

LES MERCREDIS

8, 15, 22 ET 29 JANVIER
5 ET 12 FÉVRIER

LUDOTHÈQUE

DE 10H À 12H

Centre socioculturel espace Jacques-Miquel

LES SENIORS CONNECTÉS

DE 14H À 16H

Jeux et visites culturelles sur tablette numérique
Centre socioculturel espace Jacques-Miquel

SPORT EN FAMILLE

DE 15H À 16H30 (Pas d'action le 5 février)

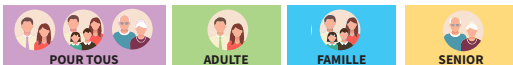
Gymnase de la Fraternité

INITIATION CODAGE INFORMATIQUE

DE 14H À 15H

Centre socioculturel espace Jacques-Miquel

JANVIER



Vendredi
10
janvier

ATELIER ÉQUILIBRE & RELAXATION

Bien dans sa tête, bien dans son corps
avec Frédérique Lesage
De 14h30 à 16h30

Espace Rosa-Parks

Lundi
6 & 20
janvier

SOPHROLOGIE

De 19h à 20h
sur inscription (8 € par trimestre)

Espace Rosa-Parks

Vendredi
10
janvier

INFORMATIQUE 1/4

Création d'un carnet de mots de passe
De 14h30 à 16h30
Gratuit (inscription obligatoire)

Espace Jacques-Miquel

Lundi
13
janvier

ATELIER PRÉPARATION DE TARTES

Pour le concours
De 14h à 16h

Espace Jacques-Miquel

Mardi
14
janvier

CAFÉ DES HABITANTS

Concours de tarte
Présentez votre tarte au jury
À 9h30

Espace Jacques-Miquel

Vendredi
17
janvier

INFORMATIQUE 2/4

Mise en forme et Présentation de Canva
De 14h30 à 16h30
Gratuit (inscription obligatoire)

Espace Jacques-Miquel

Lundi
20
janvier

DESTINATION VACANCES

Préparation sorties, séjours et rencontres
Café senior
De 14h à 16h

Espace Jacques-Miquel

Mardi
21
janvier

ATELIER MÉMOIRE

« Remémorance »
De 10h à 12h
sur inscription

Espace Jacques-Miquel

Mercredi
22
janvier

DESTINATION VACANCES

Préparation sorties, séjours et rencontres
Café senior
De 10h à 12h

Espace Jacques-Miquel

Jeudi
23
janvier

REPAS SENIORS

À 12h
Sur inscription - Tarif 11 €

The Original City Hotel - La Verrière

Vendredi
10 & 24
janvier

SOPHROLOGIE

De 9h30 à 10h30
sur inscription (8 € par trimestre)

Espace Rosa-Parks

Vendredi
24
janvier

INFORMATIQUE 3/4

Création de document et de design avec Canva
Présentation d'Excel et création d'un carnet
de mot de passe ou d'un répertoire
De 14h30 à 16h30
Gratuit (inscription obligatoire)

Espace Jacques-Miquel

Vendredi
24
janvier

SOIRÉE ARTISTIQUE

Création d'un tableau floral sur toile
en acrylique à la manière de Paul Cézanne
De 17h à 21h

Espace Rosa-Parks

Samedi
25
janvier

ATELIER SENSORIEL

animé par Marianne de la Cabane créative
Atelier parent- enfants qui permet
d'explorer librement leurs sens, détente,
bien être et relaxation
De 15h à 17h

Espace Rosa-Parks

Samedi
25
janvier

PAROLES AUX VERRIÉROIS

Thème : Pouvoir d'agir des habitants
De 17h à 19h

Espace Rosa-Parks

Mardi
28
janvier

ATELIER MÉMOIRE

« Remémorance »
De 10h à 12h
sur inscription

Espace Jacques-Miquel

Vendredi
31
janvier

CUISINE AVEC UN CHEF

découvrir des recettes simples
et gourmandes à refaire chez soi
De 9h30 à 14h
sur inscription

Espace Jacques-Miquel

Vendredi
31
janvier

INFORMATIQUE 4/4

Apprendre à organiser et à structurer
des informations dans
Excel/ Google sheets et à les présenter
De 14h30 à 16h30
Gratuit (inscription obligatoire)

Espace Jacques-Miquel

Vendredi
31
janvier

ATELIER ÉQUILIBRE & RELAXATION

Bien dans sa tête, bien dans son corps
avec Frédérique Lesage
De 14h30 à 16h30

Espace Rosa-Parks

Vendredi
31
janvier

DESTINATION VACANCES EN FAMILLE

Venez participer à l'organisation
de votre prochain départ en vacances
De 16h30 à 18h

Espace Rosa-Parks

Vendredi
31
janvier

CAFÉ DES PARENTS

Thématique choisie par les parents
(suite au sondage à l'accueil du CSC)
De 18h à 19h30

Espace Rosa-Parks

FÉVRIER



Lundi
3
février

DESTINATION VACANCES

Les sorties du café senior
Rdv à la gare à 10h
prévoir son pique-nique et son argent de poche

Espace Jacques-Miquel

Lundi
3 & 10
février

SOPHROLOGIE

De 19h à 20h
sur inscription (8 € par trimestre)

Espace Rosa-Parks

Mardi
4
février

ATELIER MÉMOIRE

« Remémorance »
De 10h à 12h
sur inscription

Espace Jacques-Miquel

Mercredi
5
février

DESTINATION VACANCES

Préparation sorties, séjours et rencontres
Café senior
De 10h à 12h

Espace Jacques-Miquel

Mercredi
5
février

YOGA DES FAMILLES

De 15h à 16h30

Espace Rosa-Parks

Vendredi
7 & 14
février

SOPHROLOGIE

De 9h30 à 10h30
sur inscription (8 € par trimestre)

Espace Rosa-Parks

Vendredi
7
février

CAFÉ ENTR'AIDANTS

De 10h à 12h

Espace Jacques-Miquel

Vendredi
7
février

ATELIER INTELLIGENCE ARTIFICIELLE
Découvrez des outils simples pour organiser vos idées et vos tâches quotidiennes
De 14h30 à 16h30
Gratuit (inscription obligatoire)
Espace Jacques-Miquel

Vendredi
14
février

ATELIER INTELLIGENCE ARTIFICIELLE
Venez parler de vos usages de l'IA et découvrir de nouveaux outils
De 14h30 à 16h30
Gratuit (inscription obligatoire)
MIRE

Vendredi
7
février

CAFÉ DES PARENTS
Thématique choisie par les parents
(suite au sondage à l'accueil du CSC)
De 18h à 19h30
Espace Jacques-Miquel

Lundi
10
février

CUISINE
Préparation de crêpes pour le café des Habitants
De 14h à 16h
Espace Jacques-Miquel

Mardi
11
février

CAFÉ DES HABITANTS
Autour des crêpes
À 9h30
Espace Rosa-Parks

Mardi
11
février

ATELIER MÉMOIRE
« Remémorance »
De 10h à 12h sur inscription
Espace Jacques-Miquel

Mercredi
12
février

RELAX FAMILLE
De 15h à 16h30
Espace Jacques-Miquel

Jeudi
13
février

REPAS SENIORS
À 12h
Sur inscription - Tarif 11 €
Cuisinot grill - Maurepas

Jeudi
13
février

ATELIER FABRICATION
Création de cartes pour la Saint Valentin
De 14 à 17h sur inscription
Espace Rosa-Parks

Vendredi
14
février

ATELIER ÉQUILIBRE & RELAXATION
Bien dans sa tête, bien dans son corps avec Frédérique Lesage
De 14h30 à 16h30
Espace Rosa-Parks

VACANCES DE FÉVRIER DU 17 AU 28 FÉVRIER

LUNDI 17 FÉVRIER DE 14H À 16H

DESTINATION VACANCES
Café senior : préparation sorties, séjours et rencontres
Centre socioculturel espace Jacques-Miquel

VENDREDI 21 FÉVRIER DE 14H30 À 16H30

CRÉATION D'UN ASSISTANT PERSONNEL IA !
Automatisez vos tâches numériques
Centre socioculturel espace Jacques-Miquel
Gratuit (inscription obligatoire)

MARDI 25 FÉVRIER DE 9H30 À 14H

ATELIER CUISINE ET DÉJEUNER PARTAGÉ
Centre socioculturel espace Jacques-Miquel
Menu à consulter à l'accueil / Inscription obligatoire : 3€/personne

MERCREDI 26 FÉVRIER DE 14H30 À 16H30

LUDO'ÉCOLO
Fabrication d'un awalé
Centre socioculturel espace Jacques-Miquel

JEUDI 27 FÉVRIER DE 14H À 19H

ATELIER CUISINE DE 14H À 16H
Pastels et bissap
JEUX AFRICAINS ET REPAS PARTAGÉ DE 17H À 19H
Découverte et initiation des jeux traditionnels : Awalé, Targui et Fanorona
Centre socioculturel espace Jacques-Miquel

JEUDI 28 FÉVRIER À 13H

SORTIE MUSÉE DU QUAI BRANLY
Visite guidée *Le secret du masque*
RDV gare de La Verrière
Tarif : 3€/personne + titre de transport

VENDREDI 28 FÉVRIER DE 9H30 À 14H

CUISINE AVEC UN CHEF
Recettes simples et gourmandes à refaire chez soi
Centre socioculturel espace Jacques-Miquel

VENDREDI 28 FÉVRIER DE 14H30 À 16H30

APPLICATION « LUDIQUE » DE L'IA
Créer des design, des vidéos, de la musique, des podcasts, des animations grâce à l'IA
Centre socioculturel espace Jacques-Miquel
Gratuit (inscription obligatoire)



CENTRE SOCIOCULTUREL

JANVIER/FÉVRIER 2025
ESPACES JACQUES-MIQUEL ET ROSA-PARKS



CENTRE SOCIOCULTUREL - LA VERRIÈRE

Tél. : 01 30 50 13 00 - csc.be@mairie-laverriere.fr

Espace Jacques-Miquel - avenue Émile-Dureuil

Horaires d'accueil du public : Lundi : 13h30 à 17h - mardi, mercredi et vendredi : 9h à 12h / 13h30 à 17h - jeudi : 13h30 à 19h

Espace Rosa-Parks - rue Joseph-Rollo

Horaires d'accueil du public : Jeudi : 13h30 à 17h



Plus d'infos : ville-laverriere.com

Toutes les activités sont soumises à l'adhésion au Centre socioculturel (5 € par foyer verriérois, 10 € extérieurs)
Afin de vous garantir un accueil de qualité, merci de vous inscrire aux activités auxquelles vous souhaitez participer.