

# PROGRAMME *Animations Séniors*

Mai à  
Septembre 2026



Espace Animation



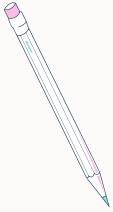
Vie Sociale





# 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**

→ **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



19, 20, 21, 22/05



10h00 à 11h30



EAVS



Inscription le 11/05



10 places



5€ pour les 4 ateliers

## Créa-fils

Découvrez comment transformer cette tradition Ojibwée en atelier attrape-rêves fait maison mêlant loisir manuel et décoration personnalisée.

Vous serez guidés pas à pas dans la réalisation d'un capteur de rêves, depuis le choix de matériaux jusqu'aux astuces pour intégrer des éléments décoratifs comme des perles ou des plumes.

- Fabrication d'un attrape rêve





# Créa-Papier

avec Mélanie

Initiez-vous Quilling 3D.

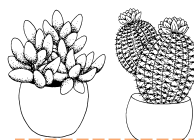
Une technique de loisir créatif qui consiste à enrouler de fines bandes de papier (2 à 5 mm) pour créer des mini plantes .

Accessible et très relaxante, cette technique est idéale aussi bien pour les débutants que pour les créateurs confirmés.

- Réalisation d'un tableau de mini-plantes en 3D



2



10, 17, 24/06  
8, 15, 22/07



10h00 à 11h30



EAVS



Inscription le 1er/06



8 places



5€ pour les 6 ateliers



JUIN À JUILLET



9, 16, 23/06  
7, 21/07



10h00 à 12h00



EAVS



Inscription le 1er/06



8 places



10€ pour l'atelier de  
5 séances

## Créa-couture

avec Melanie

Venez confectionner votre propre produit utile au quotidien lors de séjour, vacances ou weekend et découvrez les bienfaits du fait-main. Vous vous servirez d'une machine à coudre pour sa réalisation.

\* *Réalisation d'une trousse à bijoux.*





# Pâtisserie

avec Mélanie



A vos marques, prêts? Pâtissez en binôme!

\*Mini Paris-Brest

\*\* Gâteau double chocolat et noisette

\*\*\* Sorbet fraise basilic

\*\*\*\*Gâteau aux poires entières



\*26/05  
\*\*30/06  
\*\*\*28 et 29/07  
\*\*\*\*22/09



14h00 à 17h00



EAVS



Inscription le:  
\*18/05  
\*\*22/06  
\*\*\*20/07  
\*\*\*\*10/09 à l'EAVS



8 places



5€ par atelier



9, 10 et 16/07



10h00 à 11h30



EAVS



Inscription le 29/06



8 places



5€ pour les 3 ateliers



## Créa-bricol

avec Mélanie

Devenez apprenti chimiste en réalisant de la résine époxy. Vous réaliserez un objet décoratif qui illuminera votre intérieur.

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

*(alimentation par pile)*





# Créa-jeux

avec Mélanie/Unicité

Centres de loisirs (MDE/CLAE)

Centre Animation Jeunesse (CAJ)

Venez-vous changer les idées, le temps d'un après-midi afin de passer un agréable moment autour d'un petit café suivi d'un goûter.

Les jeudis, vous serez accompagnés de jeunes d'Unicité qui joueront avec vous.

Les mercredis, vous serez accompagnés des enfants des centres de loisirs qui joueront avec vous. Vos petits-enfants seront les bien venus également.



jeudi\* mercredi\*



14h00 à 17h00



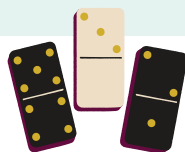
EAVS



\*Les dates des créa-jeux du jeudi et du mercredi sont indiquées en dernière page du livret.



Gratuit  
Entrée libre





\*26/06  
\*\*17/07  
\*\*\*23/09



13h00 à 14h30



EAVS



Inscriptions le  
\*15/06  
\*\*06/07  
\*\*\*10/09 à l'EAVS



10 places



5€ par atelier

# Créa - Fleurs

avec Mélanie

Venez profitez d'un moment rien que pour vous autour d'une création florale. Vous serez guidés pas à pas dans la conception globale sans oublier votre petite touche personnelle dans l'harmonisation des couleurs .

\*Impression typographique de fleurs sur papier

\*\*Petite jardinière Aroma/Fleur

\*\*\*Plante suspendue en macramé



DIVERTISSEMENT

# PROJECTION

*"cinématographique"*



16/07\*  
15/09\*\*



EAVS



13h30 ouverture des  
portes  
14h00 début de la  
séance



Inscription le:  
\*06/07  
\*\*10/09 à l'EAVS



45 places



2€ la séance

Venez passer un après-midi de détente avec la diffusion d'un film ou d'une pièce de théâtre. Pour vous mettre dans l'ambiance, pop-corn et boissons softs vous seront proposés.

\*Pièce de théâtre de Dany BOON

"La vie de chantier" 2h30

\*\* Film des Bodin's

"Les Bodin's partent en ville!" 1h45

## GRILLADES

*"à la plancha"*

24/07

Moment Festif dans la cour de l'EAVS !  
Plus que jamais, cette journée sera l'occasion de se retrouver autour d'un repas sous le signe de l'été.

Un moment de partage avec l'élaboration du repas de 10h00 à 12h00 en toute convivialité suivi de sa dégustation autour des planchas.



*Apéritif soft*  
*Grillades et ses petits légumes*  
*Camembert au four*  
*Glaces*  
*Boissons soft et café/thé*



EAVS



10h00 à 14h30



Inscription le 6/07



20 places



10€/pers



CRÉA - JEUX

**Mercredi**



20 mai  
3 et 17 juin  
1er et 15 juillet  
16 septembre

**Jeudi**



7, 21 et 28 mai  
4, 11, 18 et 25 juin  
2, 9, 16, 23 et 30 juillet  
17 et 24 septembre

PORTE OUVERTE EAVS

**Découverte et exposition des activités de l'EAVS**

**Espace Animation**



mardi 8 septembre de 9h30 à 11h30 et 14h00 à 15h30  
mercredi 9 septembre de 9h30 à 11h30 et 14h00 à 15h30

**Vie Sociale**

**Inscription aux activités de l'EAVS**



jeudi 10 septembre de 9h30 à 11h30 et de 14h00 à 16h00

- activités physiques adaptées seniors ( porte ouverte des 8 et 9 septembre)
- créa-fleurs (voir page 7)
- pâtisserie (voir page 4)
- Cinéma (voir page 8)

CRÉA - DETENTE

**Atelier Sophrologie avec l'Espace Solidaire**

**vendredi**



14h30 à 15h30



22 mai  
19 juin  
3 juillet  
18 septembre  
16 octobre  
20 novembre



Inscription le 11 mai au CCAS



2€ la séance  
ou  
10€ les 6 séances