



OISE

SENIORS

PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE

CENTRE SOCIAL RURAL DU VEXIN-THELLE

PROGRAMME d'animations TERRITORIALES



JANVIER
MARS

2021

LE CONSEIL
DÉPARTEMENTAL S'ENGAGE
POUR LES SÉNIORS



COMPOSITION DE LA CONFÉRENCE DES FINANCEURS :

Membres de droit



Membres experts



Avec le partenariat financier de
la Caisse Nationale de Solidarité pour
l'Autonomie (CNSA)

Selon la situation sanitaire, les animations se dérouleront au Centre Social Rural du Vexin-Thelle ou en visioconférence.

ATELIER COUTURE DU 11 JANVIER AU 22 MARS

de 14h
à 16h30

Venez partager un moment agréable autour de la couture avec un programme diversifié d'ateliers. Entraide, bonne humeur et partage seront au rendez-vous !

Inscription à la séance

2€

3€

LE LUNDI :

11 JANVIER

Vide poche

25 JANVIER

Corbeille en tissu

8 FÉVRIER

Lingettes démaquillantes et son pochon

15 FÉVRIER

Pochette rectangulaire

8 MARS

Lapin de Pâques

22 MARS

Oufs de Pâques décoratifs

ATELIER MÉDIATION ANIMAL «Quand les animaux nous font du bien»

de 14h
à 15h

LES LUNDIS

1ER MARS

15 MARS

29 MARS

Approche innovante permettant de donner un effet positif sur le plan psychique et social afin de ressentir un mieux-être, de la détente et du partage.

Inscription à la séance et uniquement en présentiel

2€

3€

ATELIER PEINTURE SUR PORCELAINE

de 10h
à 11h30

LES LUNDIS
DU 4 JANVIER AU 29 MARS

Venez partager un moment artistique et convivial, où l'inspiration et la créativité seront les maîtres mots.

5€

6.5€

ATELIER JEUX DE SOCIÉTÉ

de 14h
à 15h30

LES MARDIS
DU 5 JANVIER AU 30 MARS

Un atelier propice aux fous rires, où la stratégie et la complicité seront de mise.

DU 5 JANVIER
AU 2 FÉVRIER

Jeux d'observation
(Le Lynx, le Dobble, le Dixit...)

DU 9 FÉVRIER AU
30 MARS

Jeux de stratégie (The Island, Labyrinthe, Mystérium...)

Inscription à la session

5€

6.5€

ATELIER DICTÉE/CALCUL MENTAL/QUIZZ

de 14h
à 15h30

LES JEUDIS
DU 7 JANVIER AU 25 MARS

Dictée :

7 JANVIER

28 JANVIER

18 FÉVRIER

QUIZZ

Calcul mental :

14 JANVIER

4 FÉVRIER

11 MARS

Quizz culture générale :

21 JANVIER

11 FÉVRIER

18 MARS

ATELIER SÉCURITÉ ROUTIÈRE

de 10h
à 11h30

LES MARDIS
DU 12 JANVIER AU 9 FÉVRIER
bilan le 9 mars

Cet atelier vous permettra de faire le point sur la réglementation en vigueur et d'analyser des situations à risques sur la route.

5€

6.5€



ATELIER BIEN ÊTRE AUTO-MASSAGE

de 10h
à 11h

LE MERCREDI
DU 6 JANVIER AU 31 MARS

En une dizaine de gestes simples à faire soi-même, venez libérer les tensions musculaires et offrez vous un moment de bien-être.

5€

6.5€

Inscription à la séance

2€

3€

Tarifs pour les résidents des communes de la Communauté de Communes du Vexin-Thelle

Tarifs pour les résidents des communes extérieures à la Communauté de Communes du Vexin-Thelle

ATELIER «LA RECETTE DU JOUR»

de 10h
à 12h

LES VENDREDIS
DU 8 JANVIER AU 26 MARS

Des recettes respectants l'équilibre alimentaire pour des gourmands gourmets, désireux de partager un moment convivial.

Inscription à la séance

2€

3€



PROMENADE GUIDÉE DE LAVILLETERTRE

De 14h
à 17h

MERCREDI 31 MARS

Venez découvrir ou redécouvrir le paysage de Lavillettertre avec «La communauté des Chemins» qui partagera leur passion lors de cette promenade nature et culture

5€

6.5€



Selon l'évolution de la situation sanitaire, des sorties pourront être programmées ultérieurement.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Pour la sécurité de tous, les consignes sanitaires en vigueur seront appliquées.



- Les animations sont prioritairement réservées aux habitants de plus de 60 ans.
- L'inscription vaut comme engagement à participer à l'ensemble des séances de l'atelier.
- Dans un premier temps, les inscriptions aux activités seront limitées pour permettre à un maximum de personnes d'en bénéficier.
- L'inscription est validée dès que le règlement est effectué. Il doit se faire dans les 5 jours suivant l'inscription. Sauf pour des raisons médicales, aucun remboursement ne sera possible.
- Pour l'ensemble des ateliers, un transport est possible.

(Les animations sont susceptibles d'être modifiées, sous réserve des directives gouvernementales).

**Inscriptions à partir du
15 décembre 2020
au Centre Social Rural
du Vexin-Thelle**

Centre Social Rural du Vexin-Thelle
23 rue de la république,
60240 Chaumont-en-Vexin
03 44 49 01 80/ www.csrvexinthelle.fr
C-S-R@wanadoo.fr