

[Afficher dans le navigateur](#)

Pour afficher l'intégralité du Quoi de neuf à l'EVM ?  
Cliquer au dessus sur "Afficher dans le navigateur"



# Quoi de neuf à l'EVM ?



## DECEMBRE 2023



Vous pouvez zoomer sur les affiches en appuyant dessus

## FAMILLES TOUT PUBLIC



**ATELIER CUISINE SANTE**  
A L'ESPACE VALOIS MULTIEN

**Atelier cuisine diabète**  
Samedi 30 septembre de 10h à 12h  
Préparation d'un petit bowl adapté aux diabétiques

**Atelier cuisine cholestérol**  
Samedi 14 octobre de 10h à 12h  
Préparation d'un cocktail végétal anti cholestérol

**Atelier cuisine apéro de fêtes**  
Samedi 9 décembre de 10h à 12h  
Préparation d'un apéritif équilibré pour les fêtes

N'utilisez pas d'apporter vos plats prêts pour repartir avec vos préparations

Atelier animé par :  
**Aurélie Lepitre**  
DIETETICIENNE - NUTRITIONNISTE

Tarif : SE par atelier  
INSCRIPTION ET CONTACT  
ESPACE VALOIS MULTIEN  
03.44.87.44.59  
accueil@csevm.fr  
Places ouvertes à tous - avec ou sans pathologies

Sept à déc  
**Un temps pour soi**  
Une séance le 2ème mercredi de chaque mois

**Gym douce / Bien-être**

Un temps de détente et de bien-être pour prendre soin de sa tête et de son corps

A l'EVM de Betz à partir de 19h

13 sept  
11 oct  
15 nov  
13 déc

**Marche méditative**

Un circuit de randonnée en pleine conscience - accessible à tous  
Le samedi 21 octobre

En +

SUR INSCRIPTION  
Forfait : 5€  
\* 12€ adhésion annuelle et familiale

CONTACT  
ESPACE VALOIS MULTIEN  
03.44.87.44.59  
accueil@csevm.fr

**ANIMATIONS CUISINE SANTE**  
A L'ESPACE VALOIS MULTIEN

Animations cuisine santé pour aborder différentes thématiques culinaires

**L'équilibre alimentaire kézaco ?**  
Vendredi 20 octobre - Matin

**Le repas le plus important de la journée**  
Vendredi 17 novembre - Matin

**Cuisiner sans rien jeter**  
Vendredi 1er décembre - Matin

**Comprendre les étiquettes**  
Vendredi 15 décembre - Matin

Atelier animé par :  
**Aurélie Lepitre**  
DIETETICIENNE - NUTRITIONNISTE

INSCRIPTION ET CONTACT  
ESPACE VALOIS MULTIEN  
03.44.87.44.59  
accueil@csevm.fr

**SEANCE REMISE EN FORME**  
LE SAMEDI DE 14H À 15H

Séance limitée à 10 personnes

5 & 26 Août  
2, 16 & 30 Septembre  
7 & 21 Octobre  
4 & 18 Novembre  
9 & 16 Décembre

**Au programme**

- Renforcer ses articulations
- Augmenter sa mobilité et sa souplesse ...

INSCRIPTION ET CONTACT  
ESPACE VALOIS MULTIEN  
03.44.87.44.59  
accueil@csevm.fr

Animé par Jérémie Stokowski, coaching sportif collectif

**Atelier parents - enfants/ados**  
"Vis ma vie"

Samedi 16 décembre de 10h à 12h  
A l'Espace Valois Multien

Vous avez du mal à comprendre votre enfant/ado ? Et il ne vous comprend pas toujours non plus ?  
Alors participez à l'atelier "Vis ma vie".  
Pour mieux se comprendre un échange des rôles le temps d'un instant.

Au programme :  
échanges sur la place de chacun  
création de mini scénarios  
jeux de rôles

GRATUIT

INSCRIPTION ET CONTACT  
ESPACE VALOIS MULTIEN  
03.44.87.44.59  
accueil@csevm.fr

La séance du 9 décembre  
aura lieu à la salle des fêtes  
de Betz dans le cadre du  
téléthon.

**INSCRIPTION ET CONTACT :**  
**03.44.87.44.59 ou 06.19.25.77.83**  
**accueil@csevm.fr**



# JEUNES



## Cuisine des Gourmands

Viens jouer les apprentis cuisinier et pâtissier à l'Espace Valois Multien  
Le mardi de 19h15 à 20h45 (hors vacances scolaires)  
Début le mardi 3 octobre 2023

\*Adhésion annuelle familiale obligatoire (12€)  
\*Si la séance (réglement) au trimestre



### Inscription et renseignements :

Espace Valois Multien  
1 rue de la Fraternité  
60620 Betz  
03.44.87.44.59  
accueil@csevm.fr

ARS  
Membre de la Fédération des centres sociaux de France  
et les 25 communes de notre territoire qui contribuent au financement de notre structure et de nos actions  
I.P.N.S. Ne pas jeter sur la voie publique

**Tu as entre 11 et 17 ans ?**  
Tu es collègue ? (élève) ?

**Comment s'inscrire ?**

Les mercredis tous les 15 jours (hors vacances scolaires), viens découvrir les différentes activités proposées par trimestre. Tu as 2 possibilités :

- De 12h à 17h : Tu peux venir manger à l'Espace Valois Multien. Un temps pour les devoirs est prévu si tu as besoin, activités et goûters tous ensemble!
- De 18h à 17h : Début des activités et goûters tous ensemble!

Viens à l'Espace Valois Multien avec tes parents ! Possibilité d'envoyer les documents d'inscription par mail.

Si l'atelier  
Règlement au trimestre + Adhésion annuelle familiale obligatoire (12€)

**Les mercredis Jeunes !**

**A L'ESPACE VALOIS MULTIEN**

**Renseignements et inscription.**  
Espace Valois Multien  
1 rue de la Fraternité - 60620 Betz  
03.44.87.44.59 - 06.40.75.08.87  
accueil@csevm.fr

Transport possible pour le retour  
Sur inscription (+1,50 €)

L'Espace Valois Multien est à 5 min à pied du collège



## Atelier « Jeux de stratégie »

Le mardi au collège Marcel Pagnol à Betz, salle 3 de 12h à 13h.  
Début le mardi 19 Septembre 2023.

\* Atelier gratuit  
\* Inscription obligatoire



### Inscription et renseignements :

Espace Valois Multien  
1 rue de la Fraternité  
60620 Betz  
03.44.87.44.59 / accueil@csevm.fr  
Aurélie, animatrice jeunes  
06.40.75.08.87  
jeunesse@csevm.fr

ARS  
Membre de la Fédération des centres sociaux de France  
et les 25 communes de notre territoire qui contribuent au financement de notre structure et de nos actions  
I.P.N.S. Ne pas jeter sur la voie publique



## Exprime-toi

Le 2ème vendredi de chaque mois au collège Marcel Pagnol de 12h à 13h, en salle vidéo.  
Début le vendredi 13 Octobre 2023  
Viens débattre avec nous !

\* Atelier gratuit  
\* Inscription obligatoire



### Inscription et renseignements :

Espace Valois Multien  
1 rue de la Fraternité  
60620 Betz  
03.44.87.44.59 / accueil@csevm.fr  
Aurélie, animatrice jeunes  
06.40.75.08.87  
jeunesse@csevm.fr

ARS  
Membre de la Fédération des centres sociaux de France  
et les 25 communes de notre territoire qui contribuent au financement de notre structure et de nos actions  
I.P.N.S. Ne pas jeter sur la voie publique

**1er trimestre :**  
**MUSIQUE NUMERIQUE**

Du 27 septembre au 13 décembre 2023

Viens découvrir la musique numérique.

**Au programme :**

Découverte de logiciels de musique

Découverte d'effets sonores

Découverte de techniques

Création de ton propre morceau

**INSCRIPTION ET CONTACT :**  
**03.44.87.44.59**  
**accueil@csevm.fr**



# SENIORS





**INSCRIPTION ET CONTACT :**  
**03.44.87.44.59**  
**accueil@csevm.fr**



**BENEVOLAT**



Nous recherchons des bénévoles pour aider au bon déroulement de la journée Noël solidaire qui aura lieu le 28 décembre à la salle des fêtes de Léviguen.

**INSCRIPTION ET CONTACT :**  
**03.44.87.44.59**  
**accueil@csevm.fr**



**MULTIMEDIA**



**Stage de création d'un Escape Game numérique sur la thématique des Jeux Olympiques**

Découvrez l'Escape Game Spécial JO 2024 réalisé au sein de l'Espace Multimédia de l'Espace Valois Multien à Betz du 23 au 27 octobre 2023 à destination des jeunes âgés de 11 à 17 ans. Merci à Mahé, Mathis et Titouan. Ce stage a été animé et encadré par Alexandre animateur multimédia.

1. Télécharger et installer l'application [Pégase](#) sur **une tablette** ou un **smartphone compatible**
2. Taper le code : **5061hdf**



**5061hdf**



**5061hdf**



# SERVICES ET PERMANENCES PARTENAIRES



**Samedi 9 décembre à la Salle Polyvalente de Betz**

**Le Point Conseil Budget Réinvente l'Art Floral**

De 14h à 17h :  
Création d'un centre de table en optimisant son budget  
=> 5€/composition au profit du Téléthon

De 14h à 15h :  
Séance de remise en forme, animée par Jérémie, coach sportif

De 15h à 16h : animation Zumba

RENSEIGNEMENTS :  
1 rue de la fraternité - 60620 Betz  
Tél : 03.44.87.44.59 - accueil@csevm.fr

**VENTE DE CRÊPES**



Contactez la 03 44 87 44 59 pour prendre rendez vous

**Permanence Impôts (sur rendez vous)**

En présence d'un agent des finances publiques

**Jeudi 21 Décembre 2023 de 13h30 à 16h**

de 13h30 à 16h

1 rue de la fraternité 60620 Betz

## Bus Départemental pour l'emploi (Conseil Départemental de l'Oise)

**NADEGE LEFEBVRE**  
Présidente du Conseil départemental de l'Oise

Lancé en 2016 sur le canton de Beauvais 2, le 1er Bus départemental pour l'emploi sillonne les routes de 71 communes de quatre cantons depuis l'été 2022, dont celui de Momy. Ce secteur a été nouvellement intégré au circuit initial (Beauvais 1, Beauvais 2, Grandvillers), depuis l'arrivée du cinquième bus, en septembre 2022, qui permet au dispositif de couvrir 100 % du territoire.

Les Bus pour l'Emploi se sont révélés être des alliés précieux pour accompagner les demandeurs d'emploi et les personnes en recherche de formations ou de conseils. L'objectif étant de lever les freins principaux à la recherche d'emploi notamment en zones rurales, compagne d'un public plus éloigné du monde de l'emploi, ayant des difficultés liées à la mobilité.

A ce jour, dans le Bus numéro 1, plus de 4000 personnes ont été reçues, et près de 7 personnes rencontrées sur 10 ont trouvé un emploi ou une formation.

Le Conseil départemental de l'Oise vous accompagne vers un futur qui vous souhaite plein de succès.

ADANCOURT 09H45-12H30 FONTAINE-LAVAGANNE 14H00-16H30	22 AOÛT	ABANCCOURT 09H45-12H30 PUSSELEU 14H00-16H45	30 AOÛT	CURY-EN-BRAY 09H45-12H30 TRISSERIEUX 14H00-16H45	21 SEPT.	BALLEUIL-SUR-THÉRAIN 09H45-12H30 THÉRONNE 14H00-16H45	12 OCT.	SAINT-MAUR 09H45-12H30 HALLOY 14H00-16H30	08 NOV.	SAINT-GERMER-DE-FLY 09H45-12H30 SAINT-AUBIN-EN-BRAY 14H00-16H30	30 NOV.
ANGY 09H45-12H30 LA NEUVILLE-EN-REZ 14H00-16H30	23 AOÛT	HAUVILLIERS 09H30-12H30 BONLIER 14H00-16H45	31 AOÛT	AUNEUIL 09H30-12H30 FROCUROT 14H00-16H45	24 SEPT.	FEUILLIÈRES 09H45-12H30 FORMERIE 14H00-16H30	17 OCT.	LA HOUSSEY 09H45-12H30 TALMONTIERS 14H00-16H30	09 NOV.	HONDANVILLE 09H45-12H30 AUTEUIL 14H00-16H30	5 DÉC.
SAUVIGNIES 09H30-12H30 AUX MARAIS 14H00-16H45	24 AOÛT	LE VAUROUX 09H45-12H30 LALANDE-EN-SON 14H00-16H30	05 SEPT.	SAINTE-FÉLIX 09H45-12H30 NEUILLY-SOUS-CLERMONT 14H00-16H30	27 SEPT.	CEMPHOIX 09H45-12H30 MARSEILLE-EN-BEAUVAISIS 14H00-16H45	18 OCT.	ABANCCOURT 09H45-12H30 FONTAINE-LAVAGANNE 14H00-16H30	14 NOV.	BOUY 09H45-12H30 THURY-SOUS-CLERMONT 14H00-16H30	6 DÉC.
SOMMERIEUX 09H45-12H30 GRANDVILLIERS 14H00-16H30	29 AOÛT	LA LANDELLE 09H45-12H30 SAINT-GERMER-DE-FLY 14H00-16H30	04 SEPT.	LAVERNES 09H15-12H30 ROCHY-CONDE 14H00-16H30	28 SEPT.	TILLE 09H15-12H30 BLACOURT 14H00-16H30	19 OCT.	ANGY 09H45-12H30 LA NEUVILLE-EN-REZ 14H00-16H30	15 NOV.	ROMESCAMPES 09H45-12H30 MULIENS 14H00-16H30	7 DÉC.
		SAINT-AUBIN-EN-BRAY 14H00-16H30	07 SEPT.	ONS-EN-BRAY 09H30-12H30 LECOURON-SAINTE-GEMME 14H00-16H30	03 OCT.	LE FAY-SAINT-QUENTIN 09H30-12H30 VERDREL-LES-SAUVIGNIES 14H00-16H45	24 OCT.	SAUVIGNIES 09H30-12H30 AUX MARAIS 14H00-16H45	16 NOV.	SONGEONS 09H45-12H30 HANVILLE 14H00-16H30	12 DÉC.
		HONDANVILLE 09H45-12H30 AUTEUIL 14H00-16H30	12 SEPT.	WARDIUS 09H15-12H30 BRESLES 14H00-16H30	04 OCT.	CAMBONNE-LES-CLERMONT 09H45-12H30 HERNES 14H00-16H30	25 OCT.	SOMMERIEUX 09H45-12H30 GRANDVILLIERS 14H00-16H30	21 NOV.	LA RUE-SAINT-PIERRE 09H45-12H30 ALLONNE 14H00-16H45	13 DÉC.
		BURY 09H45-12H30 THURY-SOUS-CLERMONT 14H00-16H30	13 SEPT.	SAINTE-MARTINE-LE-NOEUD 09H15-12H30 RAMVILLERS 14H00-16H45	05 OCT.	SAINT-PIERRE-ÈS-CHAMPS 09H45-12H30 FLAVACOURT 14H00-16H30	24 OCT.	MILLY-SUR-THÉRAIN 09H15-12H30 PUSSELEU 14H00-16H30	22 NOV.	CURY-EN-BRAY 09H45-12H30 TROISSERIEUX 14H00-16H45	14 DÉC.
		ROMESCAMPES 09H45-12H30 MULIENS 14H00-16H30	14 SEPT.	LACHAPELLE-AUX-PIOTS 09H30-12H30 GOINCOURT 14H00-16H45	10 OCT.	VILLERS-SAINT-BARTHELEMY 09H45-12H30 ESPAUBOURG 14H00-16H45	31 OCT.	BALLEUIL-SUR-THÉRAIN 09H45-12H30 THÉRONNE 14H00-16H45	23 NOV.		
		SONGEONS 09H45-12H30 HANVILLE 14H00-16H30	19 SEPT.	HERCHIES 09H15-12H30 SAINT-OMER-EN-CHAUSSEE 14H00-16H45	11 OCT.	SERFONTAINE 09H45-12H30 AUNEUIL 14H00-16H45	02 NOV.	LEVAUROUX 09H45-12H30 LALANDE-EN-SON 14H00-16H30	28 NOV.		
		LA RUE-SAINT-PIERRE 09H45-12H30 ALLONNE 14H00-16H45	20 SEPT.			SENNATES 09H45-12H30 SAINT-PAUL 14H00-16H45	07 NOV.	LACHAPELLE-AUX-PIOTS 09H30-12H30 GOINCOURT 14H00-16H45	29 NOV.		

►►► UN ITINÉRAIRE VERS L'EMPLOI RENDEZ-VOUS SUR L'UNE DES PERMANENCES DE VOTRE CHOIX. QUELLE QUE SOIT VOTRE COMMUNE DE RÉSIDENCE. ◀◀◀

A BORD, UN CONSEILLER EMPLOI ET FORMATION VOUS REÇOIT SANS ROY ◀◀◀

**INSCRIPTION ET CONTACT :**  
03.44.87.44.59  
accueil@csevm.fr



1 rue de la fraternité, 60620, Betz



Membre de la Fédération des centres sociaux de France



et les 25 communes de notre territoire qui contribuent au financement de notre structure et de nos actions



Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}  
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Afficher dans le navigateur](#) | [Se désinscrire](#)

