



BULLETIN DU PÔLE D'ANIMATION

enlors



Au programme!

Le thème : Des mots, des maux, et des mots Avec le soutien de la Conférence des Financeurs du Cher.



Chant **Théâtralisation**

En Avant la Jeunesse!

Animé par Flora Pace Duranton. Répétitions les mardis de 13h45 à 16h à l'Ecole de Musique de La Septaine à Avord

Les 6 et 20 mai



Renseignements / Inscriptions



06 45 10 52 52 ou sasseignes@cc-laseptaine.fr

Sauf précision, les animations sont gratuites



SPECTACLE



Un voyage musical au travers de correspondances avec des mots... des maux et des mots!

Gratuit • ouvert à tous

Le mardi 17 juin

à la salle des fêtes de Baugy à 18h

Bilan / Projet

Le mardi 8 juillet à partir de 12h

- Partage du repas
- Elaboration de la prochaine saison
- Répétition





Sophrologie Sophro danse

Libération du stress - Détente Animé par Maggy Balda

Mardi 10 juin à 14h30 à la salle des fêtes de **Gron**

Calligraphie

Initiation à l'écriture gothique à la plume.

Partage de connaissances avec Marie Claude Berton

Jeudi 26 juin à 14h30

Salle du presbytère à Savigny-en-Septaine

Limité à 10 personnes



Soutien à des initiatives sur le territoire

Les Aiguilles solidaires



Tricot / Couture

apprendre, échanger, se retrouver autour des travaux d'aiguilles

Les jeudis 15 mai, 5 juin à partir de 14h salle de l'ancien café à **Crosses**

Repas de fin de saison

Jeudi 3 juillet

Pour plus de renseignements : Elisabeth Moreau: 02 48 25 02 69 ou auprès du Pôle d'Animation Séniors



Douleur Chronique et Mouvement : vers une meilleure qualité de vie

Ateliers et Conférence proposés par le Pôle d'Equilibre Territorial et Rural.

Avec l'intervention du Docteur Chaboche, médecin généraliste, psychothérapeute et fondateur du Centre Vitruve.

Mardi 24 juin à partir de 16h30 salle des fêtes d'Etréchy



Cela s'est passé ...

Rencontre intergénérationnelle

au Lycée Agricole de Bengy-sur-Craon



Cette année, 5 séniors se sont mis les pieds sous la table au restaurant éphémère des élèves de 3ème. Un régal pour les yeux et les papilles.

De l'accueil, au service et en cuisine, tout était parfait! Merci



au Numérique

En début d'année, à Soye-en-Septaine, la Mutualité Française a proposé, à 11 séniors, des séances de formation au numérique, animées par Maxence Camus.

Intergénération

La surprise!

Les enfants de l'école primaire de Villabon CE2 CM1, CM2 ont poursuivi leur correspondance avec des séniors du territoire en leur envoyant un joli cadeau rempli de bons vœux.

En Avant la Jeunesse!



Les répétitions se poursuivent. Selon Léo Billon, guitariste, venu rejoindre la troupe pour un premier filage : « c'est prometteur ! »



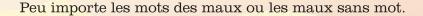


Calligraphie

Beaucoup d'application pour cet atelier, à Savignyen-Septaine, animé par Marie Claude Berton, passionnée de cet art. Les participantes, après s'être essayées au brouillon, ont écrit leur prénom en lettres gothiques sur des cartes. Devant le succès de cette animation, une deuxième date est proposée en juin.

Sophrologie, sophro danse

C'est à Villabon que Maggy Balda, sophrologue, a proposé de se relaxer, se détendre en suivant un accompagnement musical.





Correspondance et écrits du Berry

Un après-midi de lecture d'écrits berrichons accompagnée d'anecdotes racontées par Michel Pinglaut à Farges-en-Septaine.

L'intergé Bricol'tout

Avant l'animation avec les enfants de l'Accueil de Loisirs de La Septaine à Avord, six séniors accompagnés de Cindy apprentie, se sont réunis quatre fois pour préparer cette rencontre. Sur le thème de l'écriture pour les séniors, du sport pour les enfants, 3 ateliers ont été proposés : scrapbooking, quilling et écriture à la plume.

Panneau Pocket

PanneauPocket

La Communauté de Communes de La Septaine utilise désormais cet outil de communication pour vous informer de son actualité.

Elle est gratuite et sans ouverture de compte. Elle est accessible sur l'ordinateur ou téléchargeable sur votre téléphone portable.

Sortir Plus

Le service Sortir Plus proposé par la caisse de retraite complémentaire Agirc-Arrco a pour objectif de favoriser la mobilité et le lien social.

Il s'adresse aux **personnes de 75 ans et plus** relevant du régime Agirc-Arrco, sans condition de ressources. Il peut permettre de faire ses courses, rendre visite à des amis ou à la famille, aller chez le coiffeur, au restaurant, faire une promenade, aller chez le médecin...

Vous n'aurez rien à avancer, ni à régler : vos sorties sont intégralement prises en charge par votre caisse Agirc-Arrco dans la limite de votre enveloppe annuelle.

Un numéro est mis à votre disposition pour contacter un conseiller, vérifier votre éligibilité et connaître le montant de l'aide : 0 971 090 971 (du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30, hors jours fériés) ou sur le site https://services75ans.agirc-arrco.fr/

