

- 9^e ÉDITION -
PROGRAMME 2025/26

JE VOUS
INVITE
À ...

DES ACTIONS GRATUITES D'INITIATION À LA PRÉVENTION
pour bien vivre votre âge
OUVERT à tous à partir de 60 ans





En 2025 et 2026, la Communauté de communes Anjou Loir et Sarthe poursuit, avec ses partenaires, son engagement en faveur des personnes de 60 ans et plus. À travers le programme "Je vous invite à", nous proposons à nouveau des animations gratuites et des ateliers de prévention, pensés pour encourager les bonnes habitudes au quotidien, prévenir la perte d'autonomie, et favoriser un vieillissement en bonne santé.

Ces actions conjuguent des approches variées : prévention santé, mobilité, activités physiques, culturelles et moments de convivialité.

Pour cette 9^{ème} édition, vous retrouverez les ateliers que vous avez plébiscités (ateliers "premiers pas numériques", découverte du patrimoine et de la culture, prévention des chutes avec des sessions thématiques sur le sommeil, la nutrition et des activités sportives adaptées, etc.).

Inscrivez-vous dès à présent aux différents ateliers proposés, en partenariat avec les acteurs locaux engagés de la conférence des financeurs, qui soutiennent financièrement ces initiatives de prévention. Nous remercions également les associations du territoire (le CLIC, Accord'âges, MSA/Asept, Wimoov, Habit'Age, les clubs sportifs), les CCAS, avec qui nous travaillons en proximité.

Un grand merci aux municipalités qui mettent à disposition leurs infrastructures pour accueillir ces ateliers, ainsi qu'aux services de la communauté de communes pour leur contribution précieuse à cette nouvelle programmation. Un bel exemple d'action collective au service du bien vieillir dans nos territoires.

JOËLLE CHARRIER

VICE-PRÉSIDENTE DES ACTIONS SOCIALES ET FRANCE SERVICES

JE VOUS INVITE À ...

- > se familiariser avec l'informatique **P.4 à P.7**
 - > pratiquer une activité sportive **P.8**
 - > bien vieillir au volant **P.9**
- > participer à un projet d'arts du cirque **P.10 à P.11**
 - > favoriser le bien-être au quotidien **P.12**
 - > avoir une alimentation saine **P.13**
- > se familiariser avec l'informatique (suite) **P.14 à P.17**
- > renforcer votre confiance dans vos déplacements **P.18**
 - > découvrir les richesses du territoire **P.19**
 - > participer à la vie locale **P.20**
 - > d'autres temps forts **P.21**
- > me déplacer avec les transports solidaires **P.22**
 - > accueillir un jeune **P.23**
 - > renseignements **P.24**

Programme d'ateliers gratuits

Directeur de publication : Jean-Jacques GIRARD

Rédaction : Service CCALS

Création : Service communication CCALS

Impression : Imprimerie Faguier

Tirage : 800 exemplaires



JE VOUS INVITE À se familiariser avec l'informatique

DÉCOUVRIR LES OUTILS NUMÉRIQUES

LIEUX	DATE	HEURES	ATELIERS	INTERVENANTS
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 25 sept.	10h à 12h	Découvrir la tablette ou le smartphone*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 25 sept.	13h45 à 15h45	Découvrir la tablette ou le smartphone*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Lundi 29 sept.	14h à 16h	Mon espace santé et mes applis santé	Conseillers numérique et France services
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 2 octobre	10h à 12h	Se familiariser avec la saisie de texte, clavier tactile*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 2 octobre	13h45 à 15h45	Se familiariser avec la saisie de texte, clavier tactile*	ASEPT
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régner	Mercredi 8 octobre	10h à 12h	Mon espace santé et mes applis santé	Conseillers numérique et France services



JE VOUS INVITE À se familiariser avec l'informatique

DÉCOUVRIR LES OUTILS NUMÉRIQUES

LIEUX	DATE	HEURES	ATELIERS	INTERVENANTS
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 9 octobre	10h à 12h	Se connecter au wifi, faire une recherche sur le web*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 9 octobre	13h45 à 15h45	Se connecter au wifi, faire une recherche sur le web*	ASEPT
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 16 octobre	10h à 12h	Créer une adresse mail, écrire, envoyer un e-mail*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 16 octobre	13h45 à 15h45	Créer une adresse mail, écrire, envoyer un e-mail*	ASEPT
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régner	Lundi 3 nov.	10h à 12h	Rédiger et mettre en page un document	Association culturelle de Corzé
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 6 nov.	10h à 12h	Utiliser les fonctions photo et vidéo*	ASEPT

> VOUS POUVEZ VENIR AVEC VOTRE MATÉRIEL LORS DES ATELIERS

> INSCRIPTION AU : 06 71 09 86 39 / 06 73 17 42 80

> *CYCLE D'APPRENTISSAGE PROGRESSIF DE 10 SÉANCES, INSCRIPTION POUR LE CYCLE ENTIER



JE VOUS INVITE À se familiariser avec l'informatique

DÉCOUVRIR LES OUTILS NUMÉRIQUES

LIEUX	DATE	HEURES	ATELIERS	INTERVENANTS
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 6 nov.	13h45 à 15h45	Utiliser les fonctions photo et vidéo*	ASEPT
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 13 nov.	10h à 12h	Se familiariser avec le store, télécharger des applis*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 13 nov.	13h45 à 15h45	Se familiariser avec le store, télécharger des applis*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 20 nov.	14h à 16h	S'initier à l'intelligence artificielle (IA)	Conseiller numérique
CHEFFES Mairie 3 squ. René Goujon	Mardi 25 nov.	14h30 à 16h30	Acheter sur Internet	Conseiller numérique
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 27 nov.	10h à 12h	Utiliser Youtube et Whatsapp*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 27 nov.	13h45 à 15h45	Utiliser Youtube et Whatsapp*	ASEPT



JE VOUS INVITE À se familiariser avec l'informatique

DÉCOUVRIR LES OUTILS NUMÉRIQUES

LIEUX	DATE	HEURES	ATELIERS	INTERVENANTS
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 4 déc.	10h à 12h	Faire des achats en ligne en toute sécurité*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 4 déc.	13h45 à 15h45	Faire des achats en ligne en toute sécurité*	ASEPT
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 11 déc.	10h à 12h	Apprivoiser l'accès aux droits sur Internet*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 11 déc.	13h45 à 15h45	Apprivoiser l'accès aux droits sur Internet*	ASEPT
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Judi 18 déc.	10h à 12h	Bilan et échanges*	ASEPT
DAUMERAY Cyber base 3 rue des Ecoles	Judi 18 déc.	13h45 à 15h45	Bilan et échanges*	ASEPT

> VOUS POUVEZ VENIR AVEC VOTRE MATÉRIEL LORS DES ATELIERS

> INSCRIPTION AU : 06 71 09 86 39 / 06 73 17 42 80

> *CYCLE D'APPRENTISSAGE PROGRESSIF DE 10 SÉANCES, INSCRIPTION POUR LE CYCLE ENTIER



JE VOUS INVITE À pratiquer une activité sportive

FAIRE DU SPORT ADAPTÉ

LIEUX	ACTIVITÉS	DATES	HEURES	INTERVENANTS
CHEFFES Salle St-Sulpice 6 rue Val St Sulpice	Gym douce	Jeudis 9, 16 octobre 6, 13 nov.	14h à 15h	Educateur sportif Antony Bourgeais
CHEFFES Salle St-Sulpice 6 rue Val St Sulpice	Relaxation : améliorer le sommeil	Lundis 6 octobre 17, 24 nov.	14h à 15h	Psychomotricienne Véronique Federkeil
CHEFFES Salle St-Sulpice 6 rue Val St Sulpice	Prévention : risques de chutes	Lundis 13 octobre 17, 24 nov.	14h - 15h 16h - 17h	Psychomotricienne Véronique Federkeil

> INSCRIPTION AUPRÈS DU TENNIS CLUB DE CHEFFES : 06 77 94 06 06



JE VOUS INVITE À bien vieillir au volant

RÉVISER LE CODE DE LA ROUTE ET REMETTRE À NIVEAU SA CONDUITE

LIEUX	DATES	HEURES	INTERVENANTS
SEICHES/LE-LOIR Salle Villa Cipia Place Auguste Gautier	Jeudi 16 octobre	9h30 à 12h30	Ateliers Sécurité routière de la Préfecture (sans inscription)
CHEFFES* Mairie, salle du conseil 3 sq. René Goujon	Mardi 4 novembre	9h - 12h et 13h30 - 17h	Conduite and Co Moniteur auto-école
JARZÉ* Salle annexe à la salle des fêtes rue Louis Touchet	Mardi 2 décembre	9h - 12h et 13h30 - 17h	Conduite and Co Moniteur auto-école
BARACÉ* salle	Mardi 6 janvier	9h - 12h et 13h30 - 17h	Conduite and Co Moniteur auto-école

> INSCRIPTION AUPRÈS DE LA CCALS : 06 47 84 47 90

* LE MATIN : SÉANCES "JE RÉVISE MON CODE", L'APRÈS-MIDI : 30 MIN. DE CONDUITE AVEC LE MONITEUR



JE VOUS INVITE À participer à un projet d'arts du cirque

CONFECTIONNER DES ÉLÉMENTS DE COSTUMES
ET ACCESSOIRES POUR LE SPECTACLE DES SCOLAIRES

LIEUX	ATELIERS	DATES	HEURES	INTERVENANTS
CHEFFES Salle St-Sulpice 6 rue Val St-Sulpice	6	Jeudis 8, 15 janvier 22, 29 janvier 5, 12 février	10h à 12h	Eliz BARAT Artiste textile et danseuse Cie du Trépied
JARZÉ Salle St-Michel 7 rue Louis Touchet	Spectacle avec les scolaires	Mercredi 6 mai	19h30 à 21h30	Cie du Trépied Représentation gratuite du spectacle "De corps et de cordes"

- > PROGRAMME ÉVOLUTIF, INSCRIPTION POUR LE CYCLE ENTIER AUPRÈS DE LA CCALS :
06 47 84 47 90
- > ATELIERS DE CONFECTIONS TEXTILES ET ACCESSOIRES DANS LE CADRE D'UN PARCOURS
D'ÉDUCATION ARTISTIQUE ET CULTURELLE 2025-2026, EN PARTENARIAT AVEC LE SERVICE
CULTURE DE LA CCALS ET MOBIL'IDÉES.
PAS DE PRÉ-REQUIS SPÉCIFIQUES NÉCESSAIRES.



JE VOUS INVITE À participer à un projet d'arts du cirque

PRATIQUER UNE ACTIVITÉ ADAPTÉE POUR STIMULER
SA MOTRICITÉ FINE, SA MÉMOIRE ET SA CURIOSITÉ PAR
LE JONGLAGE

LIEUX	ATELIERS	DATES	HEURES	INTERVENANTS
CHEFFES Salle St-Sulpice 6 rue Val St-Sulpice	4	Mardis 3, 10 mars Jeudis 5, 12 mars	10h à 12h	Artistes Cies du Trépied et Zalataï
JARZÉ Salle St-Michel 7 rue Louis Touchet	1	Mercredi 6 mai	17h à 18h30	Répétition générale de la 1 ^{re} partie du spectacle "De corps et de cordes"
JARZÉ Salle St-Michel 7 rue Louis Touchet		Mercredi 6 mai	19h30 à 20h	Présentation sur scène
JARZÉ Salle St-Michel 7 rue Louis Touchet		Mercredi 6 mai	20h à 21h30	Cie du Trépied Représentation gratuite du spectacle "De corps et de cordes"

- > PROGRAMME ÉVOLUTIF, INSCRIPTION POUR LE CYCLE ENTIER AUPRÈS DE LA CCALS :
06 47 84 47 90
- > ATELIERS DE JONGLAGE DANS LE CADRE D'UN PARCOURS D'ÉDUCATION ARTISTIQUE ET
CULTURELLE 2025-2026, EN PARTENARIAT AVEC LE SERVICE CULTURE DE LA CCALS
PAS DE PRÉ-REQUIS SPÉCIFIQUES NÉCESSAIRES.



JE VOUS INVITE À favoriser le bien-être au quotidien

BIEN DANS SA TÊTE, BIEN DANS SON CORPS

ACTIVITÉS	LIEUX	DATES	HEURES	INTERVENANTS
BULLE D'R Temps de parole et d'échanges pour <u>les aidants</u> de personnes âgées	Tiercé Saveurs des moulins Place de la mairie	Vendredis 5 sept. 3 oct. 7 nov. 5 déc.	15h à 16h15	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants de l'Est Anjou
INSCRIPTION AUPRÈS DE L'ASSOCIATION ACCORD'ÂGES : 02 30 30 09 00				
SOPHROLOGIE Pour <u>les aidants</u> de personnes âgées	Tiercé Salle Bulle EHPAD Ste-Anne 2 rue Bourg Joly	Jeudis 25 sept. 9 oct. 6 nov. 18 déc.	14h30 à 16h	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants de l'Est Anjou
INSCRIPTION AU : 02 41 89 55 10				
ATELIER VITALITÉ Exercices ludiques	Etriché Salle Harmonia 5A rue du Patisseau	Lundis 3 nov. 10 nov. 17 nov. 24 nov. 1 ^{er} déc. 8 déc.	9h30 à 12h	ASEPT / MSA
INSCRIPTION AUPRÈS DE L'ASSOCIATION ASEPT : 02 41 31 77 12				

Un aidant est une personne qui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne d'une personne en perte d'autonomie, du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap.



JE VOUS INVITE À avoir une alimentation saine

LA CUISINE, UN LIEN SOCIAL

ACTIVITÉS	LIEUX	DATES	HEURES	INTERVENANTS
ATELIERS CULINAIRES ET PARTAGE DU REPAS	à préciser	De février à juin (jours à déterminer)	à déterminer	CLIC Tiphaine Aupècle Le Tiroir à couverts

> INSCRIPTION AUPRÈS DU CLIC À PARTIR DE JANVIER 2026 : 06 84 70 46 79



Le CLIC est un point d'information de proximité pour les personnes âgées et leurs aidants (permanences dans les France services). La coordinatrice du Clic vous aide à trouver des solutions face à la perte d'autonomie, pour le maintien à domicile, pour trouver des structures d'hébergement, pour les mesures de protection et la vie sociale / relationnelle...

N'hésitez pas à les contacter : 02 41 89 14 54 - 06 84 70 46 79
contact@clicnordestanjou.com - www.clicnordestanjou.com



JE VOUS INVITE À se familiariser avec l'informatique

DÉCOUVRIR LES OUTILS NUMÉRIQUES

LIEUX	DATE	HEURES	ATELIERS	INTERVENANTS
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Lundi 12 janvier	14h à 16h	Les bonnes pratiques	Conseiller numérique
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régner	Mercredi 4 février	14h à 16h	S'initier à l'intelligence artificielle (IA)	Conseiller numérique
TIERCÉ CCALS, salle Argance 103 rue Charles Darwin	Lundi 9 février	10h à 12h	Rédiger et mettre en page un document	Association culturelle de Corzé
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régner	Jeudi 5 mars	10h à 12h	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 5 mars	13h45 à 15h45	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Lundi 9 mars	14h à 16h	S'initier à l'intelligence artificielle (IA)	Conseiller numérique



JE VOUS INVITE À se familiariser avec l'informatique

DÉCOUVRIR LES OUTILS NUMÉRIQUES

LIEUX	DATE	HEURES	ATELIERS	INTERVENANTS
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régner	Jeudi 12 mars	10h à 12h	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 12 mars.	13h45 à 15h45	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régner	Jeudi 19 mars	10h à 12h	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 19 mars	13h45 à 15h45	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régner	Jeudi 26 mars	10h à 12h	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 26 mars.	13h45 à 15h45	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT

> VOUS POUVEZ VENIR AVEC VOTRE MATÉRIEL LORS DES ATELIERS

> INSCRIPTION AU : 06 71 09 86 39 / 06 73 17 42 80

> *CYCLE D'APPRENTISSAGE PROGRESSIF DE 10 SÉANCES, INSCRIPTION POUR LE CYCLE ENTIER



JE VOUS INVITE À se familiariser avec l'informatique

DÉCOUVRIR LES OUTILS NUMÉRIQUES

LIEUX	DATE	HEURES	ATELIERS	INTERVENANTS
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régnier	Jeudi 2 avril	10h à 12h	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 2 avril	13h45 à 15h45	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régnier	Mercredi 8 avril	14h à 16h	Les bonnes pratiques	Conseiller numérique
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régnier	Jeudi 9 avril	10h à 12h	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 9 avril	13h45 à 15h45	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régnier	Jeudi 30 avril	10h à 12h	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT

> VOUS POUVEZ VENIR AVEC VOTRE MATÉRIEL LORS DES ATELIERS

> INSCRIPTION AU : 06 71 09 86 39 / 06 73 17 42 80

> *CYCLE D'APPRENTISSAGE PROGRESSIF DE 10 SÉANCES, INSCRIPTION POUR LE CYCLE ENTIER



JE VOUS INVITE À se familiariser avec l'informatique

DÉCOUVRIR LES OUTILS NUMÉRIQUES

LIEUX	DATE	HEURES	ATELIERS	INTERVENANTS
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 30 avril	13h45 à 15h45	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régnier	Jeudi 7 mai	10h à 12h	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 7 mai	13h45 à 15h45	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régnier	Jeudi 21 mai	10h à 12h	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 21 mai	13h45 à 15h45	Se familiariser avec son smartphone, sa tablette*	ASEPT
SEICHES/LE-LOIR France services 28 rue Henri Régnier	Jeudi 28 mai	10h à 12h	Bilan et échanges du cycle*	ASEPT
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	Jeudi 28 mai	13h45 à 15h45	Bilan et échanges du cycle*	ASEPT



JE VOUS INVITE À renforcer votre confiance dans vos déplacements

SÉCURISER VOS DÉPLACEMENTS À PIED, À VÉLO,
EN VOITURE ET DÉCOUVRIR
D'AUTRES MODES DE TRANSPORT

LIEUX	ATELIERS	DATES	HEURES	INTERVENANTS
CORZÉ Maison des associations 2 rue des Ecoles	2	Lundis 16, 23 mars	14h30 à 16h30	WIMOOV
TIERCÉ CCALS, salle Aragncé 103 rue Charles Darwin	2	Mardis 17, 24 mars	9h30 à 11h30	WIMOOV
MORANNES Salle	2	Mardis 17, 24 mars	14h30 à 16h30	WIMOOV
DURTAL France services 11 rue Joseph Cugnot	2	Vendredis 20, 27 mars	9h30 à 11h30	WIMOOV
LA CHAPELLE ST-LAUD Mairie, salle polyvalente 2 rue des Ecoles	2	Vendredis 20, 27 mars	14h30 à 16h30	WIMOOV

> WIMOOV PEUT VOUS ACCOMPAGNER INDIVIDUELLEMENT OU EN GROUPE POUR UNE MISE EN SITUATION AFIN DE S'APPROPRIER UN AUTRE MODE DE TRANSPORT (TRAIN, TRAMWAY SUR ANGERS, ETC). RENSEIGNEMENTS AUPRÈS DE L'ANIMATRICE WIMOOV.

> INSCRIPTION AUPRÈS D'EMILIE POCHÉ : 07 85 80 66 57



JE VOUS INVITE À découvrir les richesses de notre territoire

VISITER, C'EST DÉCOUVRIR
LES RICHESSES LOCALES MAIS AUSSI L'OCCASION
DE CRÉER DES LIENS

ACTIVITÉS	LIEUX	DATES	HEURES	INTERVENANTS
ATELIER VERRIER D'ART Eric Boucher	Durtal 2 allées des Tilleuls	Janvier (jour à déterminer)	à déterminer	Verrier Eric Boucher
CIRCUIT VÉLO 16 km - niveau facile	Cheffes Place de l'Eglise	Jeudi 19 mars	10h à 12h	CCALS service tourisme (gratuit)
BALADE PÉDESTRE 6 km - niveau facile	Montreuil/Loir Etang des Bretonnières	Jeudi 2 avril	10h à 12h	CCALS service tourisme (gratuit)
VISITE ATELIER MONGOLFIER Céramique	Durtal 1 rue Denis Papin	Mardi 12 mai	à déterminer	Gérante Delphine Stroesser
VISITE DE LA FERME BONA FLORA Plantation aromatiques/médicinales	Cheffes 12 Pont du Renard	Mercredi 10 juin	10h	Gérante Carine Lemaître
CROISIÈRE À BORD DE LA GOGANE	Cheffes ou Morannes	Jeudi 11 juin	10h30 à 12h	CCALS service tourisme (gratuit)
PIQUE-NIQUE OU GUINGUETTE + BALADE, JEUX	Base de loisirs Malagué Chaumont d'A.	Jeudi 18 juin	rdv à 11h	CCALS Kevin Martin

> INSCRIPTION AUPRÈS DE LA CCALS : 06 47 84 47 90



JE VOUS INVITE À participer à la vie locale



ESPACE DE VIE SOCIALE ET LIEU POUR
RECUEILLIR VOS IDÉES DE PROJETS
D'ANIMATION TOUTE L'ANNÉE

Mobil'Idées est un espace de vie sociale itinérant qui sillonne le territoire Anjou Loir et Sarthe à la rencontre des habitants de tous âges. Accueil, convivialité, rencontres, animations... Mobil'Idées est à l'écoute de vos envies et accompagne les initiatives collectives qui font vivre le territoire.

Mobil'Idées propose une animation d'atelier couture pour la scénographie du prochain Festival Anjou Loir et Sarthe (cf page 10).

Pour toutes informations contactez :
> Camille Rochard (animatrice) ou Aurélie Guérin (coordinatrice) : 06 62 94 26 84

Retrouvez le programme complet et l'itinéraire de Mobil'Idées sur la page Facebook association.mobilidees49@gmail.com



JE VOUS INVITE À d'autres temps forts (spectacles et conférences gratuits)

À INSCRIRE DANS VOTRE AGENDA

ACTIVITÉS	LIEUX	DATES	HEURES	INTERVENANTS
INFORMATIONS SUCCESSION DONATION	Jarzé Salle des fêtes rue Louis Touchet	Mardi 23 sept.	14h30	Notaires Maîtres Bavière (Baugé) et Maradan (Durtal) (sans inscription)
THÉÂTRE "RAGE D'AIDANTS" Journée nationale des aidants	Tiercé Cinéma Le Pax 14 rue Bourg Joly	Vendredi 3 oct.	20h	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants de l'Est Anjou (sans inscription)
CONFÉRENCE "ADAPTER SON HABITAT"	à déterminer	Mercredi 26 nov.	14h à 16h	Nombreux partenaires (sans inscription)
THÉÂTRE "MA NOUVELLE VIE DE RETRAITÉ"	Seiches/le-Loir Salle Villa Cipia Place Auguste Gautier	Jeudi 11 déc.	14h30 à 17h	Cie Casus Délires (sans inscription)
CONFÉRENCE "DE BONS CONSEILS POUR ÉVITER LES CHUTES ET GARDER LA FORME"	Seiches/le-Loir Salle Villa Cipia Place Auguste Gautier	Jeudi 5 février	14h15 à 16h30	Médecin prévention et l'Agirc-Arrco (sans inscription)
FESTIVAL ANJOU LOIR ET SARTHE Arts de la rue	Cheffes Centre-bourg	Samedi 30 mai Dimanche 31 mai	Toute la journée	Informations www.ccals.fr



JE VOUS INVITE À à me déplacer avec les transports solidaires

UN BÉNÉVOLE PEUT VOUS EMMENER :
À UNE CONSULTATION MÉDICALE, DANS VOS COMMERCES,
AUX LIEUX DE DÉMARCHES ADMINISTRATIVES,
VISITER UN PROCHE...

Durtal • Les Rairies • Montigné-les-Rairies • Morannes sur Sarthe-Daumeray
Association Trajet Solidaire : 02 41 32 55 96 | denis.jean-claude@orange.fr

Baracé • Cheffes • Etriché • Montreuil-sur-Loir • Tiercé
Association Voitur'âge : 06 23 14 40 70 | voiturations49@gmail.com

Beauvau • Chaumont d'Anjou • Jarzé Villages • Lué-en-Baugeois
CCAS de Jarzé Villages : 02 41 95 40 03 | mairiejarzevillages.fr

Seiches-sur-le-Loir
CCAS de Seiches-sur-le-Loir : 02 41 76 27 82 | actionsociale@seiches.fr

Corzé
Association Alter'Partage : 06 80 96 23 66 | alterpartage49@gmail.com

La Chapelle Saint-Laud • Huillé • Lézigné • Marcé
Association Tout'âge Transport : 02 41 76 19 23 | toutagetrans@gmail.com

Une chambre disponible ? Envie de rendre service ?



➔ **Accueillez
un jeune** ↻

En mettant une chambre à la disposition d'un plus jeune
(stagiaire, alternant, jeune actif...),
vivez une expérience de partage et d'entraide !



Renseignements
Association "Le temps pour toit"
02 40 29 14 82

**ANJOU
LOIR &
SARTHE**
communauté de communes

Et si vous ouvriez votre porte à une belle rencontre ?

L'association "Le temps pour toit" organise des cohabitations entre seniors et jeunes à la recherche d'un logement. Une cohabitation sereine, humaine et encadrée. Céline Barré, coordinatrice dédiée, vous guide pas à pas : mise en relation avec une personne adaptée à vos besoins, suivi tout au long de la cohabitation, échanges réguliers.

L'association "Le temps pour toit" veille à votre confort et au respect de vos attentes. Cette cohabitation, fondée sur l'écoute et la solidarité, permet de partager des moments choisis et de créer un véritable lien intergénérationnel. Pour en savoir plus : 02 40 29 14 82



POUR TOUT RENSEIGNEMENT ET INSCRIPTIONS

Contactez le
service proximité sociale

Tél. : 06 47 84 47 90

Email : proximitesociale@ccals.fr

Inscriptions possibles jusqu'à 3 jours avant l'atelier.
Places limitées, la priorité sera donnée aux personnes n'ayant pas
participé aux précédents ateliers.
En cas d'impossibilité d'assister à un atelier, pensez à nous
prévenir afin qu'une autre personne puisse en profiter.

ANJOU
LOIR &
SARTHE
communauté de communes

**COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
ANJOU LOIR ET SARTHE**

103 rue Charles Darwin
BP 70004
49125 TIERCÉ
Tél. 02 52 75 05 05

