueil du centre social
Françoise Dolto.*

Projection à la médiathèque des Cités Unies

Mardi 4 mars de 14h00 à 16h00

à l'auditorium

Dans le cadre de la semaine de l'égalité H/F, projection du film documentaire de Régis Sauder : « Être là » qui brosse le portrait de professionnelles (psychiatres, infirmières, ergothérapeutes) intervenant à la



prison des Baumettes de Marseille et qui questionnent leur métier et la place qu'elles occupent : « Continuer à être là ou partir... ? » Un film d'une densité rare qui rend compte de toutes les formes de dignité humaine. Vous pouvez apporter une boisson et/ou un gâteau pour discuter ensemble après la projection.

Entrée libre.

Renseignements à l'accueil et auprès d'Odile.

Les ateliers « bons plans »

à la maison de quartier Gaston Variot

Jeudi 6 mars à 14h00 :

« bons plans vacances et sorties »

Venez découvrir, au cours d'un après midi convivial, plein de bonne nouvelles et préparer les bons plans de vacances et de sorties avec nos partenaires Bourse solidarité vacance et l'organisme Culture du cœur.

Le dispositif Bourse Solidarité Vacances vous invite à partir en vacances en vous proposant une bourse qui n'est pas à négliger (sur quotient familial CAF $\leq$ à 800 €) ! Le dispositif Cultures du cœur se positionne exclusivement sur des sorties, stages pour enfants, pour permettre l'accès aux pratiques artistiques et culturelles.

Jeudi 20 mars à 14h00 :

« Remèdes de grand-mère »

Venez découvrir des petits remèdes traditionnels et économiques fabriqués avec les produits et ingrédients de la maison.

Jeudi 3 avril à 14h00 :

« Donnez une 2^e vie à vos vieux ordinateurs »

Un bénévole averti partagera avec vous son savoir en recyclage et optimisation d'ordinateur. N'oubliez pas d'apporter vos ordinateurs.

Renseignements et inscriptions à l'accueil de la maison de quartier Gaston Variot.



Petit déjeuner et échanges

Vendredi 7 mars de 9h00 à 11h00

à la maison de quartier Gaston Variot

Rendez-vous mensuel autour d'un petit déjeuner. Venez échanger librement avec les animateurs de vos propositions, idées ou projets à réaliser au centre social.

Renseignements et inscriptions à l'accueil de la maison de quartier Gaston Variot.

Porte ouverte : cuisine avec l'association Regard sur le monde

Vendredi 7 mars à 14h00

Rendez-vous à la maison de quartier Gaston Variot

Venez découvrir les bonnes petites recettes de l'association Regard sur le monde en toute convivialité. Les desserts du monde seront mis à l'honneur : Algérie - la Réunion - France.

Renseignements et inscriptions à l'accueil de la maison de quartier Gaston Variot.

Spectacle : nouveau trio gitan

Vendredi 7 mars à 20h45

à l'espace Prévert

Amoureux du swing manouche, à vos marques...

Retrouvez Christian Escoudé, Jean-Baptiste Laya et David Reinhardt, 3 artistes de talent qui s'occupent de sublimer le jazz manouche.

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 6,40 € adultes - 5,10 € enfants.

Trucs et Astuces

Mardi 11 mars de 14h00 à 16h00

au centre social Françoise Dolto

Comment faire ses rillettes maison : au thon et à la sardine.

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto.



Ciné familles :

Jack et la mécanique du cœur

Mercredi 12 mars à 14h30

à l'espace Prévert

Jack est un jeune garçon peu ordinaire. Né le jour le plus froid du monde avec le cœur gelé, il est doté d'une horloge mécanique en guise de cœur. En toute circonstance, il doit respecter trois règles : ne pas toucher ses aiguilles, maîtriser sa colère et surtout ne jamais tomber amoureux ! Sa rencontre avec Miss Acacia, petite chanteuse de rue, précipite la cadence de ses aiguilles. N'écoutant que le tic-tac de son cœur, il se lance dans un incroyable voyage à la découverte des autres et de lui-même.

À partir de 6 ans. Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 1,60 €.

Cours : cuisine

jeudi 13 mars de 14h00 à 16h30

au centre social Françoise Dolto

Comme tous les mois, Alain et Fatima se proposent de vous faire découvrir des recettes de cuisine à vous en lécher les doigts. Les recettes choisies pour cet atelier ne sont pas encore définies, mais il y aura comme toujours un plat salé et un plat sucré. À suivre...

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto.

Nouveau : la cuisine collective

Jeudi 13 mars de 14h00 à 16h00

et jeudi 27 mars de 13h30 à 17h30

à la maison de quartier Gaston Variot

Dans le cadre de son projet social, la maison de quartier Gaston Variot s'est engagée à mettre en place des ateliers pour réaliser des économies au quotidien.

Importé du Québec, le concept de cuisine collective trouve toute sa place au centre social. Mais de quoi s'agit-il ? Vous choisissez collectivement des recettes, achetez localement ou apportez les ingrédients, vous cuisinez les recettes d'un repas complet et repartez avec, pour manger ce repas avec votre famille.

Renseignements et inscription obligatoire aux deux après-midis, à l'accueil de la maison de quartier Gaston Variot.



Le temps des parents

Jeudi 13 mars de 9h30 à 11h00

au centre social Françoise Dolto

Être parent est une aventure merveilleuse et parfois difficile, il nous arrive de ne pas toujours savoir quoi faire ou que dire avec nos petits ou grands enfants. Le sommeil, l'alimentation, l'entrée à l'école maternelle, au collège, comment dire non à son enfant, autoriser les sorties, etc.

Nous proposons aux pères et mères et aux autres personnes qui assurent une fonction parentale de venir en discuter entre parents en présence de deux animateurs de l'association « Le Temps des Parents ».

Renseignements à l'accueil du centre social Françoise Dolto.



Spectacle : Trio Esperança

Samedi 15 mars à 20h45

à l'espace Prévert

Dix ans de succès, 14 disques d'or... le Trio Esperança est de retour avec un nouvel album « Doce França ». Elles rendent un admirable hommage à la culture française et au pays qui les a accueillies avec des interprétations, en français et en portugais, de classiques emblématiques de Georges Brassens, Michel Berger, Michel Fugain, Edith Piaf et bien d'autres encore. *Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 6,40 € adultes - 5,10 € enfants.*



Soirée surprise

Samedi 15 mars de 19h00 à 23h00

à la maison de quartier Gaston Variot

Chut, on ne vous dira rien ! On vous promet juste de bien rigoler !

Participation : bonne humeur et le sourire, un petit plat sucré ou salé à partager avec les autres.

Pour vous parents, Aude et Dounia pourrions garder vos enfants autour d'animations adaptées pour eux, pour que vous puissiez profiter de cette soirée.

Renseignements et inscriptions à l'accueil de la maison de quartier Gaston Variot.

Spectacle : « L'homme cirque »

Samedi 15 mars à 20h30

dans le parc des Maillettes à Moissy

One man show de David Dimitri, fils de l'immense clown Dimitri, qui va enchaîner sous vos yeux émerveillés des acrobaties et des numéros de bascules époustouffants avant d'être catapulté dans l'espace...

Rires, frissons et poésie assurés.

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 4,75 €. Rendez-vous sur place entre 20h00 et 20h15.

Ciné familles :

la grande aventure LEGO

Mercredi 19 mars à 14h30

à l'espace Prévert

Dans la Grande Aventure Lego, les petits personnages jaunes sont totalement déchaînés. Le but ? Sauver le monde de l'effroyable Lord Business. Humour et aventure pleine de rebondissements sont au rendez-vous pour ce film à ne pas manquer.

À partir de 4 ans. Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 1,60 €.

Spectacle : « Kiss and cry »

Mercredi 19 mars à 19h30

à la Coupole à Combs-la-Ville

Un spectacle décalé de jeux de mains qui dansent l'amour.

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 4,75 €. Rendez vous sur place entre 19h00 et 19h15.

Thé dansant

Jeudi 20 mars de 14h00 à 17h00

à l'espace polyvalent

Vous aimez danser ? N'hésitez plus, venez vous détendre avec Anick qui se propose de vous faire découvrir le plaisir des danses collectives : madison, country, etc.



On est prié de s'habiller en tenue décontractée et de venir avec une boisson ou/et un gâteau pour reprendre des forces après l'effort...

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto.

La caisse d'allocation familiale et vous

Jeudi 20 mars à 14h00

au centre social Françoise Dolto

Tous les ans, la CAF envoie des bons loisirs, Vacaf, AVE ... pour votre famille.

Ces feuilles de couleurs blanches, jaunes ou bleues restent bien souvent au fond d'un tiroir et c'est bien dommage ! Venez rencontrer un professionnel.

Renseignements auprès de l'accueil du centre social Françoise Dolto.

Régions de France

Jeudi 20 mars à 18h00

au centre social Françoise Dolto

Vous êtes du Sud, du Nord, de l'Est, de l'Ouest, du Centre de la France ou d'ailleurs... L'ASAS (association solidarité africaine de Sénart) et le centre social Françoise Dolto vous invitent à construire ce temps fort. Quelles régions souhaitez-vous mettre à l'honneur ? Venez en parler...

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto.

Visite au musée du Louvre

Vendredi 21 mars à 11h30

à Paris

Le musée du Louvre propose de nous présenter les Reines et les Princesses que recèlent ses collections. Nous en profiterons après cette visite pour déambuler dans le

jardin des Tuileries et le quartier de l'Opéra. N'oubliez pas votre pique-nique !

Renseignements et inscription à l'accueil. Participation : 0,50 €. Transport en minibus. Rendez-vous au centre social à 8h45. Retour prévu vers 16h30/17h00.

Café littéraire

Vendredi 21 mars de 20h00 à 22h30

à la bibliothèque du centre social Françoise Dolto

« (Ma vie entre parenthèses) » de Sarah Bannouri, ouvre le premier chapitre sur la découverte des régions de France. Allons à la rencontre de cette écrivaine sénartaise dont les personnages nous invitent à revisiter la magie des châteaux de la Loire. En partenariat avec l'UOMS, l'ASAS, RERS.

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto.

Balade-ramassage en calèche

Samedi 29 mars de 14h00 à 17h30

rendez-vous à 14h00 devant les Fontaines de Plessis-la-forêt

En famille, vous pourrez profiter d'une agréable balade en calèche dans votre quartier tout en faisant un geste citoyen de ramassage des déchets autour des plans d'eau. Goûter sur l'air de jeux de Plessis-la-forêt, apportez un gâteau à partager.

En partenariat avec le Conseil de Vie Locale. Renseignements et inscriptions à l'accueil de la maison de quartier Gaston Variot.

Visite du pavillon de l'eau à Paris

Mardi 1^{er} avril à 14h00

à Paris

Dans le cadre de la Semaine du développement durable, dont le thème 2014 est l'eau, nous vous proposons une visite

d'un lieu d'information et de sensibilisation sur les enjeux de l'eau. Installé dans une ancienne halle industrielle, ce pavillon propose d'instructives collections permanentes, ainsi qu'une exposition temporaire : « l'eau sur mars ». Nous profiterons de cette virée à Paris pour visiter le quartier du 16^e arrondissement.

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation : 0,50 €. Rendez-vous à Dolto à 9h30. Retour prévu vers 16h30. Prévoir un pique-nique.

Ciné familles

Mercredi 2 avril à 14h30

à l'espace Prévert

En attente de programmation.

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 1,60 €.

Représentation théâtrale :

Les 7 péchés capitaux

Vendredi 4 avril à 20h00

au Millénaire

L'atelier théâtral Dolido di Dolto vole depuis cette année de ses propres ailes. Fatima Da Silva, la bénévole qui continue de l'animer, l'a ainsi intégré dans une association qu'elle a créée, le Portugal en partage, avec laquelle nous avons établi un solide partenariat. C'est dans ce nouveau cadre que nous vous convions, tous et toutes, à la prochaine représentation théâtrale de la troupe qui porte désormais le nom de « La comédie en partage ». Boisson, salé et sucré sont les bienvenus pour le buffet.

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto.

Spectacle : Lindigo

Vendredi 4 avril à 20h45

à l'espace Prévert

Un feu d'artifice de bonnes vibrations avec le chant maloya, les percussions, le balafon, le kamélé n'goni et l'accordéon qui a le pouvoir de réveiller et de chauffer tous les corps ! Et en toile de fond, le désir d'éveiller les consciences.

Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 5,25 € adultes - 4,20 € enfants.

Le Printemps des Jardiniers

Samedi 5 et dimanche 6 avril

de 10h00 à 18h00

au domaine de la Grange-la Prévôté.

Le rendez-vous jardinage pour tous du sud-est francilien, un jardinage autrement, au naturel ! 3^e édition : déambulation d'artistes, des mares et des poules... Animations diverses.

Famille. Renseignements : 01 60 63 29 40





Jeunesse

Espace polyvalent ouvert

Les mercredis 14h00 à 17h00

à l'espace polyvalent

Un espace ouvert est à votre disposition, ping-pong, jeux de société, baby-foot, ateliers cuisine et divers ... 11- 18 ans.

Le 5 mars

courts-métrages sur les discriminations pour la semaine de la femme.

Le 12 mars

l'espace polyvalent fête Mardi Gras : beignets et masques.

Le 19 mars

création d'une fresque « jeunesse ».

Le 26 mars

Grand jeu.

Le 2 avril

Passe-trappe et grands jeux en bois.

Si tu as des idées d'animations, n'hésite pas à nous les faire partager afin de les mettre en place les mercredis.

Renseignements à l'accueil du centre social Françoise Dolto et à l'espace polyvalent.

Concert hip hop : Dry

Samedi 22 mars de 19h30 à 23h30

à l'Empreinte

Evoquer Dry, c'est à la fois se souvenir de l'âge d'or du hardcore et évoquer l'actualité rapologique grand public. Avec un

Troc partie : petit électroménager et jardinage

Samedi 5 avril à 15h00

à la maison de quartier Gaston Variot

La maison de quartier organisera un après-midi troc pour que vous puissiez troquer les appareils de jardinage, petit électroménager et petits appareils électriques dont vous ne vous servez plus contre de nouveaux dont vous avez besoin.

Si vous souhaitez y participer, il vous suffit de vous inscrire et de donner la liste de vos appareils en bon état que vous souhaitez échanger. Apportez un plat sucré à partager avec les autres. Événement ouvert aux Savigniens et aux Seine-et-Marnais.

Renseignements et inscriptions à l'accueil de la maison de quartier Gaston Variot.

Soirée Biludo famille

Vendredi 11 avril de 20h00 à 23h00

au centre social Françoise Dolto

Comme chaque veille de vacances, la Lu-dothèque vous accueille pour vous permettre de venir jouer en famille.

Nous comptons sur vos talents culinaires pour compléter ce moment agréable.

À partir de 14 ans. Autorisation obligatoire pour les enfants non accompagnés. Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto.

disque puissant à son image, qu'on se le dise, 2014 sera son année !

11-15 ans. Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 5,20 €. Rendez-vous à l'espace polyvalent.

Concert reggae : Tairo

Vendredi 28 mars de 19h30 à 23h30

à l'Empreinte

Tairo est la référence en matière de Ragga dancehall en France. Depuis plus de 10 ans, il collabore avec la scène urbaine française.

11-15 ans. Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Participation aux frais : 5,20 €. Rendez-vous à l'espace polyvalent.



Soirée Slam

Vendredi 28 mars de 19h30 à 21h30

au centre social Françoise Dolto

Nous vous proposons de passer une soirée conviviale en famille, pour se laisser emporter par le tourbillon des mélodies, des mots et des rimes. Venez nous faire

partager vos poèmes, vos textes ou tout simplement soyez à l'écoute.

Adultes/enfants. Renseignements à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Rendez-vous au centre social.

La Bulle d'air : AEPS

Vendredi 4 avril de 19h00 à 21h30

au centre social Françoise Dolto

Suite au grand succès de la première édition en janvier, l'équipe AEPS vous invite à la deuxième édition !!! Jeux autour de la parentalité pour les parents, jeux de société et activités manuelles pour les enfants... bref une belle soirée en perspective pour toute la famille !

Nous vous proposons d'apporter sucré et/ou salé afin de partager un repas.

Renseignements à l'accueil du centre social Françoise Dolto. Rendez-vous au centre social.

Les anniversaires : AEPS

au centre social Françoise Dolto

L'équipe d'animation AEPS invite tous les parents à fêter les anniversaires des enfants nés en janvier, février, mars et avril. Grands jeux, bonbons, gâteaux seront de la fête !!!

Boissons et gâteaux sont les bienvenus l'équipe AEPS vous remercie d'avance.

Nous vous attendons nombreux !

Jeudi 10 avril de 16h30 à 18h30

Pour les CP/CE1.

Vendredi 11 avril de 16h30 à 18h30

Pour les CE2/CM1/CM2.

Renseignements à l'accueil du centre social Françoise Dolto.

Le réseau d'échanges

Appel à bénévoles

Comme pour tous les bénévoles du réseau, l'équipe du centre social Françoise Dolto est à votre disposition et peut vous accompagner dans vos projets, vous aider à mettre en œuvre vos idées.

Si vous souhaitez devenir bénévole merci de contacter Fatiha.

Le réseau bouge

**Tous les lundis et vendredis
de 18h30 à 20h00**

au centre social Françoise Dolto
Venez réveiller vos muscles avec Jacqueline.
Chaussures de sport et bouteille d'eau.
Renseignements auprès de Fatiha.

Créations perlées

Tous les mardis de 14h00 à 16h00

au centre social Françoise Dolto
Avec Astrid, venez créer et partager la passion des perles... Apportez perles et fil de nylon.
Renseignements auprès de Fatiha.



Pains du Monde

Jeudi 6 mars de 13h45 à 16h00

au centre social Françoise Dolto
Zarah nous fait découvrir « Simit Tarifi », une délicieuse recette de pain turc.
Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto.

Danse rythmée et réveil musculaire

**Lundis 10, 17, 24 mars et 7 avril
de 14h00 à 15h30**

à l'espace polyvalent
Bouchra propose un réveil musculaire et danse. Chaussures de sport et bouteille d'eau à prévoir.
Renseignements auprès de Fatiha.

Body combat

**Jeudis 13 mars et 3, 10 avril
de 14h15 à 15h30**

à l'espace polyvalent
Chadia nous initie en musique au Body Combat, une discipline entre boxe et fitness où les adversaires sont imaginaires. Tenue sportive et bouteille d'eau à prévoir.
Renseignements et inscriptions à l'accueil du centre social Françoise Dolto.

Echanges en cours...

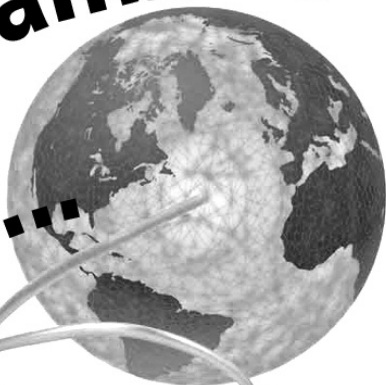
Echanges linguistiques : Marie apprend l'espagnol à Chantal, Christian et Sylviane chaque lundi.

Fatima et Karima font découvrir l'arabe littéraire à Jacqueline.

Anick apprend le tango à Jacqueline.

Félicité et Fernande nous initient à des danses créoles.

activités programmes infos...



Retrouvez les centres sociaux en ligne !

centre social Françoise Dolto :

<http://doltosavignyletemple.centres-sociaux.fr/>

maison de quartier Gaston Variot :

<http://gastonvariot.centres-sociaux.fr/>

Vous pouvez aussi accéder à ces blogs directement
sur la page du site de la Ville dédiée aux centres sociaux
www.savigny-le-temple.fr
rubrique « solidarité »



Centre Social Françoise Dolto
chemin du Plessis
01 64 10 51 90
centre.f.dolto@savigny-le-temple.fr

Maison de quartier Gaston Variot
avenue des Régalles
01 64 41 70 49
maison.g.variot@savigny-le-temple.fr

Espace polyvalent
place du 19 mars 1962
01 64 10 41 47

Local 10/15
avenue des Régalles
01 60 63 02 74

