

Maison de quartier La Plaine

# Activités 2022-2023

[saint-denis.fr](http://saint-denis.fr)



*Saint* ★  
Denis

**Madame, Monsieur,**

La Ville de Saint-Denis soutient l'activité de ses cinq maisons de quartier. À la fois centres sociaux agréés par la Caisse d'allocations familiales et lieux d'animation, elles sont ouvertes à toutes et tous.

Elles permettent de se retrouver et de porter des projets ensemble. Vous pouvez aussi être y accompagné.es dans vos démarches administratives et y trouver de l'aide et des conseils sur la parentalité ou encore le numérique.

Le projet social de chacune d'entre elle a été élaboré en concertation avec les habitant.es, les associations et acteur.rices du quartier afin de répondre au mieux à vos besoins.

Vous trouverez dans ces quelques pages les multiples activités sportives, artistiques, familiales et culturelles proposées par votre Maison de quartier. Tout au long de l'année, nos équipes auront le plaisir de vous accueillir, que ce soit dans le cadre de votre participation à l'une de ces activités ou à l'occasion de votre implication dans les actions et projets portés par votre Maison de quartier.



**Sabrina ATTARI**

Maire adjointe à la démocratie locale  
et à la vie des quartiers

# Notre projet social

L'ensemble des activités et projets menés à la Maison de quartier Plaine s'inscrivent dans les quatre axes du projet social 2022-2026 :

- Co-construire des initiatives citoyennes, associatives et partenariales
- Accompagner les publics dans leur parcours d'inclusion social
- Renforcer la coéducation et la promotion de l'égalité
- S'ouvrir sur le territoire en animant des actions culturelles et de loisirs et en agissant pour la transition écologique

## Toute l'année

La Maison de quartier propose des cours, des ateliers hebdomadaires et des manifestations avec les partenaires du quartier et les associations : concerts, fêtes pour petits et grands, spectacles, brocante, expositions mais aussi des réunions d'information, des débats et des rencontres. Un programme est disponible tous les deux mois.

## Pendant les vacances scolaires

La Maison de quartier propose un programme spécifique : des jeux, des ateliers, des sorties familiales et des événements festifs. Le programme de ces activités est disponible au début de chaque période de vacances scolaires.



# Pratiques artistiques

## Atelier musical

Avec l'association [Le centre musical](#)

Adhésion à l'association : 30€

- Éveil musical 4 > 6 ans

**Samedi | 13h30 > 14h10**

Tarif : 243€ par an

- Cours individuels de piano

**Mercredi | 9h > 12h30**

**Samedi | 9h > 12h et 14h10 > 18h10**

Tarif : 579€ par an

- Cours individuels de guitare

**Samedi | 9h > 12h et 13h30 > 18h10**

Tarif : 579€ par an

## Éveil musical et apprentissage d'un instrument

Par l'association [Plaine musique académie](#)

Éveil musical à partir de 5 ans et apprentissage d'un instrument : guitare, piano, violon, flûte traversière, batterie.

Cours collectifs à partir de 6 ans.

Jours, horaires et tarifs : se renseigner à l'accueil de la maison de quartier

## Danse flamenco

Par l'association [Flamenco art et mémoire](#)

- Enfants débutants (à partir de 5 ans)

**Samedi | 9h30 > 10h15**

- Enfants intermédiaires

**Samedi | 10h15 > 11h**

- Adultes débutants

**Samedi | 11h > 12h**

Tarifs : enfant (cours de 45 mn) 160€ | adulte (cours de 60 mn) 215€. Adhésion à l'association : 30€

## Danse classique (enfants)

Par le [conservatoire de Saint-Denis](#)

**Lundi et vendredi : 17h > 20h45**

**Mercredi : 9h30 > 12h15**

À partir de 5 ans. Tarifs selon le quotient familial

## Arts vivants africains (enfants)

Par l'association [Essima](#)

Enseignement de la danse, de la musique, du chant et du conte théâtral.

- 5-8 ans : **Mercredi | 16h > 17h**

- 9-11 ans : **Mercredi | 17h > 18h**

Tarif : 210€. Adhésion à l'association : 20€

## Danse afro-beat

Par l'association [Afro fille'ness](#)

**Jeudi | 20h > 21h30**

Adultes à partir de 17 ans.

N'dombolo, afro trap, azonto, hip-hop, danse traditionnelle du Mali et du Sénégal.

Tarif : 12€ le cours

## Atelier graffiti Nouveau

Par l'association [Hip-hop art](#)

**Le samedi**

- Éveil artistique à partir de 3 ans : **14h > 15h**

- 6 -10 ans : **15h > 16h**

- 11-15 ans : **16h > 17h**

- 15 ans et plus : **17h > 18h**

Tarifs : moins de 12 ans 150€ | 13 ans et plus 200€

## Théâtre de voisinage Nouveau

Par le collectif [des habitants.es de la Plaine](#)

**Samedi | 15h > 18h**

Activités culturelles intergénérationnelles.

Gratuit

## Les ateliers de l'école d'arts plastiques **Gustave Courbet**

**Adultes**

## Peinture/dessin

Cet atelier propose une initiation et une sensibilisation à la pratique picturale. Tout au long de l'année vous aborderez un travail encadré par un enseignant sur des thématiques variées.

**Samedi | 14h > 16h**

Modalités d'inscription : se renseigner à l'accueil

## Céramique

**Jeudi | 18h > 20h**

Cet atelier propose une initiation à la pratique de la céramique et du modelage.

Modalités d'inscription : se renseigner à l'accueil

## Enfants

### Atelier des arts

Ces ateliers permettent aux enfants d'utiliser l'ensemble des techniques d'arts plastiques comme le dessin, la couleur, la peinture, le modelage à partir de projets nourris de références artistiques mêlées à la créativité des enfants.

- 6-8 ans : **Mercredi | 10h30 > 12h**
- 9-11 ans : **Mercredi | 13h30 < 15h**

Modalités d'inscription : se renseigner à l'accueil

### Atelier dessin/image illustrée

Cet atelier propose une initiation à l'image illustrée (bande dessinée, manga...) par une approche technique du dessin d'observation mais aussi de gravure. En fonction du sujet abordé, des outils et des supports proposés, chacun.e apprendra à observer, traduire ou s'exprimer par le dessin.

Public 12 > 15 ans : **samedi | 11h > 12h30**

Modalités d'inscription : se renseigner à l'accueil

# Sport, santé, bien-être

## Qi Gong

Avec l'association Foladou

**Mardi | 19h > 20h10**

Pour réveiller son corps et oxygéner son esprit.

Tout public. Tarif : se renseigner auprès du professeur

## Cours de stretching et yoga

Par l'association Saint-Denis union sport (SDUS)

- Stretching : **mardi | 10h30 > 11h30**
- Yoga : **jeudi | 9h30 > 10h30**

Tout public. Tarif : 132€ par an pour un cours ; 186€ par an pour deux cours par semaine

## Cours afro move fit

Avec l'association Afro fille'nness

**Mardi | 20h30 > 22h**

**Vendredi | 19h30 > 21h**

Fitness, step et danse afro urbaine.

Tarif : 230€ par an pour 2 séances par semaine

## Capoiera enfants

Par l'association Capoiera Viola

- 4-6 ans : **mercredi | 13h30 > 14h30**
- 7-11 ans : **mercredi | 14h30 > 16h**
- Ados/adultes : **vendredi | 20h30 > 22h**

Enfants : 160€ par an. Adultes : se renseigner auprès de l'association. Adhésion à l'association : 16€

## Vo-Vietnam (art martial)

Par l'association ADVSC

- Enfants à partir de 8 ans :  
**Mardi et jeudi | 18h > 19h**
- Adultes :  
**Mardi et jeudi | 19h > 20h30**

Tarif : 90€ par an - Licence : 20€

# Apprentissages



## Cours de français adultes

**Mardi et vendredi | 14h > 16h**

Apprentissage de la langue française orale et écrite.

Tarif : 20€ par an

## Cours d'alphabétisation

**Lundi au jeudi | 19h > 20h30**

Par le foyer Pinel

Tarif : 10€ par an

## Espace multimédia

- Accès libre  
**Lundi au jeudi | 9h30 > 12h et 14h > 20h**  
**Vendredi | 9h30 > 12h**  
**Samedi | 9h30 > 12h et 14h > 18h**
- Permanence administration  
**Vendredi | 14h > 17h**  
Accompagnement pour les démarches administratives en ligne.  
Gratuit. Sur rendez-vous auprès de l'accueil

## Accompagnement éducatif

Par l'association ICAR  
L'accompagnement éducatif s'adresse aux enfants du CP à la terminale. Il est composé de séances d'accompagnement scolaire (aide aux devoirs et à la scolarité) et de séances sportives.

- Accompagnement scolaire :  
**Lundi, mardi, jeudi, vendredi | 17h30 > 19h**
- Accompagnement sportif :  
**Dimanche | 15h > 17h**

Lieu : gymnase Casarès Doisneau  
Tarif : 120€ par an (dégressif à partir de deux enfants inscrits) - Passeport loisirs acceptés

Pendant les vacances scolaires, l'association ICAR propose des séances de renforcement des acquis scolaires et/ou remise à niveaux. Voir programme bimestriel édité par la maison de quartier.

## Cours d'anglais (I love English)

Par l'association JC Excellency

Enfants :

- 4 > 5 ans : **samedi | 10h > 10h45**
- 6 > 7 ans : **samedi | 11h > 11h45**
- 8 > 10 ans : **samedi | 13h30 > 14h30**
- 11 > 16 ans : **samedi | 14h30 > 15h30**

Tarif : 250€ dont 20€ d'adhésion à l'association

Adultes : **samedi | 15h30 > 16h45**

Tarif : 260€ dont 20€ d'adhésion à l'association

## Cours de couture Aiguilles et dés

Nouveau

Par l'association JC Excellency

**Samedi | 9h30 > 13h30**

Tarif : 200€ dont 20€ d'adhésion à l'association

## Être accompagné.e dans ses démarches

### Écrivain public

Par Inter service migrant (ISM)

**Mercredi | 14h > 16h30**

Pour vous aider à remplir des formulaires administratifs, traduire des documents ou rédiger un courrier.

### Point info familles

**Mardi | 14h > 16h30**

Vous avez des questions sur les aides de la CAF,, les aides aux vacances ? Besoin d'être accompagné pour régler un problème administratif, pour naviguer sur le site cafr.fr ? Le référent famille vous accompagne, vous renseigne et vous oriente.

Sur rendez-vous uniquement

### Permanence juridique

Par le centre d'information du droit des femmes et des familles (CIDFF)

**Mardi | 14h > 16h30**

Pour répondre à toutes vos questions d'ordre juridique (droit de la famille, droit du travail, droit social) et vous guider dans vos démarches.

Sur rendez-vous uniquement

### Assistance sociale

- Assistant.es sociales.aux de la ville de Saint-Denis :

**Lundi, mercredi, jeudi, vendredi | 9h > 12h**

- Assistante sociale de la CAF : **vendredi**  
Sur rendez-vous auprès de la CAF

## Micro crédit / Point conseil budget

Par l'association Vous et votre projet

- Micro crédit personnel contre l'exclusion bancaire | **samedi 10h > 17h30**
- Point conseil budget | **jeudi 14h > 17h30**

Sur rendez-vous uniquement



## Temps de rencontres

Pour vous renseigner sur les projets à venir de la maison de quartier, participer à la réflexion sur l'organisation des actions et nous proposer vos projets...  
**Venez nous voir !!**

### Réunions publiques

Des temps d'échanges ont régulièrement lieu à la maison de quartier pour vous informer, vous consulter, débattre, se mobiliser, faire des propositions...

### Comité de maison

Pour participer à la dynamique de la maison de quartier, proposer des activités, construire de nouveaux projets avec des partenaires, participer à la réflexion et l'organisation des actions...

### Cercle des parents

Des rencontres-débats entre parents et professionnels de l'éducation autour de diverses thématiques liées à la parentalité sont organisées à la maison de quartier.

Programme dans les brochures trimestrielles.

### Bénévolat

Vous souhaitez animer un atelier régulier ou pendant les vacances ? Donner des cours de langue ou de bricolage Aider l'équipe de la maison de quartier pour des événements festifs ? Bienvenu à vous !

### Séniors

Régulièrement, la maison de quartier propose des temps de convivialité et d'échanges, comme des lotos, animations et autres goûters gourmands !

Consultez le programme trimestriel pour connaître la programmation.

## Et aussi

### Ludothèque municipale

**Mardi, jeudi et vendredi | 16h > 18h**

**Mercredi et samedi | 14h > 18h**

Les animateur.rices de la ludothèque proposent, aux enfants comme à leurs parents, d'apprendre tout en s'amusant, de se divertir autour du jeu et de partager de bons moments. Des centaines de jeux et de jouets sont à disposition : des jeux d'adresse, des jeux de construction, des jeux de rôle, etc. Accès libre et gratuit, en individuel ou même en groupe (sur réservation).

01 49 33 70 73 | 06 18 32 87 19

[ludotheque.plaine@ville-saint-denis.fr](mailto:ludotheque.plaine@ville-saint-denis.fr)

Le prêt de jeu est gratuit. Tout public

### Mairie annexe La Plaine

- Pour vos démarches d'état-civil  
**Lundi, mardi, mercredi, vendredi 9h > 12h et 13h > 17h | Jeudi | 9h > 12h**
- Pour vos démarches enfance-loisirs  
**Lundi, mardi | 8h30 > 12h et 13h > 17h**

1, rue Saint-Just - 01 83 72 21 99

## Maison de quartier La Plaine

5, rue Saint Just - 01 83 72 20 50  
plainemaison.quartier@ville-saint-  
denis.fr

## Suivre notre actualité



Maison2quartier La Plaine

Vous souhaitez recevoir notre  
programme d'animations et de sorties ?  
Contactez notre équipe par  
téléphone, par mail ou à l'accueil.

## Horaires d'ouverture

Du lundi au vendredi :  
9h > 12h30 - 13h30 > 20h45  
Fermé le mardi matin  
Le samedi :  
9h > 12h30 - 13h30 > 18h15

Pendant les vacances scolaires :  
se renseigner à l'accueil

La Maison de quartier est un centre social municipal agréé  
par la Caisse d'allocations familiales. Elle bénéficie de financements  
dans le cadre du contrat de ville.

