

VOS ATELIERS

NOVEMBRE 2022



| | | |
|--|---|--|
| | <p>Activités ludiques pour apprendre (C.L.A.S) de 16h30 à 19h00 C'est un accompagnement en famille pour : apprendre autrement, développer la confiance en soi, favoriser l'ouverture culturelle et faciliter les liens avec l'école grâce à des temps d'échanges, des activités ludiques (ces drôles de bêtes que l'on nomme « insectes ») et des sorties culturelles Maximum : 10 participants</p> | <p>Mardi 08 novembre 2022 Mardi 15 novembre 2022 Mardi 22 novembre 2022 Mardi 29 novembre 2022</p> |
| | <p>Atelier « Village miniature de Noël » de 10h00 à 12h00 Un atelier de 10 séances pour réaliser un village miniature de Noël (maisonnettes en bois d'allumette dans un décor à créer tous ensemble). En visio si les travaux ne permettent pas l'accueil du public. Tout public Maximum : 10 participants</p> | <p>Mercredi 02 novembre 2022 Mercredi 16 novembre 2022 Mercredi 23 novembre 2022 Mercredi 30 novembre 2022</p> |
| | <p>Bougeons Ensemble de 14h00 à 16h00 à la salle des fêtes de Talmontiers 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>Jeudi 03 novembre 2022</p> |
| | <p>Atelier « Equilibre alimentaire et plaisir de bien manger » de 14h00 à 16h00 avec l'association Brain Up à la salle des fêtes du Coudray Une alimentation variée et équilibrée pour rester en forme et se maintenir en bonne santé. Du 31/10/2022 au 28/11/2022. 5 séances : 5€ / Maximum 12 personnes. Minimum 8 personnes</p> | <p>Lundi 07 novembre 2022 Lundi 14 novembre 2022 Lundi 21 novembre 2022 Lundi 28 novembre 2022</p> |
| | <p>Ateliers Loisirs Créatifs de 14h00 à 17h00 à la salle des fêtes du Coudray Venez pratiquer l'activité manuelle de votre choix (tricot, couture, bijoux ...) Temps d'échanges dans la détente et la bonne humeur. 10€ de septembre à juin</p> | <p>Mardi 08 novembre 2022 Mardi 22 novembre 2022</p> |
| | <p>Ludothèque / Récréa-jeu de 15h00 à 17h00 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 09 novembre 2022</p> |
| | <p>Sortie à la recyclerie de la Chapelle aux Pots de 14h00 à 15h30 Pour profiter de bonnes occasions et acheter à moindre coût Maximum : 8 participants / 🚗 - avec ramassage</p> | <p>Mardi 15 novembre 2022</p> |
| | <p>Atelier Théâtre d'improvisation de 14h00 à 15h30 à Ons en Bray avec l'association Tespascap 60. Rencontre intergénérationnelle avec les enfants de l'ALSH : Un jeu de théâtre entre les adultes et les enfants pour créer, partager, rire et passer un bon moment . Maximum : 6 participants / 🚗 - avec ramassage</p> | <p>Mercredi 16 novembre 2022</p> |
| | <p>Atelier « Maisonnettes en bois d'allumette » de 15h00 à 17h00 Initiez-vous au modélisme en réalisant une maison miniature en bois d'allumette. Et si vous le souhaitez, votre création pourra prendre place dans le village de Noël (voir atelier « village miniature de Noël »). Tout public Maximum : 10 participants</p> | <p>Mercredi 16 novembre 2022</p> |
| | <p>Gym Activités Physiques Adaptées (et Equilibre) de 13h30 à 14h30 avec Valentin, professionnel en STAPS. La santé passe par de l'Activité Physique Adaptée. Faire de la Gym contribue non seulement à l'amélioration de sa condition physique mais aussi génère du bien-être, en harmonisation avec vous-même. 25€ les 12 séances (du 16/09/2022 au 16/12/2022) - Maximum 12 participants</p> | <p>Vendredi 18 novembre 2022 Vendredi 25 novembre 2022</p> |
| | <p>Jeux Ludo-Séniors (et de société) de 14h00 à 16h00 à Cuigy en Bray (algeco à gauche de salle des fêtes) Jouer, 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>Mercredi 23 novembre 2022</p> |

Renseignements et inscriptions :

Centre Social Rural Intercommunal « François Maillard » 4 rue des écoles 60 850 Le Coudray St Germer

☎ : 03.44.81.83.00 * : csr.francois.maillard@wanadoo.fr



VOS ATELIERS NOVEMBRE 2022



| | | |
|--|--|---|
| | <p>Atelier « boîte à contes » de 15h00 à 17h00 Une boîte, des baguettes, des silhouettes, quelques décors et un peu de créativité... devenez metteur en scène et racontez-nous les plus grands contes traditionnels. Note : venir avec une boîte en carton (boîte à chaussures ou équivalent) Tout public Maximum : 10 participants</p> | <p>Mercredi 23 novembre 2022</p> |
| | <p>Initiation au crochet de 14h00 à 16h30 Envie d'apprendre le crochet et faire de jolies ouvrages ? Jacqueline et Marie Hélène vous propose de créer une écharpe ou un snood de manière ludique et en toute convivialité. Tarif : les 2 séances-3€ par participant / Maximum 8 participants / - avec ramassage</p> | <p>Jeudi 24 novembre 2022 Jeudi 01 décembre 2022</p> |
| | <p>Café numérique de 17h30 à 19h00 Nouvelle formule pour le café numérique : une fois par mois, nous aborderons ensemble un thème particulier. La cybermalveillance, qu'est-ce que c'est, comment s'en protéger, que faire si l'on se fait piéger ... Tout public Maximum : 15 participants</p> | <p>Vendredi 25 novembre 2022</p> |
| | <p>Festival « Contes d'automne » de 20h00 à 21h00 En partenariat avec la Médiathèque départementale de l'Oise, la Médiathèque et le Centre Social vous proposent « Contes orientaux » un spectacle conté et mis en musique par Arnaud Redon. Note : se présenter 15 minutes avant le début du spectacle Dès 5 ans Maximum : 100 participants à la salle des fêtes du Coudray St Germer</p> | <p>Vendredi 25 novembre 2022</p> |
| | <p>Atelier « du numérique au jardinage » de 9h30 à 11h30 2e et 4e samedi du mois de septembre 2022 à juillet 2023 Apprenez à utiliser l'outil numérique dans votre quotidien : faire des recherches, envoyer des mails, tenir un budget, gérer ses photos... Pour cela, nous vous proposons un objectif : réaliser un jardin collectif en permaculture. Prêt(e) à relever le défi ? A partir de 7 ans Maximum : 15-20 participants</p> | <p>Samedi 26 novembre 2022</p> |
| | <p>Sortie au marché de Gournay en Bray de 9h00 à 12h00 A la rencontre des producteurs locaux pour acheter des produits frais, manger sainement et créer des liens. Tarif : 3€ par participant / Maximum : 8 participants / - avec ramassage</p> | <p>Mardi 29 novembre 2022</p> |
| | <p>Transport solidaire Rendez-vous médicaux ou administratifs, ateliers collectifs ...</p> | <p>Renseignez-vous</p> |
| | <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> | <p>Renseignez-vous</p> |
| | <p>Ateliers numériques (hors vacances scolaires) Au cours d'ateliers collectifs, à destination de toute la famille, venez vous familiariser ou vous perfectionner dans l'usage du numérique au quotidien. - Ateliers PC confirmés à Talmontiers les lundis de 10h00 à 11h30 (07, 14, 21 et 28/11/22) - Ateliers PC débutants à Talmontiers les lundis de 13h15 à 14h45 (07, 14, 21 et 28/11/22) - Ateliers Tablette à St Germer de Fly les lundis de 15h30 à 17h00 (07, 14, 21 et 28/11/22) - Ateliers PC confirmés au Centre Social les mardis de 13h30 à 15h00 (08, 15, 22, 29/11/22)* - Ateliers PC débutants au Centre Social les jeudis de 10h00 à 11h30 (10, 17, 24/11/22)* *A confirmer selon avancée des travaux</p> | <p>Renseignez-vous</p> |
| | <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> | <p>Renseignez-vous</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

