

Octobre 2026

LOISIRS POUR TOUS... PROGRAMME DES MERCREDIS

07/10

Ateliers parents/enfants

- 10:00 - 12:00
- Dessin en famille (à partir de 5 ans)
 - Jeux en famille à la Ludothèque
 - Cuisine en famille (à partir de 3 ans)
 - Parcours de motricité et découvertes sensorielles
 - Atelier yukulélé parents/enfants (de 3 mois à 4 ans)



Le programme de la MASS ici : <https://lafertesaintaubin.fr/que-faire-a-la-ferte/maison-de-lanimation-sociale-et-de-la-solidarite-mass/mass/>

14/10

Parcours de motricité Ufobaby

- 9:00 - 10:15
0/3 ans
- 10:30 - 12:00
3/6 ans
- Ramper, grimper, sauter, explorer : un parcours de motricité à partager en famille !



Animé par l'UFOLEP



<https://www.ufolep.org/>

14/10

Semaine bleue



- 14:00 - 16:00
- Atelier artistique autour de la peinture pour la création d'une fresque intergénérationnelle collective



Empreintes, traces et liens...

Quoi de neuf à la MASS ?



PROGRAMME DES VACANCES



Halloween s'installe à la MASS pour les vacances !!

Cuisine de sorcier, visite de château, grignotage, potion magique...

Détail du programme ici :
<https://lafertesaintaubin.fr/que-faire-a-la-ferte/maison-de-lanimation-sociale-et-de-la-solidarite-mass/mass/>



SEMAINE DE LA PARENTALITÉ

• Mercredi 7 octobre de 10h à 12h :

Ateliers parents/enfants :

- Dessin en famille à partir de 5 ans (Loisirs pour Tous)
- Jeux en famille à la ludothèque
- Cuisine en famille à partir de 3 ans
- Parcours de motricité et découvertes sensorielles (RPE)
- Atelier yukulélé parents/enfants de 3 mois à 4 ans (l'atelier des Castors)



• Samedi 10 octobre de 9h30 à 12h30 :

Animé par Mandy FAVREL, accompagnante parentalité

- 9h30-11h : Conférence interactive : Les besoins physiologiques des enfants et des parents. (accès libre)
- 11h-12h30 : Atelier Les rituels familiaux comme leviers de sécurité et de lien.



• Mercredi 14 octobre à partir de 9h, de 0 à 3 ans et à partir de 10h30, de 3 à 6 ans :

Animé par l'UFOLEP

Ramper, grimper, sauter, explorer : un parcours de motricité à partager en famille !



• Jeudi 29 octobre entre 14h et 17h :

Ateliers du zen de la Ludothèque dès 5 ans.

Parents-enfants : faites une pause zen à la ludothèque !



Inscription obligatoire au 02.38.64.61.36 ou mass@lafertesaintaubin.fr
Maison de L'Animation Sociale et de la Solidarité
45, rue Hyppolyte Martin - 45240 La Ferté Saint-Aubin



JEUX DU VENDREDI

Le temps de jeux proposé le vendredi après-midi est ouvert à tous les adultes ! Plus de question d'âge, venez partager un moment ludique autour du scrabble, rummikub, qwirkle, skip-bo... et tester de nouveaux jeux !



Les vendredis 2, 9, 16, 23 et 30 octobre de 13h30 à 16h15



MAISON DE L'ANIMATION SOCIALE ET DE LA SOLIDARITÉ
02 38 64 61 36 - MASS@LAFERTESAINTAUBIN.FR





“ACTUS
CCAS”



SEMAINE BLEUE DU 5 AU 17 OCTOBRE

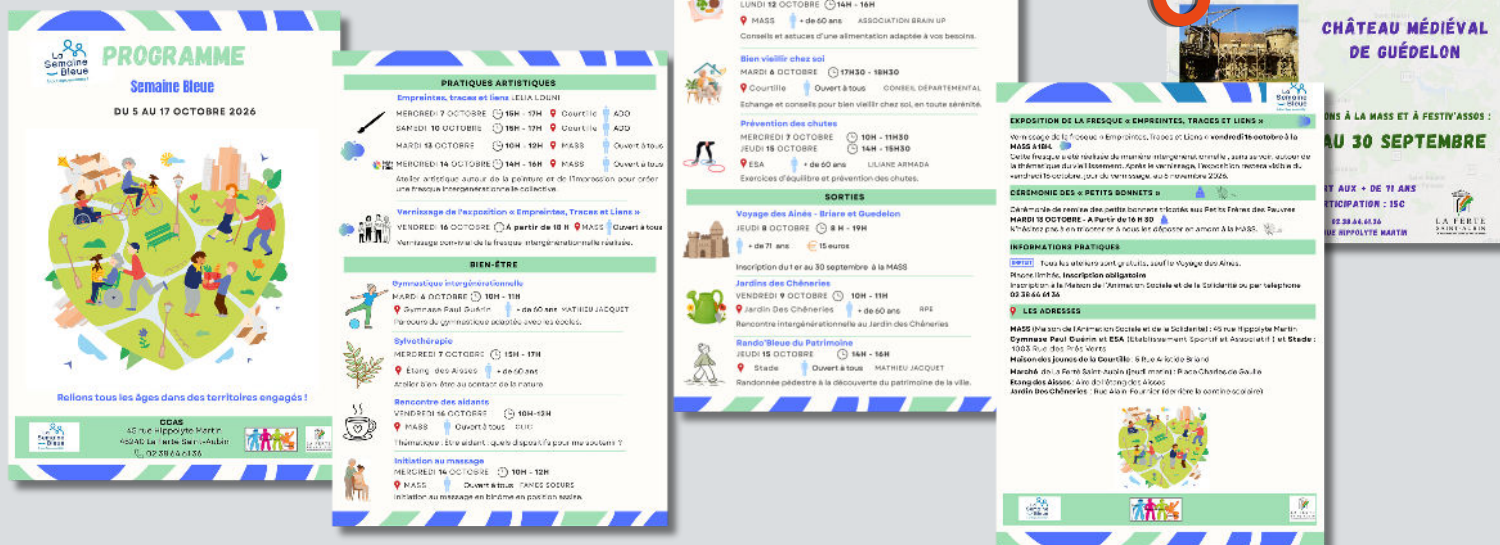
« Relions tous les âges dans des territoires engagés ! »

Deux semaines proposées par le CCAS, la MASS, La Courtille (Maison des Jeunes) et ses partenaires... Pour se retrouver, partager et sensibiliser aux enjeux du vieillissement et aux liens entre les générations !

Ateliers artistiques et vernissage de l'œuvre • Prévention des chutes • Bien vieillir chez soi • Rencontre des aidants • Sylvothérapie • Équilibre alimentaire • Massage • Gymnastique intergénérationnelle • Randonnée ... et plein d'autres activités !

GRATUIT !
PLACES TRÈS LIMITÉES !

Inscriptions au 02 38 64 61 36



Programme complet : <https://lafertesaintaubin.fr/mes-services/centre-communaldaction-sociale-ccas/personnes-agees-personnes-en-situation-de-handicap/>

PRENDRE SOIN DE SOI PAR L'ALIMENTATION

L'équilibre alimentaire et le plaisir de manger !

Une conférence et 6 séances pour échanger, découvrir des conseils et astuces autour d'une alimentation adaptée à vos besoins, avec une diététicienne.

Conférence : lundi 28 septembre 2026

Séances : les lundis 5, 12, 19 et 26 octobre, 2 et 9 novembre 2026

De 14h à 16h

ATELIER GRATUIT !
Pour les personnes de 60 ans et plus
MASS – 45 rue Hippolyte-Martin
02 38 64 61 36
Inscription et renseignements auprès de la MASS.



HANDI SOUTIEN45

Vous êtes concernés par le handicap, aidants, proches,... venez rencontrer les membres de l'association Handi'soutien 45, à la **MASS**, pour échanger sur votre situation, trouver de l'aide dans vos démarches administratives, ou pour une simple écoute...

Permanence Vendredi 16 octobre de 14h à 16h à la MASS

L'association est également joignable en dehors de la permanence par mail ou téléphone.

Plus d'infos : <https://handisoutien45.fr/> 06.60.14.29.27



MAISON DE L'ANIMATION SOCIALE ET DE LA SOLIDARITÉ
02 38 64 61 36 - MASS@LAFERTESAINTAUBIN.FR

