



Centre Social
de la **HAUTE SARTHE**

— Oisseau Le Petit

Centre Social de la Haute Sarthe

Activités 2026-2027

Au cœur de la vie locale, le Centre Social de la Haute Sarthe à Oisseau-le-Petit est un espace de rencontres, de partage et d'initiatives ouvert à toutes et tous. Il accompagne les projets des habitant.e.s et propose une programmation variée d'activités loisirs, sociales, éducatives, culturelles et familiales, ainsi que des permanences facilitant l'accès aux droits. Portée par l'engagement de ses salarié.e.s et de ses bénévoles, l'association œuvre chaque jour pour renforcer les solidarités, favoriser le vivre-ensemble et améliorer la qualité de vie des habitants du territoire.



www.centre-social-oisseau.fr

Centre Social de la Haute Sarthe

LES ATELIERS

Eveil Musical

Une activité itinérante pour partager des rythmes et des chants avec les enfants de 3 mois à 4 ans accompagnés d'un adulte.

Bérus - salle des fêtes

St Aubin de Locquenay

salle des fêtes

Piacé - salle des fêtes

Intervenante : Peggy Degrave

Les vendredis de 9h30 à 10h30

Tarif : 2€ - 2,5€ /enfant

Couture

Débutant.e ou confirmé.e, cet atelier vous permet de réaliser des vêtements ou des accessoires selon vos envies.

Intervenante : Solange Phelippeau

Les mardis 1 sem/2 de 19h00 à 21h00 - 1 séance d'essai gratuite sur inscription

Tarif : 210€/l'année

A partir du 6 octobre

L'effet bobines

Envie de créer, d'apprendre des autres et de partager votre passion ? Cet atelier est fait pour vous ! À partir des bases de la couture, échangez vos idées, perfectionnez vos techniques et confectionnez vos propres réalisations dans une ambiance conviviale.

Les lundis à partir de 18h00

Tarif : 15€/l'année

A partir du 24 août

Adhésion annuelle et
inscription
au Centre Social

Pilates

La méthode Pilates allie renforcement musculaire, alignement postural et respiration contrôlée pour un bien-être physique et mental.

Intervenante : Geneviève Raseman

Les jeudis 18h-19h ou 19h-20h

Tarif : 160€ l'année

A partir du 1er octobre - 1 séance d'essai gratuite sur inscription

Anglais

Envie de parler anglais sans stress ? Rejoignez notre atelier convivial animé par Peter Wheeler, pour pratiquer l'anglais à votre rythme, que vous soyez débutant ou plus à l'aise. **Les jeudis à 14h00**

Tarif : 15€/l'année

A partir du 14 septembre - constitution des groupes par niveau

De fil en aiguille

Broderie, tricot, couture... et bien plus encore !

Un atelier où chacun apporte son expérience, partage ses astuces et découvre de nouvelles techniques d'aiguille, dans un esprit d'entraide et de convivialité.

Les jeudis de 20h00 à 22h00

Tarif : 15€ l'année

Tout au long de l'année

NOUVEAU

LES ATELIERS

Adhésion annuelle
et inscription
au Centre Social

Inscription
au Centre
Social

● **Balade douce**

Envie de prendre l'air, de bouger à votre rythme et de partager un moment convivial ? Rejoignez notre atelier Balade douce ! Des promenades accessibles à tous pour découvrir les environs, échanger et profiter de la nature. Déplacements en minibus du Centre social

Les lundis des semaines impaires, de 14h à 16h30

Participation : 2 € par balade sur inscription / À partir du 21 septembre

● **Mémoire**

Stimuler sa mémoire, entretenir ses capacités cognitives et partager un moment de convivialité : voilà l'objectif de cet atelier ! Grâce à des exercices adaptés, des jeux et des échanges, chacun progresse à son rythme dans une ambiance chaleureuse.

Coordination : Association Amaëlles

Les lundis semaine paire de 14h à 16h

Gratuit - sur inscription / À partir du 28 septembre

● **Equilibre**

Entretenez votre équilibre en toute sécurité ! Grâce à des exercices adaptés et progressifs, cet atelier contribue à améliorer l'équilibre, la coordination, la souplesse et la prévention des chutes, dans une ambiance bienveillante.

Les vendredis à 16h

Intervenante : Valérie Breton, kinésithérapeute préventeur

Tarif : 60 € les 12 séances sur inscription / À partir du 6 novembre

● **Bienvenue à la retraite**

Un parcours collectif de 6 rencontres pour vivre une retraite sereine, active et épanouie. Échangez avec d'autres jeunes retraités, découvrez les ressources près de chez vous, abordez les démarches administratives, prenez soin de votre santé et construisez de nouveaux projets de vie.

Les jeudis de 14h à 16h - Public : futurs et jeunes retraités

Coordination : Carsat Pays de la Loire & Néosilver

Gratuit - sur inscription / à partir du 5 novembre



LES MOMENTS EN FAMILLE

● **Atelier cuisine - Mercredi 26 août 2026**

Et si on cuisinait avec ce que l'on a sous la main ?

Parents et enfants relèvent le défi : imaginer un repas à partir d'un frigo et de placards... imaginaires ! Ensemble, ils choisissent les recettes, s'organisent, cuisinent et préparent un goûter gourmand à partager dans la convivialité.

- Parents-Enfants (6-12 ans) : 14h00-16h30
- Animé par Delphine, « Faridelle »
- Centre Social
- Gratuit



● **Voyage sonore - Samedi 29 août 2026**

Création d'instruments à partir d'objets détournés

- Parents-Enfants (3-6 ans) : 9h30-10h30
- Parents-Enfants (7-12 ans) : 11h00-12h00
- Animé par Anne Claire « A Portée de soi »
- Centre Social
- Gratuit

● **Sophro-balade – Samedi 05 septembre 2026**

À l'écoute du souffle et de la nature

- Parents-Enfants (+6 ans) : 14h00-16h00
- Animé par Géraldine, Sophrologue
- St Léonard des Bois
- Gratuit



● **Les réseaux sociaux sociaux en famille**

Vendredi 9 octobre 2026

Un temps d'échange ludique pour mieux comprendre les réseaux sociaux, partager ses expériences grâce au jeu @hSocial.

- Parents-Ados : 19h00-21h00
- Animé par Charlène Bossard, conseillère numérique – Département
- Centre Social
- Gratuit

● **Complicité en famille - Samedi 10 octobre 2026**

Echange et partage en famille autour du bien-être et dans la bienveillance

- Parents-Enfants (+6 ans) : 14h00 - 16h00
- Animé par Géraldine, Sophrologue
- Centre Social
- Gratuit

LES MOMENTS EN FAMILLE

Inscription
au Centre
Social

● Branche fleurie - Samedi 17 octobre 2026

Décorer une branche avec des fleurs naturelles séchées et artificielles avec du papier crépon

- Parents-Enfants (+ 4 ans) : 14h30-16h30
- Animé par Matthieu et Morgane « Le Jardin des Prés Verts »
- Centre Social
- Tarif : 2€ par personne - matériel fourni

● Ateliers Snoezelen - Sam 17 oct / 14 nov / 12 déc

Exploration et découverte sensorielles

- Parents-Enfants (3 mois-3 ans)
- Centre Social
- Gratuit – Séance de 30 minutes par famille



● Atelier couture - Mardi 20 octobre 2026

Création d'un porte cartes et d'un marque page

- Parents-Enfants (+8 ans) : 14h-16h
- Animé par Solange, couturière professionnelle
- Centre social
- Gratuit



● Voyage sonore – Jeudi 22 octobre 2026

Création sonore collective avec des appeaux

- Parents-Enfants (7-12 ans) : 14h -15h
- Parents-Enfants (3-6 ans) : 16h -17h
- Animé par Anne Claire « A Portée de soi »
- Centre Social
- Gratuit

● Art floral - Lundi 26 octobre 2026

Ensemble, vous composez des réalisations florales en jouant avec les couleurs, les formes et les textures de la nature. Une activité créative et complice, propice à l'échange et à l'imagination.

- Parents-Enfants (+4 ans) : 10h30 -11h30
- Animé par Marie « l'Atelier Fleuri 53 »
- Centre Social
- Tarif : 10€ par enfant



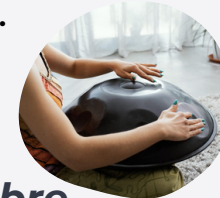
LES MOMENTS EN FAMILLES

Inscription
au Centre
Social

● Expression corporelle - Mer 4 nov

Un moment joyeux pour bouger, ressentir et s'exprimer en musique. En lien avec le spectacle « Souffle », cette séance invite petits et grands à découvrir ensemble les émotions du corps.

- Parents-Enfants (3 mois à 4 ans) : 10h-10h45
- Animé par Anne, Pat et Yasmina « Compagnie K »
- Centre Social
- Gratuit



● Éveil aux sons - Samedi 7 novembre

Une parenthèse musicale à vivre en famille, pour explorer les sons, les rythmes et les instruments tout en partageant un moment de complicité.

- Parents-Enfants (3 mois – 4 ans) : 10h30 -11h30
- Centre Social
- Tarif : 2€ à 2€50 par enfant

● Atelier Origami - Samedi 14 novembre

Réalisation d'une paire de boucle d'oreille ou d'un porte-clés

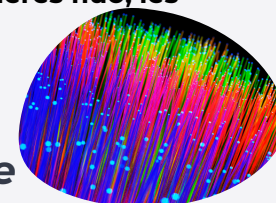
- Parents-Enfants (+6 ans) : 14h-16h
- Animé par Matthieu et Morgane « Le Jardin des Prés Verts »
- Centre Social
- Tarif : 3€ par personne - matériel fourni



● Matinée Fluo - Mercredi 25 novembre

Une exploration sensorielle tout en douceur pour les tout-petits et leurs parents. Dans un univers de couleurs et de lumières fluo, les enfants explorent, touchent et s'émerveillent.

- Parents-Enfants (3 mois à 3 ans) : 10h-11h
- Centre Social
- Gratuit



● Voyage sonore - Mer 16 décembre

Un moment de découverte et de partage en famille pour explorer les percussions et les rythmes à travers des expérimentations sonores.

- Parents-Enfants (7-12 ans) : 14h00/15h00
- Parents-Enfants (3-6 ans) : 16h00/17h00
- Animé par Anne Claire – À Portée de Soi
- Centre Social
- Gratuit

ACTIVITÉS ADULTES

Inscription
au Centre
Social

● Fabrication d'un baume au calendula - Samedi 22 août 2026

Le baume au calendula soigne et apaise les problèmes de peau

- 10h - 14h prévoir pique-nique sur place
- Animé par Morgane à Mézières sous Lavardin sur le site du Jardin des Prés Verts
- Tarif : 4€ par personne - matériel fourni

● Cycle Cuisine -5 sept / 10 oct / 24 oct / 31 oct

Cuisiner, échanger, partager ! Un cycle de 4 ateliers pour réaliser des recettes simples et familiales, dans une ambiance conviviale

- 9h30-11h30
- Animé par Delphine « Faridelle »
- Centre Social
- Gratuit



● Art floral – Lundi 14 septembre 2026

Viens réaliser un bouquet de fleurs avec les conseils d'une fleuriste !

- 19h00 - 20h00
- Animé par Marie « L'atelier Fleuri 53 »
- Centre Social
- Tarif : 10€ par personne - Matériel fourni

● Atelier Vannerie - Samedi 19 septembre 2026

Fabrication d'un pot à crayons

- 10h00 - 12h00
- Animé par Morgane et Matthieu « Le Jardin des Prés Verts »
- Centre Social
- Tarif : 3€ par personne - Matériel fourni

● Voyage sonore - Samedi 7 novembre 2026

Une expérience immersive pour explorer les sons et les vibrations en lien avec les 5 sens. Ce voyage invite à la détente, à l'écoute de soi et à la relaxation, pour un véritable moment de bien-être.

- 14h30 - 15h30
- Animé par Anne Claire « A Portée de soi »
- Centre Social
- Gratuit



ACTIVITÉS ADULTES

Inscription
au Centre
Social

● L'art de ralentir - Samedi 21 novembre

Un temps pour soi pour souffler, se détendre et lâcher prise.

- 14h00 - 17h30
- Animé par Géraldine Cognet, Sophrologue
- Centre Social
- Gratuit

● Art floral – Début décembre 2026

Viens réaliser une couronne de Noël avec les conseils d'une fleuriste !

- 19h00 - 20h00
- Animé par Marie « L'atelier Fleuri 53 »
- Centre Social
- Tarif : 10€ par personne - Matériel fourni



LES SORTIES et MANIFESTATIONS

PARC ANIMALIER CERZA

Samedi 3 octobre 2026 - Ouvert à tous à partir de 3 ans

Transport en car tourisme - Hermival Les Veaux

Départ : 7h30 - Retour : 19h30

Tarifs : 26€ Adulte - 18€ Enfant (3-16 ans)



LA BOURSE AUX VÊTEMENTS HIVER

Salle des Fêtes FYÉ - adultes et enfants dès 10 ans

DÉPÔT : 40 articles/personne et 1€ par déposant

Jeudi 8 octobre 9h-19h et vendredi 9 octobre 9h-12h30

VENTE : Entrée libre

Samedi 10 octobre 2026 : de 9h30 à 18h00

Dimanche 11 octobre 2026 : de 14h00 à 17h00



PARC ANIMALIER D'ECOUVES - HALLOWEEN

Mercredi 28 octobre 2026 - Ouvert à tous à partir de 3 ans

Transport en minibus

Départ : 13h30 - Retour : 17h30

Tarif : 5€ par personne

LES SORTIES et MANIFESTATIONS

LA BOURSE AUX JOUETS et PUERICULTURE

Jouets, livres, articles de puériculture, articles de sports, multimédia

Salle des Fêtes OISSEAU-LE-PETIT

DÉPÔT : 30 articles/personne 1€ par déposant

Jeudi 12 novembre 14h-19h et vendredi 13 novembre 9h-15h

VENTE : Entrée libre

Samedi 14 novembre : de 9h30 à 17h30

Dimanche 15 novembre : de 14h00 à 17h00



SPECTACLE "SOUFFLE" - Compagnie K

Un spectacle tout en douceur où les tout-petits et leurs parents sont invités à vivre une expérience sensorielle et musicale. Le corps devient rythme, les gestes prennent vie : on écoute, on bouge, on frappe des mains, on fait danser une plume... et chacun peut participer à son rythme, dans un univers poétique et enveloppant.

Samedi 21 novembre 2026 - De 6 mois à 4 ans - Jauge limitée - Gratuit

Les familles ayant participé à la séance d'expression corporelle du 4 novembre 2026 seront prioritaires pour ce temps de découverte.



ATELIER CRÉATIF - DÉCO DE NOËL

Lundi 28 septembre à 18h30 au Centre Social

1ère rencontre ouverte à tous les habitants qui souhaitent créer des décorations de Noël et tenir un stand lors du Marché. Les recettes de la vente viendront financer les sorties Famille. Partage d'idées déco et de savoir faire.

LE MARCHÉ DE NOËL

Expositions, artisanats, vente de produits de Noël, animations, ateliers, bar restauration

Dimanche 6 décembre 2026 - de 10h à 18h

Salle des Fêtes OISSEAU-LE-PETIT

Entrée Libre



LA FÊTE DU CENTRE SOCIAL

JEUX - ANIMATIONS - SPECTACLE - BUVETTE

Mercredi 30 juin 2027 - à partir de 16h00

Entrée libre - au Centre Social



PETITE CRECHE - les Pitchoun's



Besoin de souffler, de prendre du temps pour soi : quelques heures ou la journée entière ? En contrat occasionnel ou régulier, l'équipe de professionnelles de la Petite Enfance accueille les enfants de 10 semaines à 3 ans.

Horaires : du lundi au vendredi de 8h00 à 18h00.

Tarifs : en fonction des ressources du foyer

RELAIS PETITE ENFANCE

Lieu gratuit d'accueil, d'information et d'accompagnement pour les assistants maternels, les parents et leurs enfants. Le relais vous renseigne sur l'ensemble des modes de garde sur le territoire et sur le métier d'assistant maternel. Permanences le mardi après-midi et le mercredi au Centre Social - sur RDV

LES ACCUEILS DE LOISIRS

Les mercredis et pendant les vacances scolaires, les accueils de loisirs du centre social proposent des temps de loisirs éducatifs et de pratiques d'activités diversifiées afin de permettre à tous les enfants de 3 à 12 ans de vivre ensemble des moments de découverte, de partage et de prise d'autonomie.



Vacances

Lieu : École de Oiseau

Automne, Noël, Hiver, Printemps :

Inscription à la journée

Été : inscription à la semaine 4 ou 5 jours

Mercredis

Lieu : École de Oiseau

Inscription à la demi-journée ou journée

Inscriptions au Centre Social sur RDV ou sur le Portail FAMILLE

-> attestation assurance et quotient familial, carnet vaccination

Le nombre de places est limité

Repas à fournir sauf été - goûter inclus

Horaires : de 9h00 à 17h30

Garderie de 7h45 à 18h30 : 0.50€ le créneau matin et/ou soir

Tarifs : de 9.40€ à 24.10€ la journée

selon le Quotient Familial et la commune du domicile

LES PERMANENCES

Gratuit
Contacts ou RDV au
Centre Social

● France Services



Pour être accompagné sur la réalisation des formalités administratives : Impôts, France Travail, CAF, Sécurité Sociale, La Poste, Retraite, les titres d'identité, MSA, URSSAF etc.

Le jeudi après-midi - sur RDV

● Conseiller numérique



Pour devenir autonome sur les usages numériques: utilisation d'un ordinateur ou d'un smartphone, vendre son véhicule, échanger avec mes proches, etc. **Le jeudi matin - sur RDV**

● Mission Locale



Une mission locale est un service public de proximité afin de permettre à tous les jeunes de 16 à 25 ans d'être accompagnés dans leur insertion professionnelle et sociale.

Le lundi - sur RDV

● Assistante sociale



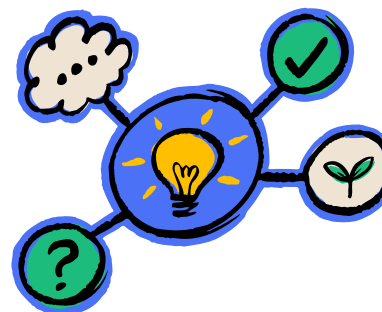
Pour vous aider à rebondir si vous rencontrez des difficultés sur le logement, l'éducation, les finances, l'autonomie, etc.

Le mardi sur RDV

● Protection Maternelle Infantile



Consultation **sur RDV**.



UNE IDÉE ?
UN PROJET ?
UNE ENVIE D'AGIR ?
OU TOUT SIMPLEMENT ENVIE D'ÉCHANGER ?

Au Centre Social de la Haute Sarthe, chaque idée peut devenir un projet. Notre équipe de salarié.e.s et de bénévoles est à votre écoute pour vous accueillir, vous conseiller et vous accompagner dans la réalisation de vos initiatives.

INFOS - CONTACTS



✉ secretariat@cshs.fr
☎ 02 33 82 19 20
📍 15, les champs roux
72610 Oiseau-Le-Petit

🌐 www.centre-social-oiseau.fr

📘 Centre Social
de la Haute Sarthe

ADHÉSION

L'adhésion au projet associatif du Centre Social est nécessaire pour participer aux activités :

- 9.5€ - une famille CCHSAM
- 13.5€ - une famille hors CCHSAM
- 37€ - une association

HORAIRES ACCUEIL

Du lundi au mercredi :
9h00 - 12h00 et 14h00 - 17h30
Le jeudi :
9h00 - 12h00 et 14h00 - 15h30

