



# OISE

# SENIORS

PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE

Centre Social Rural du Vexin-Thelle

**PROGRAMME**  
d'animations  
territoriales



2021

Septembre-Décembre

LE CONSEIL  
DÉPARTEMENTAL S'ENGAGE  
POUR LES SÉNIORS



COMPOSITION DE LA CONFÉRENCE DES FINANCIERS :

Membres de droit



Membres experts



Avec la participation financière de  
la Communauté de Communes pour  
l'Autonomie (CCMA).

## ATELIER SÉCURITÉ ROUTIÈRE

de 10h à 11h30

**LES MARDIS**  
**Du 28 SEPTEMBRE**  
**AU 9 NOVEMBRE**  
**BILAN LE 7 DÉCEMBRE**

### SERANS

-Salle du Prieuré-

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 COUTURE

de 14h à 16h30

**LES LUNDIS**  
**Du 18 OCTOBRE**  
**AU 7 DÉCEMBRE**

**CHAUMONT-EN-VEXIN**  
**-Centre Social Rural-**

(5 séances)

Venez apprendre, créer et transmettre vos connaissances en couture en toute convivialité.

5€

6.5€



## ATELIER CUISINE

de 9h à 13h30

**LE VENDREDI 1ER OCTOBRE**

**MONNEVILLE**

-Salle des fêtes-

Venez concocter et déguster un repas équilibré qui éveillera tous vos sens !

2€

3€

UniLaSalle  
Terre & Sciences



## ATELIERS BRICOLAGE

de 14h à 17h

A l'aide de l'association les P'tits clous, venez bricoler avec des matériaux de récupération !

5€

6.5€



**LE MARDI 12 ET 19 OCTOBRE**

**DELINCOURT**

-Salle polyvalente-

Création d'une lampe de chevet.

**LE MARDI 9 ET 16 NOVEMBRE**

**ERAGNY-SUR-EPTE**

-Salle Allez-

Création d'un nichoir à oiseaux.

## PRÉVENTION DES CHUTES

de 14h à 15h

**LES MERCREDIS**  
**Du 22 SEPTEMBRE**  
**AU 15 DÉCEMBRE**

Test initial et final : 14h-17h

**-LA CORNE EN VEXIN -**

**Salle des fêtes à Boissy-le-Bois**

Vous êtes déjà tombés, vous avez peur de tomber, vous avez des pertes d'équilibre, n'hésitez pas, ce stage est fait pour vous.

5€

6.5€



## DANSE DOUCE

de 10h à 11h

**LES MERCREDIS**  
**Du 17 NOVEMBRE**  
**AU 15 DÉCEMBRE**

**CHAUMONT-EN-VEXIN**  
**-Centre Social Rural-**

Au programme sur un rythme musical : mouvements en tempo, enchainements, chorégraphie et tout ceci dans la détente et la bonne humeur !

5€

6.5€



**CRÉATION D'UNE PIÈCE DE THÉÂTRE**

**Du 2 AU 5 NOVEMBRE**  
**de 14h à 17h**

Accompagné d'une compagnie de théâtre professionnelle, La Ponctuelle, venez créer en toute décontraction un spectacle en groupe (pas d'expérience requise).

**CHAUMONT-EN-VEXIN**  
**-Centre Social Rural-**

5€

6.5€



**PONCTUELLE**

**SPECTACLE CRÉÉ PAR DES HABITANTS**

Gratuit

**LE SAMEDI 6 NOVEMBRE À 14H**  
**AU CENTRE SOCIAL RURAL**

## CONSEILS PRATIQUES PRÉVENTION DES CHUTES

de 10h à 12h

2€

3€



**LE MERCREDI 10 NOVEMBRE**

**CHAUMONT-EN-VEXIN**  
**-Salle des fêtes-**

**LE MERCREDI 8 DÉCEMBRE**

**LE MESNIL THERIBUS**  
**-Salle du conseil-**

## JEUX MÉMOIRE EN MOUVEMENT

de 14h à 15h

**LES JEUDIS**  
**Du 18 NOVEMBRE**  
**AU 16 DÉCEMBRE**

**CHAUMONT-EN-VEXIN**  
**-Centre Social Rural-**

Le corps et l'esprit seront mobilisés lors de ces séances animées par Elise.

5€

6.5€

**« Repenser son logement pour un quotidien adapté »**

**MARDI 23 NOVEMBRE 14h-17h**



Gratuit

**CHAUMONT-EN-VEXIN -Centre Social Rural-**

Visite d'un logement adapté, aménagé dans un « truck », suivi d'un atelier.

LES VENDREDIS DE  
14h à 17h30

5€

6.5€

**GERBEROY**

**VENDREDI 24 SEPTEMBRE**

**BALADE À  
LYONS-LA-FORÊT**

**VENDREDI 22 OCTOBRE**

**LES ÉTANGS DE BAILLEUL  
SUR THERAIN**

**VENDREDI 12 NOVEMBRE**

**AUVERS SUR OISE**

**VENDREDI 26 NOVEMBRE**

**LES ÉTANGS DE DANGU**

**VENDREDI 10 DÉCEMBRE**

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

## 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  
14 septembre 2021  
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](http://www.csrvexinthelle.fr)  
C-S-R@wanadoo.fr