

LE TEMPS FORT de la semaine

Mercredi 5 octobre à 12h

À LA HALLE DE BÉRÉ

Tout public - Gratuit - Entrée libre

DES STANDS D'INFORMATION :

France Alzheimer



Informations sur la maladie et ses apparentés.

Mobilité - communauté de communes

Le service Aménagement du territoire vous présente les modes de déplacement sur le territoire de la communauté de communes.

Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) - Châteaubriant



Présentation de ses services et activités.

Relais Accueil Proximité (RAP)



Des membres de l'association RAP vous présentent leurs actions. *Tout public - Gratuit - Entrée libre*

Amicale des retraités d'Erbray

Toutes leurs animations présentées par les membres de l'Amicale.

Les petits frères des pauvres



Des membres de l'association Les petits frères des pauvres vous présentent leurs actions et diffusent de courtes vidéos.

Conseil des Sages



Des membres du Conseil des Sages vous présentent leurs actions. Inscriptions sur ce stand pour la projection ce vendredi 7 octobre du film « Un jour tu vieilliras ».

Passerelles et compétences



Des membres de l'association Passerelles et compétences vous informent.

Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC)



Des membres du CLIC vous informent sur ses missions d'accompagnement auprès des personnes de plus de 60 ans et / ou en situation de handicap.

15h Danse assise

Démonstration et participation du public. Animation proposée par le Centre Hospitalier CNP Pouancé.

16h Atelier chant



Animation proposée par la Chorale Méli Mélo.

TOUT AU LONG DE L'APRÈS-MIDI :

À table!

Présence d'une diététicienne pour parler de l'alimentation et l'hydratation. Animation proposée par les Marsouins et le Centre Local d'Information et de Coordination.

Boîte à don & grainothèque



Espace collaboratif d'échange d'objets proposé par le service Prévention et Gestion des déchets de la communauté de communes. Apportez vos graines, objets, décorations et vaisselles que vous n'utilisez plus.

Création de fleurs bleues



Atelier création de fleurs bleues en crépon qui seront ensuite offertes aux personnes âgées présentes sur le temps fort (fleur accompagnée d'un message) Animation proposée par le CAP et BAC PRO Service aux personnes du lycée Saint-Joseph.

Réalisation d'une œuvre collective en tissus de récupération



Tressage de bandes de tissus à 2, 4, 6 mains. Animation proposée par la Maison de la Ruralité de Sion-les-Mines.

Exposition

Exposition des œuvres picturales des résidents de l'EHPAD Chateaubriant-Nozay-Pouancé.

Partageons nos recettes anti-gaspi



Pour lutter contre de gaspillage alimentaire, de nombreuses solutions existent. Venez proposer les recettes que vous utilisez ou découvrez celles que vous utiliserez demain. Animation proposée par le service Prévention et Gestion des déchets de la communauté de communes.

Part'âge jeux

Présentation de jeux d'adresse fabriqués avec des matériaux de récupération. Animation proposée par l'EHPAD Le Val d'Émilie et les élèves du lycée Saint-Clair de Derval.



Comment venir?

- **La Barakatous** : 06 52 75 57 73 pour les habitants du secteur de Derval
- **Sol'Zen Amitié** : 06 86 74 91 09 - pour les habitants de Soudan.
- **Relais Accueil Proximité (RAP)** 02 40 55 59 32 - pour les habitants des communes du sud-est de l'intercommunalité.
- **Service de transport à la demande** 02 40 28 79 60 (inscription préalable en mairie) - pour les résidents de la communauté de communes.



LA SEMAINE BLEUE
Ensemble, bien dans son âge,
bien dans son territoire



séniors et alors?!



PROGRAMME DES ANIMATIONS

du 3 au 8 octobre 2022

SEMAINE NATIONALE DES RETRAITÉS ET PERSONNES ÂGÉES

LA MARCHÉ BLEUE

Renseignements et réservations: 02 28 04 06 33

Lundi 3 octobre

Découverte de l'aquatraining et accès à l'espace bien-être

À 9h30 et à 10h30
Lieu: AquaChoisel à Châteaubriant
Deux séances: 9h30 ou 10h30.
Dès 60 ans - **Gratuit - Réservation obligatoire** au 02 40 07 73 78

Petite balade du lundi

À 9h45 - Départ: Centre socio-culturel intercommunal à Châteaubriant
Une marche de 4 kilomètres d'une durée d'environ une heure.
Tout public - Gratuit - Entrée libre

Atelier informatique

À 14h30 - Lieu: Centre socio-culturel intercommunal à Châteaubriant



Vous n'avez guère touché un ordinateur, vous croyez être en difficulté? Venez voir comment nous pouvons vous accompagner dans cette découverte. Venez voir comment échanger avec la famille et les amis, comment visiter le monde... Animation proposée par l'association ACIAH.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 06 50 04 98 95

Portes ouvertes de l'association Rencontres

De 16h30 à 17h45 - Centre socio-culturel intercommunal à Châteaubriant
Atelier d'aide aux devoirs.
Tout public - Gratuit - Entrée libre

Mardi 4 octobre

Portes ouvertes de l'association Rencontres



De 9h30 à 17h45 - Centre socio-culturel et Jardin des Lilas à Châteaubriant
• de 9h30 à 11h au CSCi: ateliers socio-linguistique et alphabétisation.
• de 14h à 17h au Jardin des Lilas
• de 16h30 à 17h45 au CSCi: ateliers d'aide aux devoirs.
Tout public - Gratuit - Entrée libre

Après-midi belote

À 14h - Lieu: salle du Foyer à Soudan
Animation proposée par l'association SolzenAmitiés.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 02 28 04 06 33

Découverte des sentiers de randonnée en réalité virtuelle

Du mardi 4 au samedi 9 octobre à 14h
Lieu: Office de Tourisme



Immersion en 1830 sur le site des Forges à la Hunaudière. Découverte des sentiers de randonnée.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire

Atelier chant

À 14h - Lieu: salle Berriau à Erbray
Groupe de personnes qui aiment chanter de la chanson française pour leur plaisir. Atelier proposé par l'Amicale des retraités d'Erbray.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 07 81 34 73 30

Marche détente (allure adaptée)

À 14h - Départ: préau espace Saint-Jean à Moisdon-la-Rivière



Balade de 4 km proposée par le Relais Accueil Proximité (RAP).
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 02 40 55 59 32

Mercredi 5 (matin)

Action de prévention théâtre «idées reçues sur les séniors»

Toute la matinée
Lieu: Marché à Châteaubriant
Spectacle proposé par le CCAS.
Tout public - Gratuit - Entrée libre

Jeudi 6 octobre

Atelier posture et mouvement

À 9h15 et à 10h30 - Lieu: salle Asphodé à Grand-Auverné
Gymnastique douce animée par une psychomotricienne. Animation proposée par le RAP.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 02 40 55 59 32

Portes ouvertes de l'association Rencontres

De 9h30 à 17h45 - Centre socio-culturel et Jardin des Lilas à Châteaubriant
• de 9h30 à 11h au CSCi: ateliers socio-linguistique et alphabétisation.
• de 14h à 17h au Jardin des Lilas
• de 16h30 à 17h45 au CSCi: ateliers d'aide aux devoirs.
Tout public - Gratuit - Entrée libre

Marche à la Meilleraye-de-Bretagne

À 9h
Départ: salle des Forges d'Erbray
Deux circuits au choix: 3 à 4 km ou environ 9 km. Action proposée par l'Amicale des retraités d'Erbray
Tout public - Gratuit - Entrée libre

Marche

À 10h
Départ: salle des fêtes de Ruffigné



Avant la marche: diaporama sur le bienfait de la marche. Deux circuits au choix 1,5 km ou 3 km. Animation proposée par l'OPASS.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 02 40 81 06 22

Exposition «Pierre, feuille, ciseaux» de l'artiste Giovanna Chauvin Rossi

Dès 14h
Lieu: 29 rue de Couëré à Châteaubriant

Visite commentée. Giovanna Chauvin Rossi explore dans son travail le sujet de la mémoire, de l'empreinte à travers des souvenirs d'enfants mais aussi par un travail de visibilité des femmes dans le sport. Elle croise différentes techniques, anciennes comme la gravure, le tissage et plus contemporaines avec le dessin au stylo bic et la sérigraphie.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 02 28 04 06 33

Atelier jeux de société

De 14h à 16h
Lieu: Centre socio-culturel intercommunal à Châteaubriant



Tout public - Gratuit - Entrée libre

Manipuler un ordinateur quand on est aveugle

De 14h à 17h
Lieu: médiathèque à Châteaubriant
Découvrir comment ouvrir des horizons à une personne âgée qui perd la vue, qui tremble ou qui n'a qu'une main... Animation proposée par l'association ACIAH.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 06 50 04 98 95

Spectacle «Hommage ô désespoir»

À 14h
Lieu: Halle de Béré à Châteaubriant
Spectacle de la cie des «Grandes Brêles» proposé par l'ORPAC.
Tout public - 7€ - Réservation obligatoire au 02 40 81 06 22

Découverte de l'apprentissage du chant

De 20h30 à 22h30
Lieu: Conservatoire intercommunal à Châteaubriant
Animation proposée par la Chorale Méli Mélo. - **Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire** par email à meli-melo-chateaubriant@orange.fr

Vendredi 7 octobre

Gymnastique douce

À 9h et à 10h - salle Berriau à Erbray
2 séances proposées par l'Amicale des retraités d'Erbray et animées par une psychomotricienne.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 07 81 34 73 30

Atelier posture et mouvement

De 11h30 à 12h15
Lieu: salle de sport à La Chapelle-Clain



Gymnastique douce animée par une psychomotricienne. Animation proposée par le RAP.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 02 40 55 59 32

Portes ouvertes de l'association Rencontres

Toute la matinée
Lieu: Centre socio-culturel intercommunal à Châteaubriant

Lire et faire lire.
Tout public - Gratuit - Entrée libre

Atelier peinture

De 14h à 17h30
Lieu: Maison des associations à Soudan
Découverte de la peinture animée par un professeur et proposée par Solzen Amitiés.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 02 28 04 06 33

Projection du film «Un jour tu vieilliras» suivie d'un débat

De 15h à 18h
Lieu: cinéma à Châteaubriant

Visionnage et débat sur l'isolement des personnes de plus de 60 ans. Animation proposée par le Conseil des Sages, le CCAS, les petits frères des pauvres et Mederic Humanis.
Tout public - Gratuit - Réservation obligatoire au 06 25 25 09 77



CHERCHEURS D'EMPLOI,
SALARIÉS, LYCÉENS, ÉTUDIANTS

**VENEZ DÉCOUVRIR
LES MÉTIERS DES SERVICES
AUX PERSONNES !**



DÉCOUVREZ LES MÉTIERS,
LES FORMATIONS,
DÉVELOPPEZ VOS COMPÉTENCES
RENCONTREZ DES PROFESSIONNELS

DU 3 AU 7 OCTOBRE
RALLYE DES MÉTIERS DES SERVICES
AUX PERSONNES SUR TOUT LE TERRITOIRE
CHATEAUBRIANT-DERVAL
Inscriptions au 02 28 04 06 33



proposé par la communauté
de communes et ses partenaires
emploi-formation du secteur
des services aux personnes