



35 avenue Delambre

77500 Chelles

01 64 72 88 34

LE PROGRAMME DE MARS



WWW.CHELLES.FR



2026





Newsletter #6

MARS 2026



CONCERT D'ALYSCE

MERCREDI 4 MARS - 14H15/17H

Alysce est une chanteuse et guitariste à l'univers folk et poétique. Elle crée des spectacles où musique, douceur et récits intimes se rencontrent. Le podcast audio, réalisé durant les ateliers à l'EPC, sera diffusé et un goûter crêpes vous sera offert.



 Inscription à l'accueil de l'EPC ou au 01 64 72 88 34

BLABL'ACCUEIL

LUNDI 9 MARS - 14H/16H

Rencontre avec l'association ACEAF accompagnée d'animations en lien avec les droits des femmes.



 Entrée libre - Ouvert à tous

ENTRE PARENTS

MARDI 10 MARS - 9H30/11H30

L'artiste Maëlle vous proposera un atelier mêlant peinture, relaxation et émotions.



 Sans inscription

SORTIE FAMILLE - THÉÂTRE DE CLOWNS

"MÉLANGE 2 TEMPS" VENDREDI 13 MARS À 19H30

Un duo explosif, des gags à couper le souffle et une complicité unique ! Un spectacle où l'humour, le burlesque et la poésie se mêlent et nous offrent une aventure clownesque inoubliable.



 Rendez-vous au Théâtre de Chelles - À partir de 7 ans

 Inscription à l'accueil de l'EPC - Tarif au quotient



Newsletter #6

MARS 2026



LES MARDIS AUX FOURNEAUX

MARDI 24 MARS - 10H/14H

Voyage gastronomique au Moyen-Orient, où chaque plat raconte une histoire et chaque épice éveille vos papilles.



📞 Inscription à l'accueil de l'EPC ou au 01 64 72 88 34

CAFÉ DES PARENTS SPÉCIAL BIEN-ÊTRE

VENDREDI 27 MARS - 10H/11H30

Confection de bouillottes et échanges en présence d'une psychologue.



📞 Inscription à l'accueil de l'EPC ou au 01 64 72 88 34

SOIRÉE MISS MISS - 2^{ème} ÉDITION

VENDREDI 27 MARS - 19H/22H

Une parenthèse entre femmes : des animations pour une soirée où la seule priorité, c'est vous.



📞 Inscription à l'accueil de l'EPC ou au 01 64 72 88 34

CONSEIL DE MAISON LUNDI 30 MARS - 14H/16H

Le conseil de maison offre aux participants l'occasion de représenter les adhérents et d'échanger sur les décisions qui façonneront l'avenir de l'EPC.



CLUB LECTURE TOUS LES VENDREDIS - 14H30/16H

Venez partager un moment convivial autour d'un texte choisi par le groupe.





Les merchedis CRÉA'JEUX



S'amuser et créer en famille !

LES MERCREDIS DE 14H30 À 16H30



**MERC
11 MARS**

ACTIVITÉ CRÉATIVE LA VIE EN ROSES

Découvrez l'art de fabriquer de magnifiques roses – à partager aux femmes qu'on aime – avec l'association Scrapandcie!

À partir de 5 ans

Inscription à l'accueil de l'EPC ou au 01 64 72 88 34



**MERC
18 MARS**

JEUX D'ÉQUIPE DESSINEZ C'EST GAGNÉ !

Un dessin, un défi, une victoire.
Prêt à relever le défi du crayon ?

À partir de 6 ans

Sans inscription



**MERC
25 MARS**

JEUX DE CIRQUE AUTOUR DU JONGLAGE

Pour s'initier aux balles de jonglage, assiettes chinoises, foulards, massues et diabolos dans une ambiance ludique et conviviale.

À partir de 3 ans

Sans Inscription





Les jeudis qui partagent

Echanger en toute convivialité !

LES JEUDIS DE 14H30 À 16H30

**JEUDI
12 MARS**

ATELIER BIEN-ÊTRE CHANT INTUITIF

Ici, on ne cherche pas à bien chanter.
On chante juste pour se sentir bien.

Sans inscription

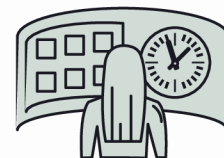


**JEUDI
19 MARS**

ATELIER CRÉATIF VISION BOARD

Création d'un tableau visuel représentant
vos objectifs et aspirations personnelles.

Sans inscription



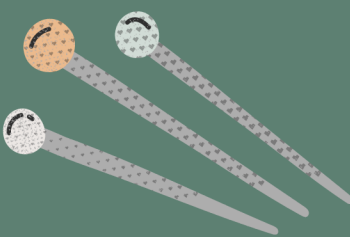
**JEUDI
26 MARS**

ATELIER BIEN-ÊTRE DÉCOUVERTE DE L'OSTÉOPATHIE

3 ostéopates, de la clinique ESO
à Champs-sur-Marne, présenteront
l'ostéopathie, puis 6 personnes pourront
bénéficier d'une consultation individuelle.

Présentation ostéopathie : sans inscription
Consultation individuelle : inscription
à l'accueil de l'EPC ou au 01 64 72 88 34





L'ATELIER COUTURE & TRICOT



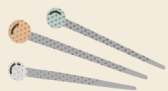
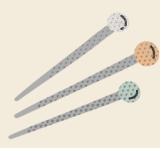
Les mardis de 14h15 à 16h15



MARDI 17 MARS

Coussin chauffant

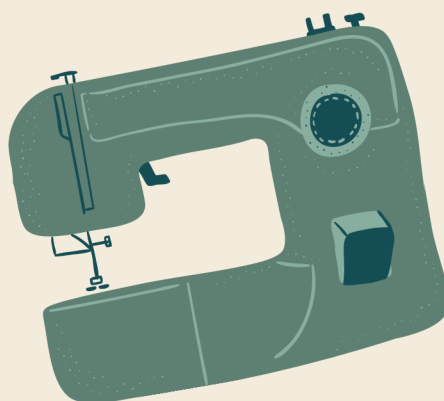
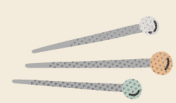
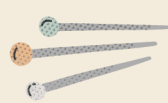
Coussin aux graines de lin qui soulage les douleurs du quotidien grâce à sa chaleur douce. Idéale pour détendre les tensions musculaires ou calmer un mal de dos.



MARDI 24 MARS

Atelier libre

Chacun travaille sur son projet, avec des moments de partage et d'inspiration.





Les P'tits explorateurs

Ateliers parents/enfants 0-3 ans



Les vendredis de 9h15 à 11h30

VENDREDI 13 MARS



Atelier parents : et les enfants dans tout ça ?

Avec l'infirmière puéricultrice et la conseillère conjugale et familiale de la Maison départementale des solidarités.

Sur inscription

VENDREDI 20 MARS

Éveil musical



Avec Sophie de l'association ADEM, venez éveiller vos oreilles et celle de vos enfants lors d'un atelier musical.

Sur inscription



VENDREDI 27 MARS

Café des parents spécial bien-être

Atelier confection de bouillottes et échanges en présence d'une psychologue.



Sur inscription

JOURNÉE
INTERNATIONALE
DES DROITS
DES FEMMES





35 avenue Delambre

77500 Chelles

01 64 72 88 34

ACTION CULTURELLE



Mercredis 4 et 11 février 2026



Mercredi 4 mars 2026

Ateliers et concert

Emmené par l'autrice et chanteuse folk Alysce, le projet *A quoi tu rêves ?* est la nouvelle collaboration de l'EPC Marcel Dalens avec Les Cuizines, la fameuse salle de musique actuelle chelloise.

Au programme :

- Les mercredis 4 et 11 février de 10h à 12h : enregistrement d'un podcast avec les participants : partager vos rêves, vos souvenirs et vos mondes intérieurs !
- Le mercredi 4 mars à 14h30 : concert exceptionnel d'Alysce à l'EPC Marcel Dalens avec diffusion du podcast en première partie.

Entrée libre

Inscription aux ateliers à l'accueil l'EPC ou au 01 64 72 88 34

Tout public

WWW.CHELLES.FR

