

## MULTIMÉDIA



### ATELIER TABLETTES

Résidence Louis Faccenda  
Les vendredis · 10 h 45–11 h 45  
Résidence Aurelie Leroy  
Les mardis · 10 h 45–11 h 45  
Résidence Charles Somasco  
Les jeudis · 14 h 30–15 h 30

## ÉVÉNEMENTS

### SÉJOURS ANCV SÉNIORS EN VACANCES

Participation financière  
Renseignement au 03 44 62 70 23  
Inscription au CCAS du 13 au 24 mars  
Venez munis des justificatifs suivants :

- pièce d'identité
- justificatif de domicile de - 3 mois
- avis d'imposition de 2022



“Allons danser !”  
Thé dansant  
ouvert aux personnes de 60 ans et plus

**JEUDI 30 MARS 2023**

à la Faïencerie salle de la Manufacture  
de 14 h à 18 h



creillois : 10 €  
extérieurs : 15 €

Inscriptions du 21 février au 24 mars 2023

☎ 03 44 62 70 23

✉ animations-seniors@mairie-creil.fr



### INFORMATION CORONAVIRUS

### COVID-19

## PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Aérer les pièces  
le plus souvent possible



Respecter une distance  
d'au moins deux mètres  
avec les autres



Porter un masque chirurgical  
ou en tissu de catégorie 1 quand  
la distance de deux mètres  
ne peut pas être respectée



Limiter au maximum  
ses contacts sociaux



Tousser ou éternuer  
dans son coude  
ou dans un mouchoir



Se moucher  
dans un mouchoir  
à usage unique



Se laver régulièrement  
les mains ou utiliser  
une solution hydro-alcoolique



Saluer sans serrer la main  
et arrêter les embrassades



Éviter de se toucher le  
visage



Utiliser les outils numériques (TousAntiCovid)



GOVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS



0 800 130 000  
(appel gratuit)

CCAS-3059-001-2105-21 mai 2021

En raison du contexte sanitaire, toute animation peut être  
modifiée ou annulée.

### LIEUX ET COORDONNÉES

#### CCAS

**Siège**  
📍 80, rue Victor Hugo · 60100 Creil  
☎ 03 44 62 70 00

**Coordination Animation**  
☎ 07 70 03 70 98

**Résidence Louis Faccenda**  
📍 1, rue de Verdun, Creil  
☎ 03 44 25 42 55

**Résidence Aurelie Leroy**  
📍 1, rue Dr Schweitzer, Creil  
☎ 03 44 55 77 68

**Résidence Charles Somasco**  
📍 14, rue Charles Somasco, Creil  
☎ 03 44 55 24 00

#### Piscine municipale

📍 1, rue de la République, Creil  
☎ 03 44 67 25 32

#### Stade Velodrome

📍 1, Pl. Roger Salengro, Creil  
**Médiathèque Antoine Chanut**  
📍 Allée Nelson, Creil  
☎ 03 44 25 25 80

#### Faïencerie

📍 Allée Nelson, Creil



Ne pas jeter sur la voie publique

## PROGRAMME

# ANIMATIONS SÉNIORS

JANVIER / MARS 2023





## ACTIVITÉS PHYSIQUES



### AQUAGYM

Piscine municipale  
Les mardis et jeudis (au choix)  
9 h 30-10 h 30

### KARATÉ

Exercices de renforcement musculaire

Résidence Louis Faccenda  
Les jeudis · 9 h 30-10 h 30  
Résidence Charles Somasco  
Les mardis · 9 h 30-10 h 30



### GYMNASTIQUE DOUCE

Résidence Louis Faccenda  
Les vendredis · 9 h 30-10 h 30  
Résidence Aurelie Leroy  
Les mardis · 9 h 30-10 h 30  
Résidence Charles Somasco  
Les vendredis · 10 h 45-11 h 45

### BUNGYPUMP

Marche avec bâtons dynamiques avec le service des sports

Renseignement et inscription 03 44 29 51 85  
Départ Stade Vélodrome  
Les lundis et mercredis · 9 h-12 h



## ACTIVITÉS CRÉATIVES ET CULTURELLES



### LOISIRS CRÉATIFS

Résidence Louis Faccenda  
Les mercredis · 13 h 45-15 h 15  
Résidence Aurelie Leroy  
Les mercredis · 16 h-17 h 30  
Résidence Charles Somasco  
Les mercredis · 10 h 30-12 h

### CLUBS LECTEURS

avec la Médiathèque Antoine Chanut

Résidence Louis Faccenda  
Vendredis 13 janvier, 10 février et 24 mars · 15 h 30-17 h  
Résidence Charles Somasco  
Vendredis 27 janvier, 3 · 15 h 30-17 h



## BIEN-ÊTRE



### MANDALAS - SEMAINE IMPAIRE

Aide à la relaxation et réduction du stress

Résidence Louis Faccenda  
Les mardis · 10 h 30-12 h  
Résidence Aurelie Leroy  
Les mardis · 14 h 30-16 h  
Résidence Charles Somasco  
Les lundis · 14 h 30-16 h

### BOOSTEZ VOTRE ÉNERGIE ! - SEMAINE PAIRE

Initiation à différentes techniques (auto-massage, yoga des yeux, des mains, relaxation)

Résidence Louis Faccenda  
Les mardis · 10 h 30-11 h 30  
Résidence Aurelie Leroy  
Les mardis · 14 h 30-15 h 30  
Résidence Charles Somasco  
Les lundis · 14 h 30-15 h 30



## LOISIRS, MOMENTS CONVIVIAUX



### REPAS À THÈME AVEC ANIMATION

Participation financière  
Inscription auprès des responsables de résidences

Résidence Louis Faccenda  
Mardi 21 février · 12 h  
Résidence Aurelie Leroy  
Mardi 14 février · 12 h  
Résidence Charles Somasco  
Jeudi 16 février · 12 h

### JEUX DE SOCIÉTÉ

Résidence Louis Faccenda  
Les lundis · 14 h 30-16 h  
Résidence Aurelie Leroy  
Les vendredis · 14 h 30-16 h  
Résidence Charles Somasco  
Les mercredis · 14 h 30-16 h



### LOTOS

Résidence Louis Faccenda  
Vendredi 10 mars · 14 h-16 h  
Résidence Aurelie Leroy  
Vendredi 24 février · 14 h-16 h  
Résidence Charles Somasco  
Vendredi 20 janvier · 14 h-16 h



## CHANTS

Résidence Louis Faccenda  
Vendredi 17 mars · 14 h 30-15 h 30  
Résidence Aurelie Leroy  
Vendredi 27 janvier · 14 h 30-15 h 30  
Résidence Charles Somasco  
Vendredi 17 février · 14 h 30-15 h 30



### SORTIE RESTAURANT

Vendredi 3 février · 12 h  
Départ de la Résidence de votre choix  
Participation financière  
Inscription obligatoire avant le 1<sup>er</sup> février au 07 70 03 91 73  
Places limitées



### JEU DU MIME

Résidence Somasco  
Vendredi 3 février · 15 h 30-16 h 30



### JEUX VIDÉOS SUR LA WII®

Lundi 20 mars · 14 h 30-16 h  
Résidence Faccenda  
Inscription obligatoire au 07 70 03 91 73 - Places limitées



### DIFFUSION D'UN FILM

Médiathèque Antoine Chanut  
Vendredi 17 février à 14 h 30  
Renseignement et inscription du 01 au 15 février



## PRÉVENTION SANTÉ



### ATELIER MÉMOIRE

Résidence Louis Faccenda  
Les mardis · 14 h 30-15 h 30  
Résidence Aurélie Leroy  
Les mercredis · 10 h 30-11 h 30  
Résidence Charles Somasco  
Les jeudis · 10 h 30-11 h 30

### ATELIERS "LE BIEN-ÊTRE PAR LA SOPHROLOGIE"

Les lundis 6, 13, 20 et 27 mars · 14 h-16 h  
Résidence Charles Somasco  
Inscription obligatoire avant le 27 février au 07 70 03 70 98  
Places limitées  
Le programme est à suivre dans son intégralité

