

VOS ATELIERS JUILLET 2022



	<p>Atelier équilibre de 14h00 à 16h00 Être en bonne santé passe aussi par une activité physique adaptée. Avec les ateliers Équilibre, stimulez votre mobilité et gagnez en autonomie, profitez de conseils et de techniques pour améliorer votre qualité de vie. Tarif : 25€ par participant (les 10 séances) / Maximum : 12 participants</p>	<p>Vendredi 01 juillet 2022 Vendredi 08 juillet 2022</p>
	<p>Bourse aux jouets, vêtements, puériculture de 11h00 à 19h00 Bourse aux loisirs créatifs à la salle polyvalente de Blacourt Videz vos armoires et rangez vos placards, les bourses sont l'occasion de donner une nouvelle vie à vos jouets, vêtements, accessoires... et c'est bon pour la planète d'acheter en 2nde main. Vendez vos créations et/ou achetez à petits prix. Une bonne occasion de vous faire plaisir ou de faire plaisir.</p>	<p>Samedi 02 juillet 2022</p>
	<p>Jeux Ludo-seniors de 14h00 à 16h00 Manipuler, assembler, observer, stimuler et développer le raisonnement....Un moment pour se divertir seul ou en groupe avec des jeux de table variés et quelques autres surdimensionnés Maximum : 8 participants / avec ramassage</p>	<p>Lundi 04 juillet 2022</p>
	<p>Rencontre-information Entr'aïdants « Alimentation et Cholestérol » de 13h45 à 16h30 13h45-15h15 : Un rendez-vous pour ceux qui accompagnent un proche, pour écouter, échanger, partager et ensemble trouver des solutions dans un projet commun. 15h30-16h30 : Visio conférence avec Happy Visio « Prévenir les troubles cardiovasculaires, le cholestérol » pour connaître les rôles joués par l'alimentation et le cholestérol et les adapter pour prévenir l'apparition de ces troubles, ainsi que d' autres techniques naturelles complémentaires. Maximum : 8 participants</p>	<p>Jeudi 07 juillet 2022</p>
	<p>Café numérique de 16h00 à 18h00 Comment joindre l'utile à l'agréable ? Voici une idée : le café numérique. Profitez d'un moment de détente en compagnie d'un animateur pour enrichir votre culture numérique, trouver réponse à vos questionnements ou faire des découvertes. Dès 10 ans, pour débutants comme confirmés (si vous êtes néophytes, nous vous proposons de suivre nos cours en parallèle). A partir de 12 ans - Maximum : 10 participants</p>	<p>Vendredi 08 juillet 2022 Vendredi 22 juillet 2022</p>
	<p>Sortie en famille au Tréport de 9h30 à 21h00 Envie de voir la mer et de passer un moment agréable, venez nous rejoindre pour cette sortie en bord de mer. A faire en famille pour encore plus de plaisir... Tarif : 5€ ou 10€ par participant-Maximum : 50 participants / départ du Centre Social</p>	<p>Samedi 09 juillet 2022</p>
	<p>Sortie en famille au Parc Astérix de 9h30 à 21h00 Parc d'attraction pour toute la famille Tarif : 10€/30€/40€ par participant-Maximum : 50 participants / départ du Centre Social</p>	<p>Mardi 12 juillet 2022</p>
	<p>Rencontres intergénérationnelles de 14h00 à 16h30 Temps d'échange et de partage avec les enfants de l'ALSH de Ons en Bray et de Lachapelle aux Pot suivi d'un goûter Maximum : 5 participants / avec ramassage</p>	<p>Mercredi 13 juillet 2022 Mercredi 27 juillet 2022</p>
	<p>Ludothèque / Récréa-jeu à 14h00 Le temps d'un après-midi, la médiathèque se transforme en espace de jeux. Découvrez à chaque séance un nouveau jeu, relevez des défis par équipes ou jouez en famille ou entre amis. Bien sûr, vous pouvez aussi amener vos propres jeux ! De 0 à 99 ans et plus ! - Maximum : 10 joueurs</p>	<p>Mercredi 13 juillet 2022</p>
	<p>Atelier Bougeons ensemble de 14h00 à 16h00 Pratiquer une activité physique joue un rôle essentiel pour notre santé. Bougeons ensemble pour renforcer nos capacités musculaires, pour travailler notre souplesse tout en douceur, mais aussi pour se retrouver et passer un bon moment. Maximum : 10 participants / avec ramassage</p>	<p>Lundi 18 juillet 2022</p>
	<p>Respiron, bougeons et marchons ensemble de 14h00 à 16h30 Une marche tranquille dans les bois du Coudray St Germer pour préserver notre capital santé et respirer le bon air de la forêt de Thelle. Prévoir collation - Maximum : 10 participants</p>	<p>Mercredi 20 juillet 2022</p>

Renseignements et inscriptions :

Centre Social Rural Intercommunal « François Maillard »
4, rue des écoles - 60850 LE COUDRAY SAINT GERMER
Cotisation au Centre Social Rural : 5€/an (de sept. à août)
☎ : 03.44.81.83.00
✉ : csr.francois.maillard@wanadoo.fr

Mise en place de certains ateliers sous réserve du protocole sanitaire en vigueur. Attention le pass sanitaire pourra être exigé.

LE CONSEIL
DÉPARTEMENTAL S'ENGAGE
POUR LES SÉNIORS



COMPOSITION DE LA CONFÉRENCE DES FINANCEURS :

Membres de droit



Membres experts





VOS ATELIERS JUILLET 2022



	<p>Sortie au marché de Gournay en Bray de 9h00 à 12h00 Pour sortir de chez soi, acheter des produits frais de saison et créer des liens Tarif : 3€ par participant / Maximum : 8 participants / 🚗 avec ramassage</p>	Mardi 26 juillet 2022
	<p>Accueils de Loisirs Accueil des enfants de 3 à 11 ans dans les communes de Cuigy en Bray, Labosse, Lachapelle aux Pots, Ons en Bray et St Germer de Fly. Tarif en fonction des revenus et de la commune de résidence * Uniquement à St Germer de Fly</p>	Du 08 au 29 juillet 2022 Du 01 au 31 août 2022*
	<p>Animation jeunesse Pour les jeunes de 11 à 17 ans. Au programme : des sorties, des animations de rue, des actions citoyennes et solidaires, un atelier graff ...</p>	Du 04 au 29 juillet 2022
	<p>Transport solidaire Rendez-vous médicaux ou administratifs, ateliers collectifs ...</p>	Renseignez-vous
	<p>Ateliers numériques Seniors connectés et médiation numérique pour tous : lutter contre la fracture numérique des personnes âgées de 60 ans et + mais aussi à destination de toute la famille.</p>	Renseignez-vous
	<p>Visites de convivialité au domicile des seniors Visites de convivialité sur RV : promenades, jeux de société, moments partagés autour d'un thé ou d'un café, échanges ...</p>	Renseignez-vous
	<p>Envie de partager, d'accompagner, de s'investir ... devenez bénévole Tout le monde peut devenir bénévole, et c'est bien plus simple qu'on ne le pense Devenez bénévole au Centre Social Rural (visites de convivialité, transport solidaire...)</p>	Renseignez-vous
	<p>Allo Courses Vous n'avez pas de moyen de transport, le Centre Social vous propose un moyen collectif pour aller faire vos courses les 2èmes et 3èmes mardis du mois Tarif : 3€ par participant / Maximum : 8 participants</p>	Renseignez-vous
	<p>La Maison France Services Du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30 - Sur Rendez-Vous Vous cherchez des informations, vous souhaitez effectuer des démarches par internet, nous pouvons répondre à vos attentes et vous permettre d'accéder à une large palette de services : aide, écoute et accompagnement de qualité dans vos démarches de la vie quotidienne (prestations sociales, prévention santé, accès aux droits, mobilité, vie associative ...). Au Centre Social mais aussi au plus proche de vous, dans les Agences Postales Communales de : Talmontiers, le Mercredi de 9h00 à 12h00 Ons en Bray, le Jeudi de 8h45 à 11h45 Saint Germer de Fly, le Vendredi de 9h00 à 12h00</p>	Renseignez-vous
	<p>L'Agence Postale Communale Le lundi et jeudi de 13h30 à 17h30 Le mardi et vendredi de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30 Pour acheter des timbres, des enveloppes prêt-à-poster, des emballages pour vos colis, des services de réexpédition ou de garde du courrier, Pour déposer vos lettres et colis, pour retirer vos lettres recommandées et vos colis, pour effectuer des opérations financières de dépannage (retrait d'espèces, transmission de versement d'espèces) ...</p>	Renseignez-vous

Renseignements et inscriptions :

Centre Social Rural Intercommunal « François Maillard »
 4, rue des écoles - 60850 LE COUDRAY SAINT GERMER
 Cotisation au Centre Social Rural : 5€/an (de sept. à août)
 ☎ : 03.44.81.83.00
 * : csr.francois.maillard@wanadoo.fr

Mise en place de certains ateliers sous réserve du protocole sanitaire en vigueur.
Attention le pass sanitaire pourra être exigé.

LE CONSEIL DÉPARTEMENTAL S'ENGAGE POUR LES SÉNIORS




COMPOSITION DE LA CONFÉRENCE DES FINANCIERS :

Membres de droit



Membres experts

