






OCTOBRE 2023

	Une Jacynthe pour la Semaine Bleue de 10h00 à 12h00 Bleue, Rose ou Blanche, venez planter cette fleur délicate et parfumée dans sa jardinière personnalisée. A l'issue de cet atelier, un rafraîchissement vous sera proposé. En partenariat avec le Service Territorial à l'Autonomie des Personnes /Territoire du Bray Vexin Sablons Thelle. Seniors/max : 10 personnes/Centre Social/ 🚗 -avec navette	Mardi 03 octobre 2023
	Atelier Loisirs Créatifs de 14h00 à 17h00 Venez pratiquer l'activité manuelle de votre choix (tricot, couture, bijoux...) Temps d'échanges dans la détente et la bonne humeur. Seniors-adultes /Centre Social/de septembre à juin/10€	Mardi 03 octobre 2023 Mardi 17 octobre 2023
	Cours d'Anglais collectifs de 14h00 à 15h00 Cours d'anglais pour tous niveaux : apprendre, échanger, partager, parler, découvrir avec Brigitte Lafontaine. Seniors-Adultes/Centre Social/ 10 séances d'octobre à décembre/40€ par pers.	Mardi 03 octobre 2023 Mardi 10 octobre 2023 Mardi 17 octobre 2023
	Bienvenue à la retraite de 10h00 à 12h00 Un programme pour les futurs et jeunes retraités ; pour vivre une retraite sereine et active avec des ateliers ludiques et conviviaux (votre bien être, vos envies et projets, vos dé- marches...). En partenariat avec Néosilver, la CNAV et la Carsat – Max 15 personnes /Centre Social / 7 séances de septembre à novembre / Gratuit	Mercredi 04 octobre 2023 Mercredi 11 octobre 2023
	Atelier bricolage « Noël blanc » de 14h00 à 17h00 Préparons Noël avant l'heure ! Cette année, nous vous proposons de sculpter (armature en grillage recouvert de papier mâché) un décor sur le thème du « Noël blanc ». L'atelier se déroulera sur 8 séances minimum, avec exposition au public le 20 décembre 2023. Famille - à partir de 5 ans max. : 12 personnes médiathèque	Mercredi 04 octobre 2023 Mercredi 18 octobre 2023
	Atelier « L'anglais, un jeu d'enfants » de 16h30 à 17h30 Ateliers parents/enfants pour apprendre l'anglais en famille au travers de jeux et de petits ateliers ludiques de la vie quotidienne. D'octobre à décembre. Parents-Enfants /Centre Social/10 séances /20€ par pers.	Mercredi 04 octobre 2023 Mercredi 11 octobre 2023 Mercredi 18 octobre 2023
	Se perfectionner à la généalogie de 14h00 à 16h00 Un atelier pour approfondir ses connaissances et aller plus loin dans ses recherches. Avec Jean Claude notre passionné d'Histoire et de Généalogie. Seniors /Max : 6 personnes /Centre Social / de septembre à novembre	Judi 05 octobre 2023 Judi 12 octobre 2023 Judi 19 octobre 2023 Judi 26 octobre 2023
	Atelier Sophrologie de 14h00 à 15h00 Pour retrouver une harmonie sur le corps et l'esprit, avec des exercices de respiration, de visualisation, de décontraction musculaire et pour améliorer sa qualité de vie au quotidien. Ateliers animés par Sylvie de SophroSélénite. De octobre 2023 à février 2024 Seniors-Adultes/ Max. : 15 personnes /Centre Social/10 séances/20€ par pers.	Vendredi 6 octobre 2023 Vendredi 20 octobre 2023
	Mercredi Jeux de 14h00 à 16h00 Un après-midi pour jouer et /ou découvrir de nouveaux jeux.; pour se divertir seul ou relever des défis par équipe, en famille et entre amis ; avec des jeux traditionnels, des jeux innovants,des jeux surdimensionnés ou bien avec vos propres jeux. Famille - à partir de 6 ans /Max : 10 personnes / Centre Social / 🚗 -avec navette	Mercredi 11 octobre 2023
	Initiation tricot / crochet de 14h00 à 16h30 Envie de vous initier au tricot et au crochet ? Jacqueline et Marie Hélène vous proposent de vous apprendre à faire de jolis ouvrages de manière ludique et en toute convivialité. Laine et aiguilles non fournies. Possibilité prêt crochet (en fonction des disponibilités). Seniors / Max : 10 pers./Centre Social/de sept. à déc./ 5€ par pers. 🚗 -avec navette	Judi 12 octobre 2023 Judi 26 octobre 2023



OCTOBRE 2023

	<p>Animation « l'œuf » de 10h00 à 11h30 Contes et histoires, petites expériences scientifiques et bricolage créatif autour de l'œuf. Famille - à partir de 3 ans max. : 12 personnes médiathèque</p>	Samedi 14 octobre 2023												
	<p>Atelier Sophrologie Parents-Enfants de 10h30 à 11h30 Venez découvrir les bienfaits de la sophrologie avec votre enfant et vivre un moment de partage privilégié. Chacun, petits et grands repartira avec des outils simples pour mieux vivre à la maison, à l'école, dans les activités ... De octobre 2023 à mars 2024 Parents-Enfants /Centre Social/10 séances /20€ par pers.</p>	Samedi 14 octobre 2023 Samedi 28 octobre 2023												
	<p>Atelier « du numérique au jardinage » de 9h30 à 11h30 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 ? Tout public max. : 15-20 personnes médiathèque</p>	Samedi 14 octobre 2023 Samedi 28 octobre 2023												
	<p>Activités ludiques pour apprendre (C.L.A.S) 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 et des activités ludiques et culturelles. Chaque séance comporte 2 temps forts : temps de devoirs et temps d'activités. Les activités mêlent apprentissage et pratiques ludiques sur le thème « Allo la terre, ici l'espace ! » - De novembre 2023 à juin 2024.</p> <table border="0"> <tr> <td>Au Coudray St Germer</td> <td>le mardi</td> <td>de 17h00 à 19h00</td> </tr> <tr> <td>A Sérifontaine</td> <td>le mercredi</td> <td>de 10h00 à 12h00</td> </tr> <tr> <td>A Labosse</td> <td>le mercredi</td> <td>de 13h00 à 15h00</td> </tr> <tr> <td>À Talmontiers</td> <td>le mercredi</td> <td>de 10h00 à 12h00</td> </tr> </table> <p>A partir du CP/Max. : 10 participants/Gratuit</p>	Au Coudray St Germer	le mardi	de 17h00 à 19h00	A Sérifontaine	le mercredi	de 10h00 à 12h00	A Labosse	le mercredi	de 13h00 à 15h00	À Talmontiers	le mercredi	de 10h00 à 12h00	<p>RÉUNIONS D'INFORMATIONS</p> <p>Centre Social Mardi 17 octobre 2023 De 18h00 à 19h00</p> <p>Salle des fêtes de Talmontiers Mercredi 18 octobre 2023 De 18h00 à 19h00</p> <p>Bibliothèque de Sérifontaine Mercredi 18 octobre 2023 De 18h00 à 19h00</p>
Au Coudray St Germer	le mardi	de 17h00 à 19h00												
A Sérifontaine	le mercredi	de 10h00 à 12h00												
A Labosse	le mercredi	de 13h00 à 15h00												
À Talmontiers	le mercredi	de 10h00 à 12h00												
	<p>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. Seniors/ Max : 12 personnes/Talmontiers et Centre Social</p>	<p>À la salle des fêtes de Talmontiers Jeu 19 octobre 2023 🚗 -avec navette</p> <p>Centre Social Lundi 30 octobre 2023</p>												
	<p>Atelier Cuisine de 10h30 à 16h00 Pour retrouver le plaisir de cuisiner et réapprendre à manger bon et bien. Cette démarche s'adresse aux plus de 60 ans qui auraient perdu le plaisir de cuisiner et qui souhaitent redécouvrir les plaisirs de la table à travers des recettes simples. Une bonne occasion de sortir de chez soi, de faire des rencontres, de remettre la main à la pâte et de partager un bon repas. Avec petits ateliers de sensibilisation sur le « Bien Manger ». A la salle des fêtes du Coudray St Germer. Seniors-Adultes/ Max. : 8 personnes/ 12€ par pers./ 🚗 -avec navette</p>	Mercredi 25 octobre 2023												
	<p>Animation « Sorcières et revenants » de 9h30 à 11h30 Le décor : une bibliothèque hantée... Les personnages : des sorcières et fantômes... Le scénariste : vous ! Tous les ingrédients sont là pour réaliser un mini film d'animation en stop motion (animation image par image) ! Famille - à partir de 7 ans max. : 12 personnes médiathèque</p>	Samedi 28 octobre 2023												
	<p>Sortie au marché de Gournay en Bray de 9h00 à 12h00 A la rencontre de producteurs locaux pour acheter des produits frais de saison et manger sainement. Seniors / Max : 7 pers./ 3€ par pers. 🚗 -avec navette</p>	Mardi 31 octobre 2023												



OCTOBRE 2023



Collecte pour un Noël solidaire

Pour Noël, offrez un cadeau aux plus démunis (enfants, adultes et seniors)! Venez déposer au Centre Social un objet de loisirs (jeu, jouet, livre...), un accessoire chaud (gants, écharpe, bonnet...), un mot doux ou un dessin, un produit de beauté, une douceur et/ou des boîtes vides (style boîte à chaussures). Grâce à la générosité de tous, des boîtes de Noël seront offertes aux personnes isolées. D'octobre à décembre 2023



Ateliers numériques (hors vacances scolaires)

Venez vous familiariser ou vous perfectionner dans l'usage du numérique au quotidien.

- Ateliers initiés à Talmontiers les lundis de 10h00 à 11h30
- Ateliers débutants à Talmontiers les lundis de 13h30 à 15h00
- Ateliers débutants à Labosse les jeudis de 14h00 à 15h30
- Ateliers initiés au Centre Social les mardis de 13h30 à 15h00
- Ateliers débutants au Centre Social les jeudis de 10h00 à 11h30



ACCUEIL DE LOISIRS

ACM - Accueil de Loisirs :

Le Centre Social, en partenariat avec les élus locaux du territoire, organise des ACM sur le territoire. L'équipe d'animation accueille les enfants âgés de 3 à 11 ans et leur propose une palette d'activités variées et complémentaires ; **Tarif** : Barème modulé CAF n°1.

ACM du MERCREDI, à partir du 06 septembre 2023 : Cuigy en Bray (7h00-18h30)

La Bosse (7h00-19h00) - Ons en Bray (7h30-18h30) - St Germer de Fly (7h00-19h00)

ACM VACANCES d'automne du 23/10/2023 au 03/11/2023 : Cuigy en Bray (8h00-18h00)

- La Bosse (7h00-19h00) - Ons en Bray (7h30-18h30) - St Germer de Fly (7h00-19h00)

ACM VACANCES de Noël du 02/01/2024 au 05/01/2024 : La Bosse (7h00-19h00)



ANIMATION JEUNESSE

Les actions jeunesse sur le territoire

Un animateur référent jeunesse propose et anime sur l'ensemble du territoire de la Communauté de Communes des actions de proximité citoyennes et solidaires à destination des jeunes (11/14 et 14-17 ans).

Renseignez-vous



Transport solidaire

Rendez-vous médicaux ou administratifs, ateliers collectifs ...



MONALISA

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 ...



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...)



Espace France Services

Du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30 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 : **Sur Rendez-Vous**

Talmontiers, le mercredi de 9h00 à 12h00

Ons en Bray, le jeudi de 9h00 à 12h00

Saint Germer de Fly, le vendredi de 9h00 à 12h00

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

