

MAISON DE QUARTIER PASTEUR-SABLONS

AGENDA DES ANIMATIONS FAMILLES & ADULTES

D'octobre à décembre 2026
Hors vacances scolaires



Activités familles & adultes

LUNDI

De 9h à 11h

Café des parents + accompagnement Social

De 9h à 11h30

Atelier sociolinguistique – Adultes
(sur inscription)

De 14h à 16h

Atelier de vie quotidienne – Atelier créatif

ANIMATIONS SPÉCIFIQUES

12/10 – De 9h30 à 11h30

Action Octobre Rose – Atelier bien-être :
Gym douce en rose
(Sur inscription)

02/11 – De 9h à 11h30

Café des parents – Préparation de tisane maison avec Inven'terre

30/11 – De 14h à 16h

Parcours bien-être avec
l'association Fond-à-Mental
(Sur inscription)



07/12 – De 9h à 11h

Café des parents avec l'association
Cercles des parents



De 14h à 16h

Parcours bien-être avec
l'association Fond-à-Mental
(Sur inscription)

14/12 – De 14h à 16h

Parcours bien-être avec
l'association Fond-à-Mental
(Sur inscription)



MARDI

De 9h30 à 11h30

LAEP Les Boutons d'Choux
Lieu d'accueil enfants-parents
(Gratuit, anonyme et sans inscription)

De 9h à 11h30

Atelier sociolinguistique – Adultes
(Sur inscription)

De 14h à 16h

Atelier de vie quotidienne – Couture
(Sur inscription)



ANIMATIONS SPÉCIFIQUES

13/10 – De 14h à 16h

Atelier culinaire en rose avec une diététicienne
(Sur inscription)



24/11 – De 13h30 à 16h

**Journée internationale de lutte
contre les violences faites aux
femmes**

« Le parcours des possibles » :
reconnaître, comprendre, soutenir
et agir, en présence des assistantes
sociales de la CAF et du commissariat...
(Sur inscription)



MERCREDI

(Sur inscription)

De 14h à 16h

Atelier créatif en famille – Thème :
Automne

De 14h à 19h

Inscriptions aux sorties et activités des
vacances scolaires de la Toussaint

De 14h à 16h

Activités physiques en famille
Inclusion handicap
(Parcours Promo' Nutrition Santé)



De 14h à 16h

Atelier jardinage
(Parcours Promo' Nutrition Santé)



De 14h à 16h

Atelier culinaire – Soupe d'hiver
(Parcours Promo' Nutrition Santé)



De 14h à 16h

Sortie au Musée de la Chasse et de la Nature, Paris
Visite guidée + atelier « Sous les étoiles »
À partir de 5 ans

Tarif : 1,50 €

Transport en commun

De 14h à 16h

Atelier créatif en famille – Thème : Hiver

De 14h à 19h

Inscriptions aux sorties et activités des vacances de Noël

JEUDI

De 9h30 à 11h30

LAEP Les Bouts d'Choux
Lieu d'accueil enfants-parents
(*Gratuit, anonyme et sans inscription*)

De 9h à 11h30

Atelier sociolinguistique – Adultes
(*Sur inscription*)

De 14h à 16h

Atelier de vie quotidienne –
Couture / Broderie
(*Sur inscription*)



ANIMATIONS SPÉCIFIQUES

15/10 – De 14h à 16h

Initiation boxe en rose avec l'association KTEAM

26/11 – De 14h à 16h

Atelier seniors – Confection de cosmétiques

VENDEDI

De 9h à 11h30

Atelier sociolinguistique – Adultes
(*Sur inscription*)

De 14h à 16h

Atelier de vie quotidienne – Couture
(*Sur inscription*)



Nos soirées sportives

À partir du 09/10 – De 18h30 à 19h30

Renforcement musculaire
(*Sur inscription*)

À prévoir :

- Une tenue adaptée
- Une bouteille d'eau
- Un tapis
- Une serviette



ANIMATIONS SPÉCIFIQUES

16/10 – Action Octobre Rose

Mamo'bus, animations, marche, etc.
Place Navarre



13/11 – De 9h30 à 11h30

Réaliser ses produits cosmétiques
Parcours Éco-Santé



27/11 – De 12h à 16h30

Visite de l'Assemblée nationale

11/12 – De 9h30 à 11h30

Réaliser ses produits ménagers
Parcours Éco-Santé

DIMANCHE

20/12 – De 13h à 20h

Arbre de Noël





Du Lundi au Vendredi
De 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h30

📍 5 rue de Pontoise, 95200 Sarcelles

☎ 01 34 45 18 20