



**ESPACE MUNICIPAL
GRIGNON
2025-2026**





Dany BEUCHER
*1^{er} Adjoint au Maire
chargé
des affaires culturelles,
du jumelage
et des relations
avec les associations*



Chantal GERMAIN
*Adjointe au Maire
chargée
de la petite enfance
et de la vie associative*



Nicolas TRYZNA
*Adjoint au Maire
chargé de la jeunesse,
de la transition écologique
et du CLSPD.
Vice-Président du
Conseil départemental
du Val-de-Marne*



Frédéric DUMONT
*Conseiller municipal
délégué à la jeunesse*



Favoriser les échanges et l'entraide

Dans le quartier sud, l'espace municipal Grignon est un équipement où se développent des instants de vie citoyenne et associative pour répondre aux attentes et aux besoins des habitants en matière de services publics et d'animations.

On y propose non seulement les permanences de différents services municipaux (comme le Point Information Jeunesse, le Centre Communal d'Action Sociale ou le Relais Petite Enfance...) mais aussi celles de services sociaux comme les écrivains publics, la mission locale ou la médiation familiale.

En parallèle, avec plusieurs élus de l'équipe municipale, nous veillons à ce que la Ville mette aussi plusieurs salles à la disposition des associations activement engagées dans la vie du quartier pour faciliter l'organisation de leurs réunions et de leurs activités... Ainsi, chaque jour, quel que soit son âge, on s'y rencontre et on s'y retrouve pour partager des moments de détente et de loisirs, échanger sur ses passions et ses projets, améliorer son quotidien et trouver conseils.

L'installation à proximité d'un terrain multijeux, d'un city-stade, d'un parcours du combattant mixé à une station de crosstraining en libre accès permet également aux générations d'y développer des liens privilégiés.

Bien à vous

Richard DELL'AGNOLA
Maire de Thiais
Vice-Président de la Métropole du Grand Paris

PERMANENCE DU CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (salle de permanence municipale)

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) vous accueille à l'Espace Grignon, en salle de permanence municipale, **les 1^{er}, 2^e et 3^e mardis de chaque mois (hors vacances scolaires) de 14h à 17h, sans rendez-vous**. Un agent du CCAS est présent pour vous accompagner dans vos démarches administratives (CAF, retraite, AMELI, etc.), mais aussi pour vous informer sur les activités et loisirs proposés tout au long de l'année.



Une borne numérique est désormais mise à votre disposition afin de vous aider à vous familiariser avec les outils en ligne et à devenir plus autonome dans vos démarches.

Pour toute information : accueil du CCAS au 01 48 92 42 81 - Amelle Bensaïd au 01 48 92 42 85 amelle.bensaid@ville-thiais.fr

Reprise mardi 9 septembre 2025

CCAS

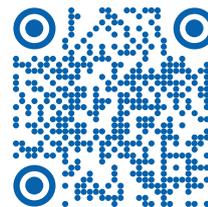


PERMANENCE DU POINT INFORMATION JEUNESSE

Jeunes habitants du quartier sud, le **Point Information Jeunesse** vient à votre rencontre ! Vous avez entre 13 et 25 ans et vous vous interrogez sur votre orientation scolaire ou votre avenir professionnel ? Vous avez besoin d'effectuer des recherches sur internet ? Vous souhaitez partir en vacances, pratiquer un sport, aller au théâtre ? Vous aimeriez passer le BAFA, le BSR ou le BNSSA ? Vous désirez en savoir plus sur la Carte Jeunes Européenne gratuite ? N'attendez plus : un membre du PIJ vous accueille au sein de l'espace municipal Grignon.

2 mercredis par mois de 14h30 à 16h
(En 2025 : 10 et 24 septembre, 8 octobre, 12 et 26 novembre, 10 décembre,
En 2026 : 7 et 21 janvier, 4 et 18 février, 11 et 25 mars,
8, 6 et 20 mai, 3 et 17 juin)

+ d'infos : information.jeunesse@ville-thiais.fr – ☎ 01 48 92 42 68
Reprise mercredi 10 septembre 2025



PIJ





ÉCRIRE

POINT D'INFORMATIONS SOCIALES - ÉCRIVAINS PUBLICS

Vous rencontrez des difficultés pour lire, écrire, ou répondre à un courrier, rédiger une lettre, remplir des documents administratifs... Vous faites face à un litige avec une administration (impôts, retraite, Sécurité Sociale, France Travail) ou toute autre organisation publique ou privée. **Les écrivains publics** bénévoles de l'espace municipal Grignon **vous reçoivent sur rendez-vous** (bureau des écrivains publics) pour vous conseiller, vous orienter et vous aider en toute confidentialité.

Mardi, de 14h à 15h30, et jeudi, de 9h30 à 12h

+ d'infos : accueil de l'Espace Municipal Grignon - ☎ 01 48 52 46 77

Reprise : mardi 2 septembre 2025

APCE 94

ASSOCIATION APCE 94 (salle de permanence municipale)



La Ville de Thiais propose des permanences de médiation familiale encadrées par l'Association APCE 94. Elles s'adressent aux familles et permettent **d'accompagner** les personnes, les couples et les familles dans l'évolution de leur vie affective, sexuelle et sociale, et ce dans le respect de chacun, de **prévenir** les dysfonctionnements familiaux et leurs conséquences auprès des parents comme des enfants, de **favoriser** le maintien des relations de l'enfant avec chacun de ses parents en cas de séparation du couple ou de recomposition familiale. L'association met à disposition une médiatrice familiale.



Les permanences ont pour objectifs de **restaurer** et de préserver les liens familiaux (couples, fratries, intergénérationnels...) en cas de conflit et d'accompagner les personnes vers un accord durable et mutuellement acceptable, de **permettre l'intervention** dans la famille d'une tierce personne, impartiale et qualifiée, tenue à la plus stricte confidentialité.



Jeudi, de 9h15 à 12h, à l'Espace Municipal Grignon

+ d'infos et rendez-vous : ☎ 01 42 07 49 74 - contact@apce94.fr

Début des permanences : jeudi 3 juillet 2025

RELAIS PETITE ENFANCE (salle et bureau du RPE)

Le **Relais Petite Enfance** de Thiais est un lieu d'information, d'écoute et d'accompagnement des parents en recherche d'un mode d'accueil pour leur enfant de moins de 3 ans. La structure aide également les parents dans leurs démarches de recrutement et d'embauche d'une assistante maternelle (contrat de travail, aides de la CAF...). Elle propose des animations collectives le matin aux enfants accompagnés de leur assistante maternelle agréée. Il s'agit d'un espace d'éveil, de jeux et de découverte de « soi » et de « l'autre » dans un lieu sécurisé et adapté aux très jeunes enfants.

Espace municipal Grignon (salle et bureau du Relais Petite Enfance)

Mardi, de 9h30 à 12h - Vendredi de 9h30 à 12h

+ d'infos : Relais Petite Enfance, Caroline Le Bihan ☎ 01 48 92 42 74 ☎ 07 85 63 67 33
Reprise mardi 2 septembre 2025

Crèche familiale à l'Espace municipal Grignon
(salle et bureau du Relais Petite Enfance)

Lundi et jeudi, de 9h15 à 11h15

+ d'infos : Ludivine CARLAIS - ludivine.carlais@ville-thiais.fr
Reprise lundi 15 septembre 2025



RPE



MISSION LOCALE BIÈVRE VAL-DE-MARNE (salle de permanence municipale)

Accueillir, informer, orienter, accompagner dans la recherche d'une formation ou d'un emploi, aider à dépasser des difficultés matérielles, tel est le rôle de l'antenne de Thiais en direction des jeunes âgé(es) de 16 à 25 ans, sortis du système scolaire.

Des ateliers vous sont proposés le **1^{er} Jeudi de chaque mois, de 14h à 17h30** : présentation des métiers avec le témoignage d'un ou plusieurs professionnels, atelier-débat à thème, atelier cinéma sur le thème du travail...Retrouver la programmation à la rentrée scolaire de septembre 2025.

+ d'infos : Mission locale Bièvre/Val-de-Marne, antenne de Thiais – ☎ 01 48 84 49 70
missionlocalebvm.fr - facebook.com/missionlocalebvm/ twitter.com/molcalebvm
Reprise jeudi 4 septembre 2025

MISSION LOCALE

MISSION LOCALE
BIÈVRE VAL-DE-MARNE



FRESNES - L'HAY-LES-ROSES
RUNGIS - CHEVILLY-LARUE - THIAIS

► Yoga

Exercices de concentration et de prise de conscience corporelle afin d'accéder à une perception sensitive, aide à s'évader des contraintes de notre monde moderne et contribue à transformer notre « mal être » (anxiété, stress, lassitude...) en « bien-être » (sérénité, détente...), le yoga de l'énergie apprend à « habiter notre corps ». L'ambiance conviviale y aide également...

Lundi, de 9h45 à 11h15 (salle polyvalente 2)

Samedi, de 10h45 à 11h45 (salle polyvalente 2)

► Pilates Flow

Enchaînement de mouvements les plus efficaces du **pilates** et du **yoga** sur une musique contemporaine. **Sport équilibré et complet** qui renforce les chaînes musculaires profondes du corps, apporte force, équilibre et souplesse, harmonise et affine la silhouette, optimise l'oxygénation, favorise l'apaisement et le lâcher-prise.

Lundi (pilates flow), de 19h45 à 20h30 : 18 ans et + (salle polyvalente 2)

► Stretching

Cours composé d'exercices d'étirements permettant l'assouplissement des muscles et la mobilité des articulations. Il vise aussi la prévention des blessures et la détente avec une partie relaxation.

Mercredi, de 19h30 à 20h15 : 18 ans et + (salle polyvalente 1)

► Pilates

Gym douce qui vise à renforcer les muscles profonds du corps. Travail sur l'amélioration de la posture tout en utilisant à bon escient la respiration, permet de favoriser le rééquilibrage des muscles, de faciliter la souplesse ainsi que l'équilibre.

Mercredi : de 18h45 à 19h30 : 18 ans et + (salle poly 1)

Vendredi, de 19h30 à 20h15 : 18 ans et + (salle poly 2)

Samedi, de 10h à 10h45 : 18 ans et + (salle poly 2)

Samedi, de 11h45 à 12h30 : 18 ans et + (salle poly 2)

► Gym relax et méditation

Travail sur la respiration, la concentration et l'équilibre. Mieux connaître et utiliser son corps en douceur, apprendre à maîtriser ses émotions, détendre la tête et le corps en s'offrant un moment paisible.

Vendredi, de 17h30 à 18h30 : 18 ans et + (salle polyvalente 1)

► Gym santé relax

Entretien de la mécanique corporelle (musculaire et articulaire), assouplissement en douceur par le lâcher prise. Musculation en profondeur et relaxation pour se libérer du stress physique et mental. Entretien du corps par des exercices doux appropriés évitant tout traumatisme et toute fragilisation du corps : la gym douce permet de conserver son potentiel santé le plus longtemps possible.

Vendredi, de 18h30 à 20h00 : 18 ans et + (salle polyvalente 1)

► Fitness Cardio Attack

Cours de fitness énergisant, dont le but est d'améliorer la condition physique avec des mouvements aérobiques, athlétiques, qui s'adressent aussi bien aux débutants qu'aux passionnés. Ce cours permet d'améliorer la capacité cardiaque, tout en développant la force musculaire en brûlant des calories, il tonifie, sculpte et renforce votre corps.

Lundi, de 19h00 à 19h45 : 18 ans et + (salle polyvalente 2)



► Cuisses Abdos Fessiers

Renforcement musculaire de la ceinture abdominale, des cuisses et des fessiers.

Vendredi, de 18h45 à 19h30 : adultes (salle polyvalente 2)

► Modern'jazz

Cours de danse qui a pour origine la musique jazz ainsi que les danses afro-américaines. Le cours se compose d'un échauffement, d'un travail technique et d'une chorégraphie.

Mercredi, de 17h45 à 18h45 : 9-11 ans (salle polyvalente 1)



Informations & inscriptions aux activités proposées par l'OMS

Forum des activités thiaisiennes
Palais Omnisports De Thiais
samedi 6 septembre 2025
de 10h à 17h

Office Municipal des Sports
Hôtel de ville de Thiais
(rue Maurepas)

lundi, mercredi et vendredi :
9h/11h45 & 14h/17h15
mardi et jeudi : 14h/17h15

+ d'infos : ☎ 01 48 92 42 60
www.ville-thiais.fr
omsthiais94@gmail.com

Reprise des cours
lundi 22 septembre 2025

* sous réserve des disponibilités
des professeurs
et la mise à disposition
des équipements, ce planning
est susceptible d'être modifié



ART LYRIQUE

ASSOCIATION D'ART LYRIQUE HERVÉ GARCIA

L'association, créée en 2003, a pour objectif de promouvoir l'accès à l'art lyrique en préparant des œuvres du répertoire (Offenbach, Bizet et autres...) présentées ensuite au public, accompagnées au piano ou avec orchestre. Ouvert à toute personne prête à s'investir dans un travail vocal et musical de précision. **Répétitions avec pianiste chaque samedi de 14h à 18h.** L'association propose aussi différents spectacles à thème au café-théâtre de Thiais.

Samedi, de 14h à 18h (salle polyvalente 2)
+ d'infos : ☎ 06 88 05 74 24 (René Ghaleb)
Reprise : samedi 13 septembre 2025

LA TRIBU DU VERBE



THÉÂTRE

Association théâtrale qui propose différents ateliers tous publics :

- ▶ La Tribu des Canailles I - théâtre enfants (6/9 ans) : **jeudi, de 17h45 à 19h15 (poly 1)**
- ▶ La Tribu des Canailles II - théâtre enfants (9/12 ans) : **mardi, de 17h45 à 19h30 (poly 1)**
- ▶ La Tribu des Très-Tôt - atelier théâtre ados (12/17 ans) : **jeudi, de 19h30 à 21h30 (poly 1)**
- ▶ Atelier de lecture-écriture (adultes) : **mercredi, de 18h15 à 20h15 (activité 2)**
- ▶ Atelier de théâtre (adultes) : **mercredi, de 20h15 à 22h15 (poly 2) - 1 samedi sur 2, de 14h à 18h (poly 1)**
- ▶ Atelier d'improvisation adultes : **jeudi, de 20h15 à 22h15 (poly 2)**

Les horaires et les jours des ateliers sont susceptibles d'être modifiés pour répondre au mieux aux attentes des participants.

Reprise : mardi 9 septembre 2025

+ d'infos : ☎ 06 20 00 36 94 - ☎ 06 61 83 12 09
latribuduverbe94@gmail.com - www.la-tribu-du-verbe.fr

LE MONDE D'ADRIANO

ADRIANO

Le Monde d'Adriano est une association dédiée aux enfants et aux adolescents présentant des troubles autistiques ou en situation de handicap.

“Nous permettons à ces personnes extraordinaires de se divertir via des jeux ludiques, des ateliers manuels et des activités sportives. Nous organisons également des sorties en compagnie de leurs parents. Tout au long de l'année, nous participons à certains événements de la ville de Thiais comme l'arbre et le Marché de Noël, la fête Mondiale du Jeu ou le Carnaval. Le Monde d'Adriano, c'est également pour les parents de ces enfants, un moment d'échange, de partage et de détente.”



**Mercredi, de 15h30 à 17h30 (salles d'activités 1 & 2, salle polyvalente 2)
+ d'infos : Stéphanie Carreira, Présidente de l'association - ☎ 06 80 17 01 36
www.facebook.com/Lemondedadriano
Courriel : lemondedadriano@gmail.com**

Reprise : mercredi 17 septembre 2025



COMITÉ DE COORDINATION DES ACTIVITÉS THIAISIENNES

CCAT

Le **Comité de Coordination des Activités Thiaisiennes** (CCAT) propose des ateliers d'expression artistique animés par Solène Bellaghech qui permettent de découvrir la peinture et le dessin tout en développant sa créativité à partir d'un thème, d'un artiste ou d'un tableau.

**Jeudi de 18h15 à 19h30 : 6-11 ans (salle des Arts)
Vendredi de 19h à 21h : 11-17 ans, ados et adultes (salle activité 2)
Samedi de 10h à 12h : adultes (salle des Arts)
+ d'infos : www.ccat94.fr - thiais.ccat@gmail.com - ☎ 01 48 92 42 95
Reprise : vendredi 3 octobre 2025**





BALOU

LES ATELIERS DE BALOU (salles activités 1, 2, secteur enfance, salle des Arts, et polyvalente 2)

Les ateliers de Balou proposent des activités pour toute la famille !

- ▶ **Des ateliers sportifs** : gym relaxante antistress, **mardi de 20h30 à 21h30** et **jeudi de 10h à 11h**.
- ▶ **Des ateliers manuels** : initiation à la couture, couture, patchwork, travaux d'aiguilles, créa-carnaval (costumes et décors), ateliers manuels enfants, ateliers cuisine et pâtisserie (vacances).
- ▶ **Des ateliers lecture** pour enfants.
- ▶ **Des ateliers éducatifs** : aide aux devoirs (élémentaire et collège), aide en mathématiques (collège et lycée), aide en français, aide à la parentalité, alphabétisation et cours de français adultes, bibliothèque enfants et adultes (**+ de 2 500 livres à votre disposition gratuitement**), atelier contes et lectures.
- ▶ **Des ateliers conviviaux et festifs** : café détente et jeux de carte, fête des familles, Futsal, réunion santé bien-être, Carnaval de Thiais et bien d'autres festivités tout au long de l'année... Chacune de ces activités et festivités nécessite de l'aide de la part de bénévoles. Les petits CP, CE1, CE2 ont besoin de lectures individuelles. **N'hésitez pas à vous faire connaître !**

+ d'infos : 📞 06 73 73 20 66 - lesateliersdebalou@gmail.com

<https://fr-fr.facebook.com/lesateliersdebalou>

Reprise : mardi 2 septembre 2025

CLUB D'ANIMATION DES JEUNES DE THIAIS

Le **Club d'Animation des Jeunes de Thiais** (CAJT) assure des permanences à l'espace municipal Grignon, cinq fois dans l'année avant les vacances scolaires, pour l'inscription aux activités des **11/17 ans**.



Le Club d'Animation des Jeunes de Thiais (CAJT) propose un stage d'anglais et de réussite scolaire (en français et mathématiques) par un professeur des écoles, destiné aux primaires et collégiens lors des vacances scolaires : du lundi 23 au vendredi 27 février 2026, et du lundi 20 au vendredi 24 avril 2026.

Stage d'anglais (primaires) : 9h30/10h30 - Stage d'anglais (collégiens) :

10h30/12h - Réussite scolaire (primaires) : 14h/15h30 - Réussite scolaire (collégiens) : 15h30/17h. (salle de permanence municipale). Les Inscriptions se dérouleront de 18h à 19h30, mercredi 18 février 2026 pour les vacances d'hiver 2026 et mercredi 15 avril 2026 pour les celles de Printemps 2026. Tarif : 10 € la semaine (présence obligatoire les 5 jours).

Mercredi avant chaque période de vacances scolaires, de 18h à 19h30

Vacances de Toussaint 2025 : mercredi 15 octobre 2025

Vacances de Noël 2025 : mercredi 17 décembre 2025

Vacances d'hiver 2026 : mercredi 18 février 2026

Vacances de printemps 2026 : mercredi 15 avril 2026

Vacances d'été 2026 : mercredi 1^{er} juillet 2026

+ d'infos : ☎ 01 48 53 80 91 - www.cajt.fr

CAJT





app thiais

ville-thiais.fr

villethiais

villedethiais

ESPACE MUNICIPAL GRIGNON 10 RUE MARCEL DADI • 94321 THIAIS CEDEX

☎ 01 48 52 46 77

accueil.espacegrignon@ville-thiais.fr

www.ville-thiais.fr

Rédaction • Ville de Thiais

Photos • Ville de Thiais - Adobe Stock - La Tribu Du Verbe - Le Monde d'Adriano - Les ateliers de Balou

Impression • Imprimerie RAS/Villiers-le-Bel - ☎ 01 39 33 01 01 - www.imprimerie-ras.com

Tirage • Ce document, édité en août 2025, a été imprimé à 4 000 exemplaires



PEFC recyclé

Ce produit est
issu de sources
recyclées et
contrôlées.

PEFC
10-31-1300

pefc-france.org



PERMANENCES DE MÉDIATIONS FAMILIALES à destination des familles proposées par



- Accompagner**
les personnes, les couples,
les familles dans l'évolution
de leur vie affective, sexuelle
et sociale, dans le respect de
chacun.
- Prévenir**
les dysfonctionnements
familiaux, leurs conséquences
auprès des parents comme
des enfants.
- Favoriser**
le maintien des relations
de l'enfant avec chacun de
ses parents en cas de sépara-
tion du couple ou de recom-
position familiale.



Permanence
le jeudi de 9h15 à 12h00
Espace Municipal Grignon
(10 rue Marcel Dadi)



Les permanences animées par
une médiatrice familiale ont
pour objectifs :

- restaurer et préserver les liens
familiaux (couples, fratries, inter-
générationnel...) en cas de conflit
et accompagner les personnes
en conflit vers un accord durable
et mutuellement acceptable.
- permettre l'intervention dans
la famille d'une tierce personne,
impartiale et qualifiée, tenue à la
plus stricte confidentialité.



+ d'infos & prise de rendez-vous :
☎ 01 42 07 49 74 - contact@apce94.fr