

LES ATELIERS SONT SOUTENUS PAR :

LE CENTRE SOCIAL RURAL LA CANOPÉE



NOS COMMUNES ADHÉRENTES

Auneuil
Auteuil
Aux Marais
Berneuil-en-Bray
Frocourt
Saint-Martin-le-Noeud
Villers-Saint-Barthélémy

NOS PARTENAIRES FINANCIERS

Le Département de l'Oise
La Commission des Financeurs
L'ARS
FEDER
La MSA



Un lieu de rencontres, d'échanges
et de partage ouvert à tous.
Pour bien grandir, bien vivre et
bien vieillir ensemble.



Accueil & écoute



Activités pour tous



Lien social & convivialité



Initiatives & projets locaux

NOS ATELIERS 2026-2027

*Des activités
pour tous,
Tous les jours,
Toute l'année !*



CONTACTEZ-NOUS :

318 Rue des Aulnes, 60390 Auneuil
accueil@csrlacanopee.com
Tel : 03.44.84.46.83

Site web : www.csrlacanopee.com
Facebook : Canopée Auneuil
Silia : 71387535



318 Rue des Aulnes, 60390 Auneuil



accueil@csrlacanopee.com



03.44.84.46.83



www.csrlacanopee.com



SANTÉ & BIEN-ÊTRE

Prendre soin de soi :

Yoga

Offrez-vous une parenthèse de détente grâce à des exercices de respiration et de relaxation.

Lundi • 18h45-19h45
Vendredi • 18h30-19h30
CA 124 € • CNA 148 €

Pilâtes

Renforcez votre corps en douceur tout en améliorant votre posture.

Mardi • 9h-10h
CA 85 € • CNA 109 €

Gym douce sur chaise

Préservez votre mobilité grâce à une activité physique adaptée.

Mardi 11h-12h • Vendredi 16-17h
CA 130 € • CNA 154 €

Postural Ball

Travaillez équilibre, gainage et posture avec un gros ballon.

Mardi • 10h-11h
CA 85 € • CNA 109 €

Qi Gong

Harmonisez votre corps et votre esprit grâce à des mouvements doux.

Mardi • 14h30-15h30
Vendredi • 14h30-15h30
CA 186 € • CNA 234 €

Feldenkrais

Améliorez votre mobilité et votre conscience corporelle par le mouvement.

1 samedi/mois • 10h-11h30
CA 85 € • CNA 109 €

Bouger & respirer :

Chemins faisant

Explorez la nature et le patrimoine local lors de balades conviviales.

Jeudi • 9h-12h
10 €

Marche rythmée

Entretenez votre forme avec une marche dynamique adaptée à chacun.

Mercredi • 9h-12h
10 €

Fit Dance Cardio

Dépensez-vous dans une ambiance festive grâce à des chorégraphies dynamiques.

Mardi • 19h-20h
CA 85 € • CNA 109 €

Danse enfant

Bouger, danser et s'amuser au rythme de la musique.

Vendredi • 17h-18h30
(2 groupes)
CA 70 € • CNA 94 €

Crossminton

Découvrez un sport de raquette ludique mêlant badminton, tennis et squash.

Mardi • 16h30-22h
Vendredi • 17h-19h
CA 69 € • CNA 93 €



CULTURE & LOISIRS

Créer & partager :

Couture

Créez des objets utiles et décoratifs tout en développant votre savoir-faire.

1 jeudi/mois • 13h30-16h30
CA 126 € • CNA 150 €

Patchwork

Découvrez l'art du patchwork et réalisez des créations uniques en tissu.

1 vendredi sur 2 • 13h-16h
CA Gratuit • CNA 24 €

Tricote et papote

Partagez un moment chaleureux autour du tricot et de l'échange de savoir-faire.

Lundi • 14h-16h
CA Gratuit • CNA 24 €

Cuisine itinérante

Participez à des ateliers cuisine conviviaux organisés dans les communes partenaires.

1 fois/mois
Jeudi • 14h-16h30 Auteuil
Mercredi • 10h-12h30 Saint-Martin-le-Noeud
CA 15 € • CNA 39 €

Dessin Manga

Initiez-vous aux techniques du dessin manga et développez votre créativité.

2 séances/mois • 10h-11h30
CA 75 € • CNA 99 €

Mon assiette à la bougeotte

Cuisinez, dégustez et partagez un moment convivial en famille.

1 atelier pendant les vacances
10h-12h au CSR
CA 15 € • CNA 39 €

Apprendre & découvrir :

Remue-ménages

Stimulez votre mémoire grâce à des jeux, défis et activités ludiques.

1 séance/mois • 14h-16h
Auneuil, Auteuil et Villers-Saint-Barthélémy
CA Gratuit • CNA 24 €

Initiation informatique

Prenez en main les outils numériques du quotidien en toute simplicité.

Lundi • 14h30-16h • Saint-Martin-le-Noeud
Lundi • 9h30-11h • CSR Auneuil
Mardi • 14h30-16h • Auteuil
Mardi • 9h30-11h • CSR Auneuil
CA 50 € • CNA 74 €

Anglais

Apprenez ou perfectionnez votre anglais dans une ambiance conviviale, quel que soit votre niveau. (cours adultes et enfants)

Samedi matin
CA 103 € • CNA 127 €



PARENTALITÉ

Grandir ensemble :

La Canop' des tout-petits

Un temps d'éveil, de jeux et de partage pour les tout-petits et leurs proches. (de 0 à 3 ans)

3x/mois le vendredi
10h-11h15
Gratuit



Partager en famille :

Cuisinons ensemble

Cuisinez, dégustez et partagez un moment convivial en famille.

1 atelier pendant les vacances
10h-13h30

CA 5 € • CNA 7 €
coût à la séance

Gratuit enfants

Atelier 3D avec notre animateur numérique !

Pendant les vacances scolaire sous forme de thématique, en duo : 1 adulte et 1 enfant dès 7 ans (3h sur 2 jours)

CA 10 € • CNA 14 €

Participez à nos ateliers code de la route !

1 jour par semaine au CSR La Canopée.

Des cours de batterie vous sont également proposés !

Inscription auprès de Stéphane au 06.05.07.73.81

CA = COMMUNES ADHÉRENTES

CNA = COMMUNES NON ADHÉRENTES

 = CONTINUATION PENDANT LES VACANCES SCOLAIRE

Rejoignez-nous

Il y'a forcément un atelier
qui vous ressemble.

 318 Rue des Aulnes, 60390 Auneuil

 accueil@csrillacanopee.com

 03.44.84.46.83

 www.csrcantonauneuil.com

