



CENTRE SOCIAL DE LA PLAINE DIJONNAISE



PROGRAMME
2022 | 2023

ACTIVITÉS & ANIMATIONS OUVERTES À TOUS !

SOMMAIRE



PRÉSENTATION

> Le Centre Social de la Plaine Dijonnaise > p.3



ACTIVITÉS DE LOISIRS

> Animations proposées tout au long de l'année > p.4



PRÉVENTION & ACCOMPAGNEMENT

> Accompagnement social > p.7

> Ateliers & Prévention > p.8

> Solidarité > p.8



PARENTALITÉ

> Accompagnement à la scolarité > p.10

> Soutien à la parentalité > p.10



ANIMATION DE LA VIE LOCALE

> Ateliers pour toutes et tous > p.11



AGISSEZ POUR VOTRE TERRITOIRE

> Devenez bénévole ! > p.13



ADHÉREZ

> Pourquoi et comment adhérer ? > p.14



LES AUTRES SERVICES DE LA PLAINE DIJONNAISE

> p.15



L'ÉQUIPE DU CENTRE SOCIAL

> p.16

INFOS PRATIQUES

> p.16



PRÉSENTATION

Le Centre Social, lieu d'animation de la vie sociale sur le territoire.

Le Centre Social, c'est une maison ouverte à tous, petits et grands, jeunes et moins jeunes, seul ou à plusieurs.

Le Centre Social, c'est un espace de vie où se conjugue mixité sociale, générationnelle, culturelle et géographique.

Le Centre Social, c'est une équipe et des bénévoles engagés qui vous invitent à concrétiser vos initiatives, à concevoir et à réaliser vos projets.

Le Centre Social, c'est chaque saison une diversité d'actions au carrefour de la culture, du loisirs, de la solidarité et de l'éducation populaire.

Le Centre Social, c'est au quotidien un accueil bienveillant, de l'information, de l'orientation et un accompagnement à chaque étape de votre vie.

Le Centre Social, c'est ainsi un vecteur de lien social, de partage et de transmission des savoirs et des passions, et au-delà un animateur dans les communes, au plus près de vous.

Bienvenue au Centre Social pour vivre ensemble cette nouvelle saison 2022-2023 !



Nathalie SEGUIN

Vice-présidente, déléguée à l'Emploi, à l'Action Sociale et à l'Autonomie

Retour sur une année au Centre Social de la Plaine Dijonnaise :



Atelier créatif du vendredi



Atelier Senior



Atelier Relaxation



Parcours sensoriel



Matins douceur



ACTIVITÉS DE LOISIRS

*Les activités sont accessibles et gratuites avec la carte d'adhésion Individuelle ou Famille.
Les ateliers ont lieu pendant la période scolaire, sauf précision.*

LUNDI

Bougeothèque Famille (0-3 ans)

Un espace dédié à la motricité de l'enfant par des jeux de socialisation avec les accompagnateurs (parents / grands-parents / assistant-e-s maternel-le-s, etc.).

Dès 09 h 15

Tricot

De 14 h 00 à 16 h 30

MARDI

Cours d'informatique

Découverte et approfondissement des bases de l'informatique.

De 09 h 30 à 11 h 30

Pétanque

De 09 h 30 à 11 h 30

Jeux de société

De 14 h 00 à 16 h 30

Danse en ligne

De 14 h 00 à 16 h 30

Atelier cuisine*

1 fois par mois : De 19 h 00 à 21 h 00 (sans repas)

De 19 h 00 à 22 h 00 (avec repas)

* Participation à l'achat des aliments nécessaires pour chaque séance : 4 € maximum.

MARDI

Vidéo

De 18 h 45 à 20 h 00

Un mardi mensuel au Centre Social

Un mardi mensuel à l'Espace numérique de COLLONGES-ET-PREMIÈRES

MERCREDI

Récré Famille

*2€ par famille sans
la carte d'adhésion*

Activités ou sorties proposées pour partager un moment en famille.

De 14 h 00 à 17 h 00

Retrouvez le planning détaillé des activités sur le programme trimestriel, disponible en ligne : www.plainedijonnaise.fr

Ludothèque

Venez profiter de nombreux jeux et vous initier sur place ou dans les bibliothèques du territoire, avec un animateur formé.

Prêt de jeux et animations sur place.

De 17 h 00 à 19 h 00

Ludothèque en vadrouille pendant les vacances selon le programme trimestriel.

JEUDI

Matins douceur (0-5 ans)

Partagez un moment de complicité et de tendresse avec votre enfant.

De 09 h 00 à 11 h 30

Activité dirigée : de 09 h 15 à 10 h 30

Accueil libre : de 10 h 30 à 11 h 15

Marche nordique

De 09 h 00 à 11 h 30

Sport adapté

Exercices légers et adaptés à votre forme physique

De 09 h 30 à 11 h 30

Mandala : Coloriage & création

De 14 h 00 à 16 h 30

Cours d'informatique

Découverte et approfondissement des bases de l'informatique

De 14 h 00 à 16 h 00

JEUDI**Danse créative**

Venez découvrir cette nouvelle activité qui propose d'explorer son corps avec des mouvements libres et de faire danser son âme. Danses et créations de chorégraphies.

De 14 h 00 à 16 h 00, à la salle des Fêtes d'ÉCHIGEY

Atelier photo

Premier jeudi de chaque mois à partir du 6 octobre.

De 18 h 00 à 20 h 00

VENDREDI**Peinture - l'Atelier d'Elisa**

De 09 h 00 à 12 h 00

Chorale

De 13 h 30 à 15 h 00

Atelier créatif

Venez laisser s'exprimer votre créativité autour de différents matériaux.

De 14 h 00 à 16 h 30

SAMEDI**Cycle « Découverte en famille »**

Venez partager et découvrir une activité innovante en famille !
3 cycles de 3 samedis seront organisés.

Dates et thématiques à définir en fonction du programme trimestriel.

Bougeothèque Famille (0-5 ans)

Un espace dédié à la motricité de l'enfant par des jeux de socialisation avec les accompagnateurs (parents / grands-parents / assistant·e·s maternelle·s, etc.).

- 8 octobre - 19 novembre - 10 décembre - 7 janvier
- 25 février - 18 mars - 29 avril - 27 mai

Vidéo

Un samedi par mois.

De 09 h 30 à 11 h 30 (Centre Social)

En complément de ces activités, le Centre Social propose chaque trimestre une programmation d'animations variées et de sorties, adaptées à tous les âges.



PRÉVENTION & ACCOMPAGNEMENT

L'équipe du Centre Social propose régulièrement des actions de prévention à destination de l'ensemble des habitants du territoire.

Accompagnement social

> Accompagnement social & Point Information Famille

Un Travailleur social vous conseille et vous accompagne concernant :

- La famille,
- Les projets collectifs,
- Les démarches administratives (Accès aux droits, demande d'aide au logement, Revenu de Solidarité Active (RSA), Impôts, etc.),
- L'organisation de départs en vacances, accompagnés ou seuls.

Pour prendre un rendez-vous :

Tél. : 03.80.47.29.96

Ateliers

Les ateliers sont accessibles avec la carte d'adhésion « Solidarité » gratuite, en fonction de la situation de l'habitant.

Pause-café

Espace d'échange autour d'un café.

Mardi (période scolaire) : De 14 h 00 à 16 h 30

Café des aidants

Atelier sur inscription, proposé aux aidants de personnes indépendantes, animé par le Référent Famille du Centre Social.

1 jeudi par mois : De 14 h 00 à 16 h 00

Les P'tits Jeux-dits

Atelier spécifique pour les adultes en situation de handicap avec activités manuelles et sorties en 1/2 journée.

Jeudi (période scolaire) : De 14 h 00 à 16 h 30

Je progresse en français : lire, écrire & compter

Atelier à destination des personnes souhaitant se perfectionner en français.

Lundi : De 09 h 30 à 11 h 30 | Grammaire & orthographe

Lundi : De 14 h 00 à 16 h 00 | Mathématiques

Vendredi : De 14 h 00 à 16 h 00 | Écriture & expression orale

Atelier de prévention - Seniors

Autour du «Bien vieillir», pour les Seniors de plus de 60 ans, organisé par la Fédération d'Actions de Prévention pour l'Autonomie des Seniors de Côte-d'Or (FAPA21).

Renseignements : **03.80.30.07.81**

Espace de gratuité

Le Centre Social propose un espace de gratuité où vous pourrez donner et prendre afin de donner une seconde vie à vos objets de la maison et/ou du jardin !

- La Boîte à Dons
- Grainothèque (prochainement)

Renseignements : **03.80.47.29.99**

NOUVEAU !

Plateforme d'écoute - Plain'Écoute

A destination des personnes âgées et isolées, le Centre Social propose un réseau d'écoute pour rompre l'isolement et retrouver du lien social.

Des appels conviviaux et bienveillants, assurés par des personnes formées, pour retrouver le plaisir de la discussion et des échanges chaleureux. Pour vous ou un proche, n'hésitez pas à nous contacter pour de plus amples informations.

Nouveau !

PLAIN'ÉCOUTE



**Renseignements
au Centre Social**

**Recevez
régulièrement
des appels
conviviaux et
bienveillants,
assurés par des
personnes
formées.**

**Envie de parler ?
Besoin de rompre la solitude ?**

**NOUS SOMMES LÀ !
03.45.34.16.76**

Vous souhaitez participer à la lutte contre l'isolement des personnes âgées de votre territoire, contactez le Centre Social. Formation à l'écoute, locaux et suivi assuré.

Centre Social
de la Plaine Dijonnaise
12 rue de Franche-Comté
21110 GENLIS
03.80.47.29.99
centresocial@plainedijonnaise.fr

plainedijonnaise.fr



*Agir pour notre territoire
et un avenir durable*

©daigresz | Août 2022 - Centre Social. Ne pas jeter sur la voie publique.





Être et devenir parents ! La dynamique famille du Centre Social permet d'y réfléchir ensemble. Le Centre Social vous accueille et accompagne les familles dans leur rôle de parents et permet de construire ensemble, les actions de demain, autour de la parentalité et d'organiser des sorties familiales.

Accompagnement scolaire

Le Centre Social propose d'accompagner les enfants du CP au CM2, dans leur scolarité. Pour découvrir et s'émerveiller, avoir des « trucs » et astuces pour mieux s'organiser à l'école, faire ensemble et retrouver confiance.

Ce service est gratuit et basé sur le volontariat des familles, orientées par l'enseignant de l'enfant.

L'accompagnement scolaire c'est :

- Une aide hebdomadaire en petit groupe, avec un animateur formé ;
- Des animations collectives, en lien avec les apprentissages scolaires pendant les vacances ;
- Des temps d'échanges avec les parents sur le thème de l'école et des apprentissages, auprès de la Référente Famille du Centre Social.

Renseignements : **03.80.47.29.96**

Instants Parents

Échanges entre parents, autour de différents thèmes, comme la place des écrans, l'éducation positive, le sommeil, l'autorité, la fratrie, etc.

Si vous avez des sujets qui vous préoccupent, n'hésitez pas à nous contacter au **03.80.47.29.96**.

Week-end Famille

Le Centre Social propose d'accompagner les familles du territoire dans la construction d'un séjour collectif en famille. Le projet est ouvert à ceux qui, avec leurs enfants ou petits-enfants, ont envie de partir en vacances, mais qui n'en ont pas l'occasion. Le projet est pensé et organisé par les familles et soutenu par la Référente Famille.

Le Week-end Famille est l'occasion de vous impliquer dans un projet collectif et de partager une expérience humaine riche de rencontres.

Départ prévu en octobre 2022.

Renseignements auprès de la Référente Famille : **03.80.47.29.96**.



ANIMATION DE LA VIE LOCALE

L'animation de la vie locale menée par le Centre Social est avant tout une démarche de soutien à la vie citoyenne, d'accompagnement de vos projets et initiatives au service du lien social, du vivre ensemble, permettant à chacun de développer sa capacité à agir sur ce qui est important pour lui.

Cela se traduit par l'organisation de temps de convivialité, de fêtes, de rencontres et d'imaginer ensemble la vie de demain sur le territoire.

Animation « En bas de chez vous »

Le Centre Social se déplace près de chez vous pour le plaisir d'être ensemble ! On se croise, on discute, on apprend à se connaître et on s'amuse. Animation gratuite et sans inscription.

Vous souhaitez que le Centre Social vienne dans votre commune ? Appelez-nous au **03.80.47.29.99**, nous construirons ensemble l'animation.

Soirée « Apéro Concert »

Le Centre Social organise trois soirées musicales et se déplace sur trois communes différentes sur le territoire de la Plaine Dijonnaise. Venez vivre un moment convivial et partagé entre danses et gourmandises.

Jardin partagé

Le Centre Social est situé au cœur d'un espace de verdure, dans un grand parc arboré. Le lieu accueille un jardin partagé, propice aux rencontres, pour jardiner et découvrir la biodiversité environnante. Prenez contact avec nous pour venir faire vivre ce lieu ensemble. Des animations seront proposées tout au long de l'année, au jardin.

Temps forts avec les habitants

Tout au long de l'année, le Centre Social organise avec les habitants des temps festifs et partagés.

- **Journée Portes Ouvertes** : Le samedi 17 septembre, venez découvrir les ateliers du Centre Social pour cette nouvelle saison et rencontrer les bénévoles et l'équipe lors de cette journée festive.
- **Festi' Familles** : Le Centre Social fête les familles et propose une journée culturelle et solidaire. Venez donner vos idées et participer à son organisation. Rendez-vous au printemps 2023.



Apéro Concert - Les D'Ukes Ukulélé Club Dijon

Manifestations avec les partenaires, ici et ailleurs

Faire ensemble avec les associations et les collectivités et s'intégrer dans les initiatives existantes pour aller à la rencontre des autres. Tout au long de l'année, le Centre Social s'associe à différents partenaires locaux dans l'organisation de moments festifs.

- **Forum des associations** : Le Centre Social participe aux forums des associations organisés par les communes. Le samedi 3 septembre, nous serons présents à TART et GENLIS.
- **Fête du jeu** : Cette fête vise à promouvoir le jeu sous toutes ces formes. Le Centre Social s'y associe cette année.
- **Conférence environnement** : Organisée par la Collectivité et le SMICTOM, le vendredi 16 décembre, le Centre Social proposera aux habitants un atelier découverte et sensibilisation « Un geste pour ma planète ».



AGISSEZ POUR VOTRE TERRITOIRE, DEVENEZ BÉNÉVOLE !

A travers les actions qu'il anime, le Centre Social permet à chacun de trouver sa place et d'agir pour soi et pour les autres, tout en portant les valeurs de dignité, de solidarité et de démocratie.

Venez participer à nos nombreuses actions ;

Venez partager votre savoir et transmettre votre passion ;

Venez organiser avec l'équipe des moments festifs ;

Venez à notre rencontre, nous vous accueillerons avec plaisir et simplicité !

Nous contacter :

Tél. : 03.80.47.29.99

Nous rencontrer :

12 rue de Franche-Comté, à GENLIS

Venez partager votre savoir-faire
ou votre passion, avec l'appui de
l'équipe de professionnels
de la structure.



ADHÉREZ

Adhérer, c'est s'engager à nos côtés !

Seul ou en famille, votre adhésion donne accès aux activités de loisirs gratuitement ou à des tarifs préférentiels.

Adhérer c'est aussi un soutien au projet collectif du Centre Social.

Comment adhérer ?

L'adhésion se fait à l'accueil du Centre Social pendant les heures d'ouverture et à tout moment de l'année.

L'adhésion est valable pour la période du 17 septembre 2022 au 6 juillet 2023.

Tarifs (Inscription à partir du 17 septembre 2022)

LES OFFRES	TARIFS - RÉSIDENT DE LA PLAINE DIJONNAISE	TARIFS - RÉSIDENT HORS PLAINE DIJONNAISE
Carte Individuelle	10 €	20 €
Carte Individuelle - <i>Tarif réduit*</i>	5 €	10 €
Carte Famille (minimum 1 parent + 1 enfant à charge ou +)	17 €	30 €
Carte Famille minimum 1 parent + 1 enfant à charge ou +) - <i>Tarif réduit</i>	8 €	15 €

**Pour les bénéficiaires de minimas sociaux, sur présentation d'un justificatif lors de l'achat de la carte d'adhésion.*

LES AUTRES SERVICES DE LA PLAINE DIJONNAISE

RELAIS PETITE ENFANCE

5, impasse Arago
21110 GENLIS

☎ 03 80 47 29 90
✉ rpe@plainedijonnaise.fr

ANTENNE RELAIS PETITE ENFANCE

18, rue du Bois
21110 THOREY-EN-PLAINE

☎ 03 80 47 29 90
✉ rpe@plainedijonnaise.fr

MULTIACCUEIL PETITE ENFANCE - NORD

12, rue de Franche-Comté
21110 GENLIS

☎ 03 80 47 29 91
✉ mapenord@plainedijonnaise.fr

MULTIACCUEIL PETITE ENFANCE - SUD

26, route de Dijon
21110 THOREY-EN-PLAINE

☎ 09 70 21 07 63
✉ mapesud@plainedijonnaise.fr

MOBIPLAINE

☎ 0 805 380 300

POINT RELAIS EMPLOI

12, rue de Franche-Comté
21110 GENLIS

☎ 03 80 47 29 95
✉ emploi@plainedijonnaise.fr

PERMANENCE POINT RELAIS EMPLOI

18, rue du Bois
21110 THOREY-EN-PLAINE

☎ 03 80 47 29 95
✉ emploi@plainedijonnaise.fr

CENTRE DE FACTURATION UNIQUE

☎ 03 80 37 81 82
✉ cfu@plainedijonnaise.fr

FRANCE SERVICES DE LA PLAINE DIJONNAISE

☎ 12, rue de Franche-Comté
21110 GENLIS
☎ 03 80 31 27 30
✉ franceservices@plainedijonnaise.fr

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DE LA PLAINE DIJONNAISE

12 rue Ampère | BP 53
21110 GENLIS
Ouvert du lundi au vendredi,
de 08 h 30 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 16 h 30
☎ 03 80 37 70 12
✉ accueil@plainedijonnaise.fr



Agir pour notre territoire et un avenir durable

plainedijonnaise.fr



LE CENTRE SOCIAL, UNE ÉQUIPE À VOS CÔTÉS !



Aurélie BONET
Directrice du Centre Social



Émilie SIMERAY
Agente d'accueil



Othilie FIQUET
Référente Famille



Géraldine MOUGET
Animatrice Adultes & Seniors



Christophe PASCAL
Animateur de la vie sociale & locale



Olivia GAVAUD
Agente sociale polyvalente

INFORMATIONS PRATIQUES

NOS HORAIRES

Le lundi :
de 13 h 30 à 18 h 00

Le mardi et le jeudi :
de 08 h 45 à 12 h 00
et de 13 h 30 à 17 h 00

Le mercredi :
de 08 h 45 à 12 h 00
et de 13 h 30 à 18 h 30

Le vendredi :
de 08 h 45 à 12 h 00
et de 13 h 30 à 18 h 00

COMMENT NOUS JOINDRE ?

☎ 03.80.47.29.99

✉ centresocial@plainedijonnaise.fr

📍 Centre Social de la Plaine
Dijonnaise
12 rue de Franche-Comté
21110 GENLIS

SUIVEZ NOS ACTUALITÉS !

www.plainedijonnaise.fr
(Rubrique Quotidien)

 [centresocialplainedijonnaise](https://www.facebook.com/centresocialplainedijonnaise)

 Station « Centre Social » sur Illiwap



Merci à nos partenaires

