

PROGRAMME *Animations Séniors*

Septembre à
Décembre 2025



EAVS





INSCRIPTIONS

Animations Séniors



Les ateliers sont ouverts à tous les habitants de Longueau de 60 ans et plus.
Modalités d'inscriptions ci-dessous et en dernière page du livret.

→ OÙ S'INSCRIRE ?



Par téléphone pour les ateliers gratuits:
03 65 91 00 66 ou 06 84 05 94 87



Par mail pour les ateliers gratuits:
eavseville-longueau.fr



Au CCAS
pendant les permanences :
le lundi de 9h30 à 12h00 / 14h00 à 17h00



Les inscriptions aux différents ateliers payants
se font uniquement au CCAS sauf lors de la
Porte Ouverte du 15 au 19 septembre à l'EAVS

→ **Retrouvez le CCAS de Longueau sur Facebook !**



● **Espace Animation
& Vie Sociale**
6 place Louis Prot
80330 Longueau
03 65 91 00 66
06 84 05 94 87

● **CCAS de Longueau**
21 rue Louis Prot
80330 Longueau
03 22 50 45 45



9 et 23/09
7, 14, 21 et 28/10
4/11



10h00 à 12h00



EAVS



Dates d'inscriptions en
dernière page du livret



15 places



gratuit pour les 6
ateliers

Brain Up

Séances animées par une
psychologue/neuropsychologue
et par une diététicienne

Mémoire Alimentation

A tout âge la mémoire nous joue des tours. Les oublis du quotidien quoique très souvent bénins sont pris avec dérision ou avec inquiétude.

Pour tous, cela commence par le fléau de notre société contemporaine : le vol de notre attention !

Pourtant la mémoire conserve de très belles capacités au fil des années.

**Curieux ou curieuse de
découvrir cette animation?**



Rendez-vous
le **9 septembre de 10h00 à 12h00** à
l'EAVS pour en savoir plus!

"entrée libre"





Pâtisserie

avec Mélanie



A vos marques, prêts? Pâtissez en binôme!

- *Croustade aux Pommes
- ** Gâteau Nuage Japonais
- *** Tarte Conversation



* 30/09
** 14/10
*** 18/11



14h00 à 16h30



EAVS



Dates d'inscriptions en dernière page du livret



8 places



5€ par atelier



* 26/09
** 24/10



10h30 à 14h30



EAVS



Dates d'inscriptions en dernière page du livret



10 places



10€ par repas



Créa-petite popotte avec Mélanie

Venez partager un bon moment de convivialité autour de la préparation de recettes culinaires.

"Cuisinons et Mangeons Ensemble !!"

Au menu:

* Chausson Grec Epinard Féta et Parmentier de saumon épinard.

** Blanquette de filet mignon de porc aux champignons et tarte aux fruits à la crème de noisette.

Boissons : Soft et Café



Créa - Fleurs

avec Mélanie

Venez profiter d'un moment rien que pour vous autour d'une création florale. Vous serez surpris de voir ce que vous êtes capable de réaliser!

*Tableau en impression végétal

** Composition minimaliste avec une fleur

*** Composition en fleurs séchées



* 24/09
** 7/10
*** 26/11



14h30 à 16h00



EAVS



Dates d'inscriptions en dernière page du livret



8 places



5€ par atelier





SEPTEMBRE À DECEMBRE



*30/09
**10/10
***25/11
****16/12

Créa-produits

avec Marion



10h30 à 11h30
Sauf le 10/10 de
13h30 à 14h30



EAVS



Dates d'inscriptions en
dernière page du livret



10 places



Gratuit pour les 4
ateliers



Venez fabriquer vos propres produits et découvrez les bienfaits du fait-maison au naturel. Les produits sont confectionnés sans conservateurs et sans additifs chimiques.

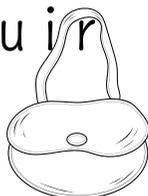
- * Soin 2 en 1 pour pieds de fée
- ** Huile de massage aftersport
- *** Savon végétal surgras karité & amande
- **** Galets effervescents WC menthe citronnée





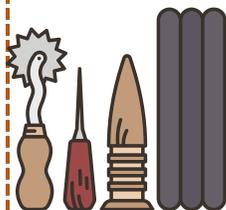
Créa - cuir

avec Mélanie



Le travail du cuir offre une vaste gamme de possibilités créatives, allant des sacs, aux ceintures en passant par le porte-monnaie. Si vous êtes un/une passionné(e) de la maroquinerie ou un artisan en herbe, cet atelier est fait pour vous.

- Réalisation d'une mini chaussure en porte clef.



20, 21 et 22/10



14h30 à 16h30



EAVS



Date d'inscription en dernière page du livret



8 places



5€ pour les 3 ateliers



19/09
17/10
5/11
21/11
19/12



14h30 à 16h00



EAVS



Dates d'inscriptions en dernière page du livret



6 places



Gratuit pour les 5 ateliers

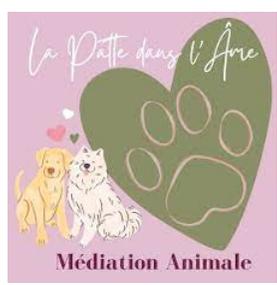
Médiation Animale



C'est une méthode d'intervention basée sur les liens bienfaisants entre les animaux et les humains, à des fins préventives, éducatives ou thérapeutiques.

Une professionnelle encadrera ce moment de bien-être et de détente en compagnie de ses animaux à 4 pattes.

Vous pourrez les chouchouter, les dorloter, les câliner, marcher ou les caresser sans oublier les petites friandises que vous pourrez leur donner.





Créa-bricol

avec Mélanie

Réalisation de A à Z de la fabrication à la customisation !
Un objet décoratif qui illuminera votre intérieur.

- Une lampe lettre LED en résine époxy végétalisée en fleurs séchées.

(alimentation par pile)



9 et 10/12



10h00 à 12h00



EAVS



Dates d'inscriptions en dernière page du livret



8 places



5€ pour les 2 ateliers

ÉVÈNEMENT

"EAVS"

GOÛTER DE NOËL



Tout au long de l'après-midi
venez participer à l'énigme
de Noël



18 / 12



14H30 À 16H30



EAVS



Date d'inscription
en dernière page
du livret



Les places seront
limitées



GRATUIT

Venez partager un moment de convivialité
autour d'un goûter de Noël:

- Bûche de Noël
- Chocolat chaud et Café aux notes de Noël



Pour chaque participant au goûter, la hotte du père Noël sera présente, vous pourrez y déposer un petit cadeau. Celui-ci sera distribué au hasard à une autre personne dans la salle



Dates d'inscriptions

SEPTEMBRE

Lundi 1er et 8



Médiation animal



Mémoire Alimentation

Du 15 au 18



lundi : gym douce
mardi : gym tonique
mercredi : marche escargot
jeudi : gym +80 ans

Vendredi 19



Créa-Flours



Créa-petite Popotte



Mémoire Alimentation

Lundi 22



Pâtisserie



Créa-Produits

Lundi 29



Créa-Flours



Créa-Produits



Sortie du 13 novembre

Je dis Jeux les 11 et 25 septembre

OCTOBRE

Lundi 6



Pâtisserie



Médiation animal



Soupe bleue

Lundi 13



Créa-cuir



Créa-petite Popotte



Médiation animal

Du 27 au 31



Sortie du 13 novembre

Je dis Jeux les 2, 9 et 16 octobre

NOVEMBRE

Du 3 au 7



Sortie du 13 novembre

Lundi 10



Médiation animal



Pâtisserie

Lundi 17



Créa-Produits



Créa-Flours

Lundi 24



Goûter de Noël



Créa-Bricol

Je dis Jeux les 6, 20 et 27 novembre

DECEMBRE

Lundi 8



Goûter de Noël



Créa-Produits



Médiation animal

Les 13 et 14



Panier Gourmand de Noël
Salle Daniel FERY



Pas de Je dis Jeux en décembre