

INFORMATIONS



Le centre social vous propose pour ce mois
d' **OCTOBRE 2023**

Les horaires de notre conseillère numérique :

Aide Individuelle

Sans RDV

Accueil, information, accompagnement
dans vos démarches en ligne
et dans l'utilisation du numérique.

	Matin	Après-midi
Lundi		13h30-18h30
Mardi		13h30-18h30
Mercredi	9h-12h30	13h30-18h
Jeudi	9h-12h30	
Vendredi	9h-12h30	13h30-18h30

Le 3 octobre :

Atelier **Échange « La santé et le numérique »**
De 14h à 16h

Prise de rendez-vous, Doctolib, téléconsultation...

Animé par la conseillère numérique du Centre Social

Atelier **« Dépistage du diabète »**
de 09h30 à 12h00 et de 13h30 à 16h00

Animé par la MACIF

OCTOBRE

Du 3 au 21 oct.

SANTÉ



Mardi 3 oct.

A l'Espace Eiffel (2 bis rue Eiffel)

Atelier « Dépistage du diabète »

De 9h30 à 12h et de 13h30 à 16h

Accueil libre et individuel

Animé par la Macif

Échange « La santé et le numérique »

De 14h à 16h

Prise de rendez-vous, Doctolib, téléconsultation...

Animé par la conseillère numérique du Centre Social

Mercredi 11 oct.

Au Centre culturel (1 rue Jean-Baptiste Clément)

Bus de la PMI

De 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h

Vous êtes enceinte ou votre enfant a moins de 6 ans ?
Des professionnels de santé sont à votre écoute
(Auxiliaire de puériculture et médecin).

Gratuit - Sur RDV 06 31 02 09 21
Proposé par le Conseil Départemental

Les dispositifs de l'assurance maladie

De 9h à 12h

Connaissez-vous les dispositifs de prévention
pris en charge par l'assurance maladie ?
MT dents, vaccination, dépistage, contraception, ...
On vous explique tout.

Stand d'information proposé par la CPAM

Bus Relais Écoute Santé

De 14h à 17h

Des bénévoles professionnels de la santé
reçoivent en toute confidentialité les personnes
pour les aider à trouver des solutions
à leurs besoins de soins.

Proposé par le Secours Populaire

Informations sur le cancer

De 14h à 17h

Une association spécialisée vous renseigne sur la maladie,
les traitements, les soins de support,
la prévention, le dépistage des cancers, ...

Stand d'information proposé par Une Luciole dans la nuit

Mercredi 18 oct.

Au Service Animation Jeunesse
(7 rue Jean-Baptiste Clément)

Sexualité, contraception, premières règles ...

De 14h à 16h

Une sage femme de la PMI répond à toutes vos questions
A l'attention des ados et pré-ados - Proposé par le Conseil Départemental

Jeudi 19 oct.

A l'Espace Eiffel
(2 bis rue Eiffel)

Conférence « Si j'étais venu, j'aurais pas chu »

De 11h30 à 12h30

L'activité physique permet d'avoir les bons réflexes
et de prendre confiance en soi pour éviter les chutes.
Prévention Retraite Île-de-France, vous met le pied à l'étrier.

A l'attention des seniors - Proposé par le PRIF

Samedi 21 oct.

Départ du marché (Place Vauban)

Marche rose

De 10h à 12h

Dans le cadre d'octobre rose (prévention du cancer du sein), la ville organise un parcours dans la ville d'environ 1h30, suivi d'un rafraîchissement et d'une collation.

2023



Reprise de B@sic le mardi 03 octobre "Initiation" et 05 octobre "perfectionnement"



Rédiger une LETTRE Ranger des PHOTOS Surfer sur INTERNET Réaliser UNE LISTE UN TABLEAU

Initiation	Perfectionnement
Mardi 9h30 - 11h30	Jeudi 14h - 16h

à l'Espace Eiffel

 Renseignements et inscription :
Espace Eiffel - 2 bis, rue Eiffel - 95570 Bouffémont
Tél. 01 39 91 20 07



Mercredi 04 octobre 2023

Nous proposons aux enfants du « Coup de Pouce » un atelier : lecture d'une histoire et atelier créatif origami "création de marque-pages".



de 14h00 à 16h00 à l'Espace Eiffel

mercredi 04 octobre :

Atelier philo jeunesse pour les 11-13 ans de 14h à 16h

Thème : On devrait / on devrait pas ?



PARTIE 1

mercredi 11 octobre :

Atelier philo jeunesse pour les 11-13 ans de 14h à 16h

Thème : Pareil ou pas pareil ?



PARTIE 2

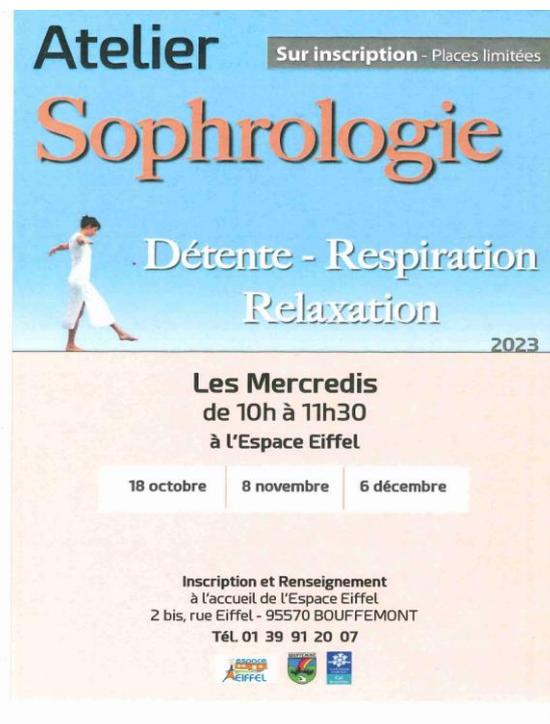
mardi 17 octobre

En soutien à la campagne de lutte contre le cancer du sein et à l'opération

nationale de sensibilisation **Octobre Rose** qui va bientôt débuter, tous les agents municipaux vont se parer de **rose** le temps d'une journée.

mercredi 18 octobre :

Reprise de la sophrologie



jeudi 19 octobre à 11h30, “ si j’étais venu, j’aurai pas chu ”

Conférence “ PRIF” (Partenaire des jeunes de plus de 60 ans) équilibre en mouvement



PARTICIPEZ AUX ATELIERS L'ÉQUILIBRE EN MOUVEMENT

12 séances : Les jeudis de 11h à 12h hors période de vacances scolaires

Novembre : 9/16/23/30

Décembre : 7/14/21

Janvier : 11/18/25

Février : 01/08

samedi 21 octobre 2023



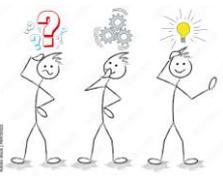
Avec un départ à 10h du marché (Place Vauban)

La ville organise un parcours dans la ville d'environ 1h30, suivi d'un rafraîchissement et d'une collation.



Pendant les vacances scolaires nous vous proposons : Une programmation des activités jeunesse/famille

23/10	24/10	25/10	26/10	27/10
--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

<p>Pour les 11/14 ans - 10h/12h atelier d'écriture</p> 			<p>Petit dej et débat avec les 11/17 ans sur les écrans, les réseaux sociaux, ... Avec le SAJ</p>	<p>Participation à l'événement porté par l'agglomération et la Police intercommunale</p>
<p>Avec les 11/17ans courses et décoration de l'espace Eiffel</p> 	<p>14h/16h Avec les 14/17 ans Réflexion et préparation de la sortie du 31.10</p> 	<p>14h30/17h Atelier cuisine d'halloween et d'automne en Famille</p> 	<p>Prox Raid Aventure</p> <p>Au complexe JB Clément</p>	

30/10	31/10	1/11	2/11	3/11
<p>Atelier d'enregistrement avec les 11/14 ans 9h/12h30</p>		<p>Férialé</p>	<p>Atelier d'enregistrement avec les 11/14 ans 9h/12h30</p>	



18h-22h
Sortie
insolite avec
les 14/17
ans



14h30/16h
Atelier Révision scolaire
pour les collégiens

