

PROGRAMME DES SORTIES SENIORS 2^{ÈME} TRIMESTRE 2026



Atelier de Pâques

Visite de la ferme de Grignon

Atelier d'art végétal japonais

Visite théâtralisée au musée de l'Absinthe

Sortie à France Miniature

Sorties insolites sportives

Historique de Villarceaux

Journée libre à Cabourg

*L'équipe du CCAS est heureuse de vous transmettre ce programme
des sorties et animations de ce second trimestre 2026.*

ATELIER DE PÂQUES

Jeudi 2 avril 2026

📍 Salle Philippe Prévost

🕒 À partir de 14h



Venez nombreux vous amuser avec nous à créer vos décorations de Pâques !



Inscription au CCAS à compter du : **LUNDI 30 MARS 2026**

Participation : **5€/personne** (chèque à l'ordre de "régie centrale")

SORTIE INSOLITE SPORTIVE : KARTING

Jeudi 9 avril 2026

📍 Cormeilles-en-Vexin

🕒 Rendez-vous devant la gare de Triel-sur-Seine à 13h15

Retour prévu vers 16h45



L'activité idéale pour les amateurs de sensations fortes ! Venez faire quelques tours de piste en toute sécurité. **Le karting est toutefois déconseillé aux personnes souffrant de problèmes cardiaques ou de dos, de troubles physiques.**



Inscription au CCAS à compter du : **LUNDI 30 MARS 2026 (10 places)**

Participation : **25€/personne** (chèque à l'ordre de "régie centrale")

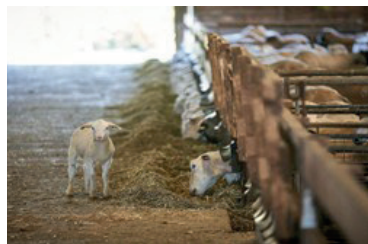
VISITE DE LA FERME DE GRIGNON

Mercredi 15 avril 2026

📍 Thiverval

🕒 Rendez-vous devant la gare de Triel-sur-Seine à 13h15

Retour prévu vers 16h45



Installée dans les Yvelines, entre Poissy et Plaisir, la ferme de Grignon abrite 200 vaches laitières, 600 brebis, 400 hectares de cultures et une laiterie. Une trentaine de salariés y œuvrent chaque jour au bien-être des animaux, à la qualité des produits et au respect de l'environnement. Lors de votre visite, vous assisterez à la traite des vaches, suivie d'une

dégustation des produits laitiers de la ferme.



Inscription au CCAS à compter du : **LUNDI 30 MARS 2026**

Participation : **9€/personne** (chèque à l'ordre de "régie centrale")

ATELIER KOKEDAMAS

Jeudi 16 avril 2026

📍 Salle Philippe Prévost

🕒 À partir de 14h (durée : 2h)



Le kokedama, « sphère de mousse », est une technique japonaise consistant à créer une plante dans une boule de substrat recouverte de mousse. Chaque participant repartira avec sa création.



Inscription au CCAS à compter du : **LUNDI 30 MARS 2026**

Participation : **30€/personne** (chèque à l'ordre de "régie centrale")

VISITE THÉÂTRALISÉE AU MUSÉE DE L'ABSINTHE

Mercredi 22 avril 2026

📍 Auvers-sur-Oise

🕒 Rendez-vous devant la gare de Triel-sur-Seine à 13h / Retour vers 18h



Partez pour une visite théâtralisée unique aux côtés de Vincent van Gogh et de Théo van Gogh, où leurs voix et leurs émotions reprennent vie. Dans les ruelles d'Auvers-sur-Oise, suivez leurs derniers échanges face aux lieux emblématiques qui ont marqué l'œuvre de Vincent. La visite se prolonge au Musée de l'Absinthe, pour une immersion dans

l'ambiance Belle Époque, conclue par une dégustation.



Inscription au CCAS à compter du : **LUNDI 30 MARS 2026**

Participation : **22€/personne** (chèque à l'ordre de "régie centrale")

SORTIE À FRANCE MINIATURE

Mercredi 13 mai 2026

📍 Élancourt

🕒 Rendez-vous devant la gare de Triel-sur-Seine à 9h / Retour vers 17h



Partez pour un voyage insolite à la découverte de 117 monuments français reproduits au 1/30^e, ponctué de 25 attractions et expériences ludiques.



Inscription au CCAS à compter du : **LUNDI 30 MARS 2026**

Participation : **15€/personne** (chèque à l'ordre de "régie centrale")

SORTIE INSOLITE SPORTIVE : CANOE-KAYAK

Mercredi 27 mai 2026

📍 Saint-Clair-sur-Epte

🕒 Rendez-vous devant la gare de Triel-sur-Seine à 9h / Retour vers 13h

Envie d'une sortie nature dépayssante ? Partez pour une balade en canoë encadrée par un professionnel, au fil de l'Epte, entre Saint-Clair-sur-Epte et Bray-et-Lû, au cœur du Vexin. Une expérience paisible et rafraîchissante, idéale pour s'évader sans partir loin.

Prévoir : tenue adaptée (short ou maillot), lycra, k-way, serviette, chaussures fermées, bouteille d'eau, collation, crème solaire, chapeau, cordon pour lunettes, pochette étanche pour téléphone.



Inscription au CCAS à compter du : **LUNDI 30 MARS 2026 (10 places)**

Participation : **25€/personne** (chèque à l'ordre de "régie centrale")



HISTORIQUE DE VILLARCEAUX

Samedi 6 juin 2026

📍 Chaussy

🕒 Rendez-vous devant la gare de Triel-sur-Seine à 10h15 / Retour vers 17h



Offrez-vous un voyage dans le temps au Domaine de Villarceaux, animé par des bénévoles en costumes du Moyen Âge au XVIII^e siècle. Reconstitutions historiques, campements, duels, concerts et artisanat rythment la déambulation, jusqu'au manoir de Ninon où renaît l'ambiance des marchés d'autrefois, entre échoppes et gourmandises.

Restauration sur place ou prévoir un pique-nique.



Inscription au CCAS à compter du : **LUNDI 30 MARS 2026**

Participation : **gratuit**

JOURNÉE LIBRE À CABOURG

Vendredi 26 juin 2026

📍 Cabourg, en Normandie

🕒 Rendez-vous devant la gare de Triel-sur-Seine à 7h
Retour prévu vers 20h



Inscription au CCAS à compter du : **LUNDI 1^{ER} JUIN 2026**

Participation : **gratuit**

ATELIERS "ART THÉRAPIE"

Les jeudis 12 mars, 9 avril, 7 mai et 11 juin 2026

📍 Maison des associations, salle rive droite

🕒 De 10h à 12h



Origami & Macramé *Plaisir des mains, plaisir des sens !*

Reconnectez l'esprit au geste à travers des ateliers créatifs dédiés aux bénéficiaires du CCAS souhaitant préserver leur autonomie dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

En petit groupe (6 personnes maximum), développez votre agilité et stimulez votre concentration de façon ludique grâce au pliage de l'origami et au nouage du macramé.

Un véritable moment de partage, d'entraide et de convivialité.

Ces sessions optimisent l'agilité et renforcent la concentration de manière ludique, à travers le pliage de l'Origami et le nouage du Macramé. Les objectifs principaux de cette animation thérapeutique :

- Maintenir l'autonomie motrice et cognitive de chaque participant.
- Favoriser la socialisation et le lien au sein du groupe et avec l'intervenant.
- Offrir un espace d'expression créative et de plaisir sensoriel.

Un espace d'entraide et de socialisation garanti !



Inscription gratuite par téléphone ou par mail au CCAS :
01 39 70 72 34 - ccas@triel.fr

APRÈS-MIDI JEUX LIBRES

Tous les jeudis

📍 Salle Philippe Prévost

🕒 De 14h à 17h



Venez profitez d'un après-midi convivial à discuter ou à jouer à des jeux (Srabble, Skyjo, Uno, cartes...) autour d'un café ou d'un thé offert par le CCAS.

Vos gâteaux maison sont les bienvenus.

ATELIER “MA SANTÉ EN LIGNE”

Lundi 30 mars 2026

🕒 De 14h à 16h ▶ Atelier collectif

🕒 De 16h à 18h ▶ RDV individuel

(débloquer une situation, répondre aux questions...)



Trouver un médecin, commander une carte Vitale ou consulter ses relevés : tout cela est désormais possible en ligne !

L'association Destination Multimédia, en partenariat avec la CPAM et votre commune, vous accompagne dans la prise en main de votre smartphone et l'utilisation des applications Ameli et Doctolib. Venez pratiquer seul(e) ou en groupe.



Inscription gratuite par téléphone ou par mail au CCAS :
01 39 70 72 34 - ccas@triel.fr

ATELIERS “BIENVENUE À LA RETRAITE !”

Conférence le mardi 7 avril 2026

📍 Salle Grelbin

🕒 De 10h30 à 11h30



Bientôt à la retraite ou récemment retraité(e) ? Venez vous informer et échanger pour trouver les clés d'une transition sereine et active.

Ce temps de rencontre sera suivi d'un cycle de 6 ateliers thématiques (budget, bien-être, santé, loisirs, démarches administratives), organisés le jeudi 16 avril, les mardis 21 avril, 12, 19 et 26 mai, ainsi que le mardi 23 juin 2026, de 10h30 à 12h.

Ils vous accompagneront dans cette nouvelle étape de vie et vous aideront à découvrir toutes les perspectives qui s'offrent à vous.

Ce cycle a été spécialement conçu par le PRIF, organisme de référence dédié aux nouveaux retraités d'Île-de-France, afin de répondre à toutes les questions que vous vous posez.



Inscription gratuite par téléphone ou par mail au CCAS :
01 39 70 72 34 - ccas@triel.fr

Du 22 mai au 10 juillet 2026

DÉGUSTATIONS ET JEUX LIBRES PLACE PHILIPPE PRÉVOST

Tous les vendredis de 18h à 21h30

DATES	DÉGUSTATIONS
VENDREDI 22 MAI	Spécialités japonaises
VENDREDI 29 MAI	Spécialités polonaises
VENDREDI 5 JUIN	Huîtres et crevettes
VENDREDI 12 JUIN	Spécialités antillaises
VENDREDI 26 JUIN	Barbecue party
VENDREDI 3 JUILLET	Charcuterie et fromage
VENDREDI 10 JUILLET	Paëlla

- Salle Philippe Prévost réservée uniquement au seniors du CCAS
- Navette disponible jusqu'à 20h
- Dégustations à tarif préférentiel pour le CCAS
- Inscription obligatoire (mail-téléphone) au plus tard une semaine avant
- Paiement sur place auprès des commerçants



COUPE DU MONDE 2026 RETRANSMISSION SUR ÉCRAN GÉANT

- **Mardi 16 juin à 21h : France-Sénégal**
- **Vendredi 26 juin à 21h : Norvège-France**
- **Dimanche 19 juillet : Finale**

PLACE PHILIPPE PRÉVOST



Fête de la broche

VENDREDI 19 JUIN

À PARTIR DE 19H



Concert à 20h



Place Philippe Prévost

Tarif préférentiel pour les seniors du CCAS

Uniquement sur inscription :

01 39 70 72 34 - ccas@triel.fr