



Le Kremlin  
Bicêtre

# Centre Social Germaine-Tillion

## Programme

Janvier-mars 2025

25, avenue Charles-Gide  
94270 Le Kremlin-Bicêtre  
01 45 15 23 90

@villekb



kremlinbicetre.fr

Les sorties sont ouvertes à tous sous réserve  
d'inscription auprès du Centre social Germaine-Tillion

## Vos activités récurrentes !

### Une fois par mois

De 16h30 à 18h

#### C.G.L

Sous forme de permanence, la C.G.L accompagne tous les habitants dans le domaine du logement. Cette association tente à promouvoir et faire appliquer le droit au logement. Elle a pour objectif de défendre, informer, conseiller et intervenir pour le règlement des litiges.

Centre social  
Germaine-Tillion

### Tous les mardis et jeudis

De 9h30 à 11h

#### Alphabétisation

Au sein du centre social, l'association « secours catholique » accompagne les kremlinois dans l'apprentissage de la langue française.

Centre social  
Germaine-Tillion

### Tous les lundis et vendredis €

De 13h30 à 16h30

#### Atelier couture

L'atelier couture offre l'opportunité d'exprimer sa créativité tout en renforçant les liens sociaux entre les participants, et participe activement à la vie de la cité par son implication lors des événements de la ville.

Centre social  
Germaine-Tillion

### Tous les vendredis €

De 9h30 à 12h30

#### Atelier dessin

L'atelier de dessin favorise l'inclusivité et encourage la participation active à la vie de la structure, tout en apportant une dimension culturelle et ludique qui fédère le groupe.

Centre social  
Germaine-Tillion

### Tous les mardis et jeudis

De 16h30 à 18h

#### Atelier aide aux devoirs

Cette action, pleinement portée par l'équipe du centre social et ses bénévoles, propose aux enfants de la classe de CP à CM2 un accompagnement personnalisé pour leurs devoirs. Il s'agit d'une animation ludique et très structurée, valorisée par un partenariat de qualité avec l'éducation nationale. L'A.A.D. vient en complément des compétences déjà existantes dans la ville, telles que les études et l'accueil périscolaire.

Centre social  
Germaine-Tillion

### Tous les lundis et vendredis

De 16h30 à 18h30

#### Atelier DEMOS

Démos œuvre en faveur de la démocratisation culturelle par la pratique musicale en orchestre et forme les futurs citoyens du XXI<sup>e</sup> siècle. Il propose un apprentissage de la musique classique à des enfants de 7 à 12 ans.

Centre social  
Germaine-Tillion

### Tous les lundis

De 14h30 à 15h30

#### Sophrologie

La pratique de la sophrologie repose sur une combinaison de techniques de relaxation, de respiration et de visualisation positive visant à favoriser le bien-être et à réduire le stress. Ouvert à tous, la sophrologue reconnue RNCP a la particularité d'une spécialisation dans le domaine de la « parentalité ».

Centre social  
Germaine-Tillion

### Un mercredi sur deux

De 10h30 à 12h00

#### Yoga

L'atelier yoga favorise les interactions sociales et renforce le sentiment d'appartenance à la communauté. Adapté à tous les âges et niveaux, il permet au centre social de contribuer de manière significative à la santé physique et mentale de ses membres, tout en consolidant les liens sociaux.

Centre social  
Germaine-Tillion

# Janvier

## Mardi 7 janvier

De 10h à 12h30

### Recette maison pour les produits d'entretien et cosmétique

Découvrez des recettes simples et repartez avec des astuces faciles pour adopter un quotidien plus responsable.

Centre social Germaine-Tillion

## Mercredi 8 janvier

De 14h à 16h

### Activité manuelle : customisation de sac

Laissez libre cours à votre créativité en personnalisant un sac à votre image ! Animation proposée et menée par une adhérente du centre social.

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Vendredi 10 janvier

De 17h à 18h

### Café trottoir

Le centre social va à la rencontre des passants pour partager un moment convivial d'échange autour d'une boisson chaude.

Centre social Germaine-Tillion

## Samedi 11 janvier

De 20h à 21h50

### Sortie - Spectacle Cirk Afrika

Les Étoiles du Cirque d'Éthiopie vous invitent à un voyage fascinant, mêlant prouesses physiques et découvertes culturelles, pour une expérience immersive et inoubliable.

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Lundi 13 janvier

De 14h30 à 15h30

### Atelier sophrologie (adultes)

Atelier favorisant l'expression et la confiance en soi, avec une spécialisation en parentalité.

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Mardi 14 janvier

De 14h à 16h

### SOS numérique : initiation à Windows

Cet atelier vous accompagne dans la découverte des bases : navigation, gestion des fichiers, et astuces pour utiliser votre ordinateur au quotidien.

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Mercredi 15 janvier

De 10h30 à 12h

### Atelier Yoga

Un moment de détente et de sérénité où vous pourrez étirer votre corps et apaiser votre esprit tout en partageant de bons moments !

Atelier sollicité par l'utilisateur lors des «cafés croisés».

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Jeudi 16 janvier

De 17h30 à 18h15

### Audition des élèves du Conservatoire

Rencontre musicale entre les enfants DEMOS, AAD, Conservatoire.

30 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Vendredi 17 janvier

De 17h à 18h

### Café trottoir

Le centre social va à la rencontre des passants pour partager un moment convivial d'échange autour d'une boisson chaude.

Centre social Germaine-Tillion

## Samedi 18 janvier

De 14h à 17h30

### Tutti DEMOS

Rencontre de l'ensemble de l'orchestre DEMOS.

Centre social Germaine-Tillion

## Lundi 20 janvier

De 14h30 à 15h30

### Atelier sophrologie (adultes)

Atelier favorisant l'expression et la confiance en soi, avec une spécialisation en parentalité.

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Lundi 20 janvier

A 17h30

### Remise officielle des instruments dans le cadre du dispositif DEMOS

Centre social Germaine-Tillion

## Mardi 21 janvier

De 10h à 11h30

### Atelier solidaire : collecte de vêtements chauds

En partenariat avec les élèves du lycée Pierre Brossolette, une collecte de vêtements chauds est organisée. Cette collecte servira lors de la maraude du 30 janvier 2025. Dans le cadre de cette activité, un échange intergénérationnel est prévu entre les élèves et les Kremlinois

Centre social Germaine-Tillion

## Mercredi 22 janvier €

De 13h30 à 17h

### Sortie - Visite du studio du Grand Rex

Avis aux amateurs du 7<sup>e</sup> art ! Le centre social vous invite à découvrir l'univers du cinéma dans un cadre à la fois magique et impressionnant.

20 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Vendredi 24 janvier

De 17h à 18h

### Café trottoir

Le centre social va à la rencontre des passants pour partager un moment convivial d'échange autour d'une boisson chaude.

Centre social Germaine-Tillion

## Lundi 27 janvier

De 14h30 à 15h30

### Atelier sophrologie (adultes)

Atelier favorisant l'expression et la confiance en soi, avec une spécialisation en parentalité.

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Mardi 28 janvier

De 14h à 16h

### SOS numérique : initiation au traitement de texte

Apprenez à maîtriser les bases du traitement de texte pour rédiger, mettre en page et sauvegarder vos documents facilement.

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

## Mercredi 29 janvier

De 10h30 à 12h

### Atelier Yoga

Un moment de détente et de sérénité où vous pourrez étirer votre corps et apaiser votre esprit tout en partageant de bons moments !

*Atelier sollicité par l'utilisateur lors des «cafés croisés».*

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## Mercredi 29 janvier €

De 10h à 14h

### Sortie - Extra life café

Plongez dans l'univers fascinant des mangas, découvrez les dernières consoles Next-Gen et redécouvrez les classiques du Retro-Gaming !

**15 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## Mercredi 29 janvier

De 14h à 16h

### Atelier broderie

Venez découvrir l'art de la broderie et laissez parler votre créativité ! Animation proposée et menée par une adhérente du centre social.

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## Jeudi 30 janvier

De 13h30 à 16h

### Atelier cuisine pour maraude

En collaboration avec le service de la Police Municipale et les élèves du lycée Pierre Brossolette, le centre social, avec le collectif des «mamans», réalise des barquettes alimentaires et les distribue aux SDF identifiés sur le territoire

**15 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## Vendredi 31 janvier

De 17h à 18h

### Café trottoir

Le centre social va à la rencontre des passants pour partager un moment convivial d'échange autour d'une boisson chaude.

Centre social Germaine-Tillion

# Février

## Lundi 3 février

De 14h30 à 15h30

### Atelier sophrologie (adultes)

Atelier favorisant l'expression et la confiance en soi, avec une spécialisation en parentalité.

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## Lundi 3 février

A 17h30

### Soirée d'attribution des parcelles de jardin

Moment de rencontre entre les jardiniers des parcelles de jardin de la rue Marcel Samba.

Centre social Germaine-Tillion

## Mardi 4 février

De 14h à 16h

### SOS numérique : la navigation sur internet en sécurité

Découvrez les bonnes pratiques pour éviter les arnaques en ligne, sécuriser vos comptes et utiliser les outils numériques de manière responsable.

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## Mercredi 5 février €

À 14h

### Sortie - Patinoire de l'Accor Hôtel Aréna de Bercy

Profitez d'une après-midi sportive et chaleureuse en famille ou entre amis, sur la glace de l'une des plus grandes patinoires de Paris.

**20 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## Mercredi 5 février

De 14h à 17h30

### Tutti DEMOS

Rencontre de l'ensemble de l'orchestre DEMOS

Centre social Germaine-Tillion

## Lundi 10 février

De 14h30 à 15h30

### Atelier sophrologie (adultes)

Atelier favorisant l'expression et la confiance en soi, avec une spécialisation en parentalité.

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## Mardi 11 février

De 14h à 16h

### Safer Internet Day

Journée de sensibilisation au cyber-harcèlement sur le thème « Comment les nouvelles technologies interviennent dans le cyber-harcèlement ? ».

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## Mercredi 12 février €

De 14h à 16h

### Atelier cuisine et jeux de société

Apprenez à préparer des crêpes, de la pâtisserie en groupe, puis détendez-vous autour de jeux de société pour une après-midi pleine de rires et de partage.

**15 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 12 février**

De 10h30 à 12h

#### **Atelier Yoga**

Un moment de détente et de sérénité où vous pourrez étirer votre corps et apaiser votre esprit tout en partageant de bons moments !

*Atelier sollicité par l'utilisateur lors des «cafés croisés».*

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 12 février**

De 17h30 à 19h30

#### **Permanence KB API**

Rencontre avec les parents d'élèves.

Centre social Germaine-Tillion

### **Du lundi 17 au vendredi 21 février**

Journée, 10h - 12h / 14h - 16h

#### **Stage artistique pour adulte**

Stage artistique avec l'association «To mix or not», visant à travailler sur la mémoire des habitants résidant dans les quartiers prioritaires de la ville (QPV).

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Lundi 17 février**

De 14h30 à 16h30

#### **Ideas Box numérique - La bibliothèque mobile**

*En partenariat avec la médiathèque L'Écho*

Plongez dans l'univers numérique grâce à des jeux vidéo variés : consoles, casques de réalité virtuelle, et tablettes.

**15 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mardi 18 février €**

De 13h à 18h

#### **Sortie - Musée de l'air et de l'espace**

Partez à la découverte de l'histoire fascinante de l'aviation et de l'aéronautique lors d'une visite enrichissante.

**40 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mardi 18 février**

De 14h30 à 16h30

#### **Ideas Box numérique - La bibliothèque mobile**

*En partenariat avec la médiathèque L'Écho*

Plongez dans l'univers numérique grâce à des jeux vidéo variés : consoles, casques de réalité virtuelle, et tablettes.

**15 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Lundi 24 février**

De 14h30 à 16h

#### **Sophrologie «parent-enfant»**

Séance de sophrologie en duo parent/enfant.

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mardi 25 février €**

De 13h30 à 17h30

#### **Sortie au Salon de l'agriculture**

Participez à une sortie au Salon de l'Agriculture pour découvrir la diversité du monde agricole. Rencontrez des producteurs, dégustez des produits du terroir, et explorez des expositions sur les animaux et les innovations agricoles.

**20 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

## **Mars**

### **Mardi 4 mars**

De 14h à 16h

#### **SOS numérique : création d'une boîte mail**

Apprenez à créer et gérer une boîte mail de A à Z. Un atelier pratique pour devenir autonome en communication numérique.

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 5 mars**

De 10h30 à 12h

#### **Yoga**

Un moment de détente et de sérénité où vous pourrez étirer votre corps et apaiser votre esprit tout en partageant de bons moments !

*Atelier sollicité par l'utilisateur lors des «cafés croisés».*

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 5 mars**

#### **Sophrologie**

De 14h30 à 16h

Atelier favorisant l'expression et la confiance en soi, avec une spécialisation en parentalité.

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 5 mars**

#### **Scrapbooking**

De 14h à 15h

Exprimez votre créativité en apprenant l'art du scrapbooking ! Découpez, collez, et assemblez souvenirs et photos pour créer des albums uniques et personnalisés.

**12 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 26 février**

De 10h à 12h

#### **Atelier cosmétique Grâce d'Antan**

Participez à un atelier de cosmétique pour apprendre à créer vos propres produits de beauté à petit prix et en toute simplicité. Découvrez comment réaliser un gommage naturel pour le corps et une huile nourrissante pour les cheveux, avec des ingrédients sains et accessibles.

**15 places maximum**

Centre social Germaine-Tillion

### **Du mercredi 26 au vendredi 28 février €**

De 14h à 16h

#### **Stage artistique pour enfants**

Initiez les enfants à l'art corporel et vocal à travers un stage ludique et créatif.

**12 places maximum par séance**

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 12 mars**

De 14h à 17h30

#### **Tutti DEMOS Fresnes**

Rencontre de l'ensemble de l'orchestre DEMOS.

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 12 mars** €

De 14h à 17h

#### **Atelier Aquarelle**

Animé par Lauris Paws, cet atelier d'initiation à l'aquarelle est idéal pour les novices et les curieux souhaitant découvrir les bases de cette technique artistique.

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

### **Lundi 17 mars**

De 17h30 à 19h

#### **Réunion de concertation autour des JFPJM : lancement du nouveau projet**

Projection sur les projets, actions et événement 2025.

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 19 mars** €

De 13h30 à 17h

#### **Sortie au musée Carnavalet**

Partez à la découverte de l'histoire de Paris. Une visite enrichissante pour explorer ses collections et ses expositions fascinantes.

15 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 19 mars**

#### **Yoga**

De 10h30 à 12h

Un moment de détente et de sérénité où vous pourrez étirer votre corps et apaiser votre esprit tout en partageant de bons moments !

Atelier sollicité par l'usager lors des «cafés croisés».

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

### **Lundi 24 mars**

#### **J'adopte mon smartphone**

De 14h à 16h

En collaboration avec la S.I.J., une rencontre intergénérationnelle autour de l'utilisation d'un smartphone est organisée.

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 26 mars**

#### **Atelier cuisine**

De 13h30 à 17h

Apprenez les techniques de pliage pour préparer nems et samoussas dans un atelier cuisine convivial. Terminez par une dégustation gourmande de vos créations !

15 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 26 mars**

#### **Digital Clean Up day**

De 10h à 12h

Journée de sensibilisation sur la pollution numérique en partenariat avec Sophie de la médiathèque qui suit son café numérique du 22 février sur « évolutions d'internet ».

12 places maximum

Centre social Germaine-Tillion

### **Mercredi 26 mars**

#### **Atelier créatif et ludique avec les petits deb**

De 14h à 17h

Participez à un atelier créatif et ludique conçu spécialement pour les tout-petits. Un moment de découverte et d'amusement autour d'activités adaptées à leur âge.

Centre social Germaine-Tillion

### **Vendredi 28 mars**

#### **Présentation du bilan d'activité 2024 - BPU**

De 18h30 à 20h

Réunion de concertation conviviale permettant de présenter un état des lieux de l'implication du centre social en 2024

Centre social Germaine-Tillion

## **Adhésion 2025 !**

**Pour simplifier votre engagement avec le centre social, créez votre compte citoyen dès maintenant... Un simple clic et c'est parti !**

### **Horaires d'accueil du centre social :**

**Lundi** fermé le matin / 13h30 - 17h30

**Mardi** 9h30 - 12h / 13h30 - 17h30

**Mercredi** 9h30 - 12h / 13h30 - 17h30

**Jeudi** 9h30 - 12h / 13h30 - 17h30

**Vendredi** 9h30 - 12h / 13h30 - 17h30

### **Centre social Germaine-Tillion**

25, avenue Charles-Gide  
94 270 Le Kremlin-Bicêtre  
01 45 15 23 90