



1 séance à 10 € à Eu

ATELIER SPÉCIALE : "ALIMENTATION ET PRÉVENTION DES CANCERS"



Participez à l'atelier « Alimentation et prévention des cancers », animé par la diététicienne Laurence Devismes à O2S.

Un moment mêlant théorie et pratique, dans la cuisine pédagogique d'O2S à Eu.

- **Groupe 1** : Mercredi 8 octobre à 10h30

- **Groupe 2** : Jeudi 23 octobre à 14h30 (dans le cadre du forum)

Groupes de 7 personnes maximum

Tarif : 10 € (vous repartez avec vos préparations !)

Infos & inscriptions : 02 35 50 53 60 ou

o2s@villes-soeurs.fr

Post Facebook à relayer : <https://bit.ly/45O57tV>

Permanence ENM

Besoin d'aide pour des démarches administratives en ligne ? L'espace numérique mobile vous accompagne, c'est gratuit ! Si vous devez réaliser une déclaration en ligne pour la première fois, l'ENM peut vous aider. Parlez-en autour de vous !

- **Lundi 1 septembre**
10h à 12h Ville de Mers-les-Bains
14h à 16h Incheville
- **Lundi 8 septembre**
10h à 12h Ville Le Tréport
14h à 16h Ville de Gamaches
- **Lundi 15 septembre**
10h à 12h Commune d'Étalondes
14h à 16h Monchy Sur Eu
- **Lundi 22 septembre**
10h à 12h Commune de Dargnies
14h à 16h Commune de Criel-Sur-Mer
- **Lundi 29 septembre**
10h à 12h Eu
14h à 16h Mairie de Friaucourt
+ d'infos sur <https://bit.ly/ENM-CCVS>



VOS FORMALITÉS EN LIGNE SANS STRESS AVEC L'ENM !

1 SEPTEMBRE	8 SEPTEMBRE	15 SEPTEMBRE
10h à 12h MERS LES BAINS	10h à 12h LE TRÉPORT	10h à 12h ÉTALONDES
14h à 16h INCHEVILLE	14h à 16h GAMACHES	14h à 16h MONCHY-SUR-EU

22 SEPTEMBRE	29 SEPTEMBRE
10h à 12h DARGNIES	10h à 12h EU
14h à 16h CRIEL-SUR-MER	14h à 16h FRIAUCOURT

Maison des Services Publics au 02 27 28 05 91 ou FORJECNOR 07.88.40.62.78

 villes-soeurs.fr

Post Facebook à relayer : <https://bit.ly/4lFtgZB>

Vous avez au moins 58 ans ?

Vous souhaitez préparer votre retraite, mais n'êtes pas familiarisés aux outils informatiques ?



Cette réunion "CAP RETRAITE" est pour vous !

Inscrivez-vous auprès des conseillers France Services

Prochain rendez-vous à la communauté de communes des Villes Soeurs :

Vendredi 19 septembre 2025 à 14h00

Inscription obligatoire au 02.27.28.05.91 ou mSP@villes-soeurs.fr



VIE PRATIQUE | réunion d'information « CAP RETRAITE »

Futur retraité(e) : vous souhaitez préparer votre retraite, mais vous n'êtes pas familiarisé aux outils informatiques ?

Vendredi 19 septembre 2025 à 14h00

à la communauté de communes des Villes Soeurs
12 Avenue Jacques Anquetil 76260 Eu

Inscription obligatoire auprès d'un conseiller France Services

Maison des services publics

02 27 28 05 91

mSP@villes-soeurs.fr

Post Facebook à relayer : <https://bit.ly/45KgUJP>

SANTÉ | Réunion d'information "Mon Espace Santé" !

Découvrez le nouveau carnet de santé numérique mis à disposition par l'Assurance Maladie. Pour comprendre comment cet outil peut simplifier la gestion de votre santé au quotidien.

Vendredi 10 octobre 2025 de 14h à 16h

à la communauté de communes des Villes Soeurs
Maison des service publics
12 Avenue Jacques Anquetil 76260 Eu

Sur inscription au 02 27 28 05 91
mSP@villes-soeurs.fr

Post Facebook à relayer : <https://bit.ly/46d9yz1>




Réunion d'information "Mon Espace Santé"

Le carnet de santé numérique sécurisé

le 10 oct 2025 de 14 h à 16h

Maison des Services Publics de la communauté de communes des Villes Soeurs
12 avenue Jacques Anquetil 76260 EU

Sur inscription au 02 27 28 05 91 ou par mail mSP@villes-soeurs.fr

SÉCURITÉ NUMÉRIQUE

mon ESPACE SANTÉ

VOUS AVEZ LA MAIN SUR VOTRE SANTÉ.



SANTÉ | ATELIER CUISINE / NUTRITION À O2S

"De la jugeote dans la popote" !

4 séances, encadrées par Laurence DEVISMES, diététicienne.

Quand ?



Groupe n°4 : les vendredis 19 et 26 septembre, puis les 03 et 10 octobre 2025 à partir de 14h30 (4 séances)

Groupe n°5 : les vendredis 07, 14, 21 et 28 novembre 2025 à partir de 14h30 (4 séances).

Où ? Dans la cuisine pédagogique d'O2S Sport Santé Bien-être, 49 route de Mancheville à Eu.

Pour qui ? Prioritairement les personnes âgées de 60 ans et plus.

7 personnes maximum par groupe !

Tarif : 30€ par personne pour le programme complet de 4 séances.

Ateliers culinaires

CUISINEZ AVEC UNE DIÉTÉTICIENNE

"DE LA JUGEOTE DANS LA POPOTE"



⚠ Le nombre de places est limité, l'inscription est obligatoire !

Post Facebook à relayer : <https://bit.ly/3Jxil75>

SANTÉ | Conférence gratuite de sensibilisation et d'information sur la prévention des chutes pour les 60 ans et plus !

Vendredi 05 septembre 2025 de 15h30 à 17h30
à Ault, salle DAURELLY (rue du 11 novembre)

Par la suite, un atelier sur inscription, en plusieurs séances, sera organisé de septembre à novembre 2025. Priorité sera donnée aux personnes ayant participé à la conférence.

Post Facebook à relayer : <https://bit.ly/478eQhd>



Conférence Âge'ilité® PRÉVENTION DES CHUTES ET AUTONOMIE

animé par un kinésithérapeute

VENDREDI 05 SEPTEMBRE 2025
de 15h30 à 17h30

Salle Daurelly, rue du 11 Novembre 80460 Ault

Inscription auprès d'O2S 02 35 50 53 60





Le Médicobus se renforce dès septembre !

Dans la continuité de son engagement pour favoriser l'accès aux soins pour tous, la CCVS renforce le Médicobus et finance l'ouverture de 2 nouvelles permanences à compter de septembre 2025, au **Tréport** et à **Mers-les-Bains**.

Au Tréport

Tous les vendredis (hors jours fériés) à partir du 19 septembre
Dans les locaux de la Maison des Services, rue de l'ancienne verrerie

À Mers-les-Bains

Un mardi puis un mercredi en alternance à partir du 16 septembre
Salle Curie (ancienne école maternelle, en face à Verescence)

Toutes les informations sont à retrouver sur la page dédiée : <https://bit.ly/4omwwf3>

Post Facebook à relayer : <https://bit.ly/45wcB6a>



Séance yoga en extérieur
 VENDREDI 19 SEPTEMBRE
19H15



Yoga en plein air – Événement spécial rentrée !

Respirez, étirez-vous, reconnectez-vous

Votre centre O2S vous donne rendez-vous pour une séance exceptionnelle de yoga en extérieur, guidée par Cassandra.

14 Vendredi 19 septembre

19h15

Réservez dès maintenant via l'appli HEITZ ou au 02 35 50 53 60.

Post Facebook à relayer : <https://bit.ly/467kxe8>

Voici le planning en salle de septembre

+d'infos <https://bit.ly/46XZFXP>

O2S Sport • Santé					
COURS EN SALLE SEPTEMBRE					
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
09H15 PILATES	FULL BODY	GYM DOUCE	PILATES	GYM DOUCE	PILATES
10H15 ZUMBA	YOGA	CAF	STRETCHING	CIRCUIT TRAINING	STRETCHING
11H15					
12H30 CAF	CIRCUIT TRAINING	PILATES	FULL BODY	STRETCHING	
13H25					
14H20 GYM DOUCE					
17H15 CORE TRAINING					
18H15 CAF	CIRCUIT TRAINING	PILATES	ZUMBA	FULL BODY	
19H15 RELAXATION	FULL BODY	STRETCHING	PILATES	YOGA	

Niveau
Relax
Tonic
Énergique
Extrême

©2024 O2S - 40 Route de Mancheville 75050 EU • 02 35 50 53 60 • Accueil du public : Lundi au vendredi : 9h00 - 20h00 samedi : 9h00 - 14h00 et 14h45 - 17h00



La 10^e édition du Prix Littéraire des Villes Sœurs touche à sa fin !

Vous avez encore jusqu'au **7 septembre** pour voter et faire entendre votre voix. Ne manquez pas l'occasion de soutenir votre coup de cœur parmi les ouvrages en lice !

👉 Suivez la page **Réseau des Bibliothèques des Villes Sœurs** pour connaître les résultats très bientôt...

**Une série de vidéos a déjà été réalisée, et d'autres arriveront très bientôt !
N'hésitez pas à les partager pour faire découvrir le Prix au plus grand nombre.**

Vidéo 1 : <https://bit.ly/47drmvR>

Vidéo 2 : <https://bit.ly/3JQD7OY>

Vidéo 3 : <https://bit.ly/3JOnzeB>

Vidéo 4 : <https://bit.ly/3UMHXzf>