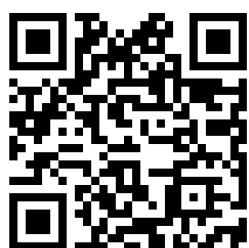


PLANNING



Seniors



FÉVRIER 2026



SUR INSCRIPTION



Au Centre Maillard



de février à juin 2026

5€/pers.



LUNDI 23 FÉVRIER 2026

Bougeons ensemble de 14h00 à 16h00

Pratiquer une activité physique joue un rôle essentiel pour notre santé. Bougeons ensemble pour renforcer nos capacités musculaires, pour travailler notre souplesse tout en douceur, mais aussi pour se retrouver et passer un bon moment.

☐ **Je m'inscris**





SUR INSCRIPTION



Au Centre Maillard



☐ **Je m'inscris**

de janvier à juin 2026

12€/pers.



**MARDI 03 & 17
FÉVRIER 2026**

Loisirs créatifs de 14h00 à 17h00

Vous pratiquer une activité manuelle ? (Tricot, couture etc...)
Venez réaliser dans la détente et la bonne humeur avec d'autres passionné(e)s.

2 rencontres par mois



Au Centre Maillard



☐ **Je m'inscris**

intergénérationnelle

**MERCREDI 11
FÉVRIER 2026**

Mercredi jeux de 14h00 à 16h00

Un après-midi animé par Séverine et Tiffany qui s'improviseront maîtresse de jeu pour un moment de découverte et de convivialité.
Venez jouer avec nous !

1 fois par mois - Le 2ème mercredi du mois



SUR INSCRIPTION



Au Centre Maillard

☐

Je m'inscris

de février à juin 2026

**JEUDI 05 ET 26
FÉVRIER 2026**

L'art de la Maille de 14h00 à 16h30

Envie de vous initier au tricot et au crochet ?

Jacqueline, Arlette et leurs amies

vous proposent de vous apprendre à faire de jolis ouvrages
de manière ludique et en toute convivialité.

Laine fournie et possibilité prêt de crochet (en fonction des disponibilités)

10€/pers.



Au Centre Maillard

☐

Je m'inscris

**LUNDI 09
FÉVRIER 2026**

L'atelier créatif de Nadine de 14h00 à 16h00

Avec Nadine, venez créer votre cœur d'ambiance

et apporter une touche de douceur à votre intérieur.

3€/pers.





SUR INSCRIPTION

Les petites e-potagères



Intergénérationnel



Le Mercredi

Les petites e-potagères est un atelier qui invite petits et grands à se retrouver autour du jardinage. Les participants s'occupent ensemble du potager : semis, plantations, entretien des cultures et désherbage. C'est l'occasion de partager des savoir-faire, de favoriser les échanges entre générations et de profiter d'un moment de détente en lien avec la nature.



10h00 à 12h00



Au Centre Maillard



Intergénérationnelle



tous les mercredis



Renseignements
et inscriptions au
Centre Maillard



Cotisation annuelle : 10€/famille - 15€/famille hors territoire CCPB

CSRI.fm



03.44.81.83.00



À VENIR ...



Atelier généalogie

Avec l'aide de M. Alexandre, bénévole passionné, vous apprendrez à rechercher vos ancêtres et à partager vos découvertes dans une ambiance chaleureuse et participative.



Atelier équilibre

De mars à juin 2026

Renforcez votre équilibre et votre confiance en vous grâce aux exercices guidés par notre intervenante, dans une série de séances conviviales et sécurisées.



Rendez-vous belote

Rencontrez de nouvelles personnes et partagez un moment convivial autour d'une partie de belote !



Atelier sophrologie

À partir de Septembre 2026

Détendez-vous, respirez et profitez d'un moment de bien-être guidé par notre intervenante dans une ambiance calme et réconfortante.



Sortie au marché de Gournay en bray

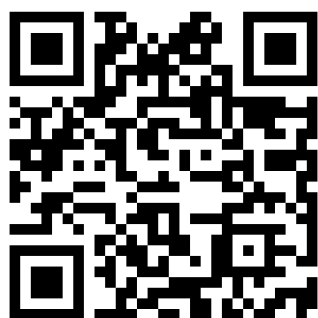


ENSEMBLE AGISSONS

CONTRE L'ISOLEMENT DES SENIORS

Parce que personne ne devrait vieillir seul, engageons-nous ensemble
Un sourire, une visite, une présence : devenez bénévole et créez du lien..

CENTRE MAILLARD



CENTRE SOCIAL RURAL INTERCOMMUNAL FRANÇOIS MAILLARD

Association Loi 1901 - SIREN : 425 096 427

4, rue des écoles - 60850 Le Coudray Saint Germer

03 44 81 83 00 - contact@centremaillard.fr

Cotisation annuelle : 10€/famille - 15€/famille hors territoire

Imprimé par nos soins - ne pas jeter sur la voie publique

