

JOURNÉE À LA MER À WIMEREUX



LUNDI 17 JUILLET
VENDREDI 21 JUILLET
LUNDI 24 JUILLET
VENDREDI 28 JUILLET

Départ de la Faiencerie à 8 h 15
Retour vers 19 h

Inscription jusqu'au 7 juillet
Places limitées

Creillois : 11 €
Extérieurs : 17 €

Inscriptions et informations
☎ 03 44 62 70 23

✉ animations-seniors@mairie-creil.fr

CANICULE, FORTES CHALEURS ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES



MOUILLER SON CORPS
ET SE VENTILER



MAINTENIR SA MAISON
AU FRAIS : FERMER
LES VOILETS LE JOUR



DONNER ET PRENDRE
DES NOUVELLES
DE SES PROCHES



MANGER EN QUANTITÉ
SUFFISANTE



NE PAS BOIRE
D'ALCOOL



BOIRE
RÉGULIÈREMENT
DE L'EAU



ÉVITER LES EFFORTS
PHYSIQUES

EN CAS D'URGENCE,
APPELEZ LE 15

📧 @MinSolSante

Ministère des Solidarités
et de la Santé

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

Parc de la Mairie

📍 Place François Mitterrand, Creil

La Faiencerie

📍 Allée Nelson, Creil



Ne pas jeter sur la voie publique

PROGRAMME ANIMATIONS SÉNIORS

JUILLET / SEPTEMBRE 2023



ACTIVITÉS PHYSIQUES

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

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



SORTIE PLEIN AIR

Au parc de la Brèche à Villers-Saint-Paul

Vendredi 22 septembre · 14 h–16 h 30
Départ de la résidence de votre choix.
Sur inscription.



SORTIES MARCHEURS LONGUE DISTANCE

Vendredi 7 juillet · 9 h 30–11 h 30

à la Faiënerie

Vendredi 15 septembre · 14 h–16 h 30

au bois Godart à Montataire

Départ de la résidence de votre choix.

Sur inscription.



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 Charles Somasco
Vendredis 8 septembre · 15 h 30–17 h
Résidence Louis Faccenda
Vendredis 11 août, 29 septembre
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–12 h
Résidence Aurelie Leroy
Les mardis · 14 h 30–16 h 30
Résidence Charles Somasco
Les lundis · 14 h 30–16 h 30

Mandala intergénérationnel

île Saint-Maurice
Vendredi 11 juillet de 10h à 12h
Sur inscription obligatoire avant le 7 juillet.

BOOSTEZ VOTRE ÉNERGIE !

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

Résidence Louis Faccenda
Les mardis · 10 h–11 h 30
Résidence Aurelie Leroy
Les mardis · 14 h 30–16 h
Résidence Charles Somasco
Les lundis · 14 h 30–16 h



LOISIRS, MOMENTS CONVIVIAUX



BARBECUE AVEC ANIMATION MAGIQUE

Creillois 11€ - extérieurs 17€
Résidence Louis Faccenda
Jeudi 27 juillet · 12 h
Résidence Aurelie Leroy
Résidence Charles Somasco
Jeudi 3 août · 12 h
Inscription en résidence.

JEUX DE SOCIÉTÉ

Résidence Louis Faccenda
Les jeudis · 13 h 45–15 h
Résidence Aurelie Leroy
Les jeudis · 15 h 20–16 h 35
Résidence Charles Somasco
Les jeudis · 15 h 30–16 h 45



LOTOS

Résidence Charles Somasco
Vendredi 29 septembre · 14 h–16 h
Sur inscription - places limitées.

PÉTANQUE INTERGÉNÉRATIONNELLE

Parc Letien
Vendredi 28 juillet · 10 h–12 h
Sur inscription - places limitées.



PRÉVENTION SANTÉ



ATELIER MÉMOIRE

Résidence Louis Faccenda
Les lundis · 14 h–15 h
Résidence Aurélie Leroy
Les lundis · 15 h 30–16 h 30
Résidence Charles Somasco
Les mardis · 11 h–12 h

MULTIMÉDIA



ATELIER TABLETTES

Résidence Louis Faccenda
Les mercredis · 9 h 30–11 h 30
Résidence Aurelie Leroy
Les mercredis · 14 h–16 h
Résidence Charles Somasco
Les mardis · 14 h 30–16 h 30