



BIEN VIEILLIR AVEC LE CENTRE SOCIAL

Ils ont 60, 70 ou même 85 ans et viennent au centre social pour travailler leur mémoire, organiser des activités, ou rencontrer d'autres personnes. Sur deux numéros, nous allons vous relater, au travers d'expériences individuelles ou collectives, ce que peut signifier bien vieillir avec le CSI. Pour garder du lien social, faciliter le vivre ensemble, le centre social prend en compte vos besoins et se fait force de propositions. Alors, vous venez nous rejoindre ?*

«Rien ne sert d'ajouter des années à sa vie, il vaut mieux rajouter de la vie à ses années». C'est la devise de Louis, 85 ans, qui vit sur notre territoire. Petit homme dynamique, tout l'intéresse et particulièrement la transmission aux générations futures.

L'Intergénération

Quand le Centre social a commencé à réfléchir sur l'intergénération, c'est tout naturellement qu'il est venu nous voir. Il s'est impliqué et a travaillé avec d'autres habitants, à la création d'une BD. Les plus vieux ont écrit les histoires de leurs communes et les plus jeunes les ont illustrées. Ce fut

l'occasion, pour lui, de faire deux belles rencontres avec une ethnologue, et la directrice des archives départementales.

Deux livres à son actif !

Cette expérience, impulsée par le centre social, lui suscite la soif d'écrire. Son thème de prédilection reste... la mémoire de sa commune. En 2006 il réalise un livre retraçant l'histoire de St-Christophe. En 2013 il poursuit ce travail en rédigeant ses mémoires.

Prendre soin de soi

« Faire travailler son cerveau car le cerveau s'use à ne pas servir ».

Louis ne s'arrête pas là et il parti-

cipe activement aux ateliers mémoire organisés par le CSI en partenariat avec la MSA. Il s'implique ensuite dans «les ateliers du bien vieillir» à travers lesquels il apprend les bonnes pratiques pour prendre soin de soi (alimentation, entretien physique, etc...)

Toujours à l'affût

Habitant aujourd'hui la Résidence de l'Ormeau à St Christophe du Bois, il est toujours très actif. Il fait partie de nos distributeurs de l'Inf'Ocsigène et s'informe régulièrement de ce que le CSI organise.

Tout comme pour Louis, le Centre social peut vous aider à bien vieillir. Rester actif, s'intéresser, sont quelques clés pour bien vieillir. N'hésitez pas à venir nous rejoindre, sur nos actions ou parce que vous avez un besoin, une idée. Nous restons à votre écoute.

Retrouvez prochainement l'histoire de «Retraites actives».



Les distributeurs de l'Inf'Ocsigène

*bien vieillir : un des axes de la Fédération des Centres Sociaux à laquelle nous adhérons.



UNE NOUVELLE TÊTE AU CSI

Josepha Giacobbo vient de rejoindre notre équipe pour 15 mois en tant que stagiaire. Elle prépare un diplôme d'animatrice professionnelle DEJEPS. Elle aura en charge d'accompagner un projet de repair'café et de mettre en cohésion toutes les animations adultes. Merci de lui réserver le meilleur accueil !

ANIMATION FAMILLE

La communication parents/ados

Le 5 novembre dernier au foyer des jeunes de la Séguinière a eu lieu la dernière rencontre de parents sur la communication et la gestion de conflits. Les échanges ont été riches et variés, chacun s'enrichissant des expériences des uns et des autres. Il n'y a pas de solution miracle. Après des apports théoriques sur la communication non violente, c'est à l'aide d'un jeu que chacun a pu s'exprimer sur de nombreux sujets de communication, des mises en situation parent/ado, et des paroles de parents ou d'ados.

Pour l'an prochain nous envisageons de continuer ces groupes de paroles et d'échanges. Si vous avez des sujets ou des thèmes que vous aimeriez aborder, merci de les communiquer soit à Julie (coordinatrice jeunesse) ou à Mélanie (référente famille) du centre social.



RETRAITES ACTIVES retraitesactives@laposte.net

Un mois de novembre bien rempli !

Le 5 novembre dernier c'est sous le mauvais temps que les randonneurs sont partis. Pas question d'aller à la Tourlandry comme prévu. Ils étaient donc une bonne quinzaine à se diriger vers La Séguinière. Ils ont marché sur le parcours jonché d'énigmes, proposé par l'équipe jeunesse lors de la fête de la nature aux habitants : «**à la découverte du livre d'or**». Un parcours qui permet de découvrir le patrimoine de la commune jusqu'à trouver le livre d'or. Pendant ce temps là, les «non-marcheurs» se sont réunis au CSI à la découverte de sites informatiques sympas, sous la houlette de Corinne. Le mardi 10 novembre un petit groupe s'est retrouvé avec Mandy, animatrice jeunesse au Centre Social, pour une formation sur un logiciel de retouche photos. Passionnant, mais que de choses à se souvenir ! Toujours avec Mandy, le 12 novembre dernier un groupe a participé à une séance de scrapbooking. Le 19 novembre, pendant que certains effectuaient une randonnée, une autre séance de retouche photos a eu lieu. En soirée tout le monde s'est retrouvé autour de bons petits plats pour voir les photos des deux jours au Mont-St Michel.



Programme :

Randonnées : le 03 : Nuaille -7km. **Le 17 :** Beaupreau – Les Coteaux de La Roche -6km
Rendez-vous à 13h45 au CSI.

Activités : le 10 : après-midi déco : «boules de Noël» avec Corinne. Apportez 30 carrés de papier de 9cmx9cm ou 7cmx7cm et un petit cylindre (genre crayon papier). Si vous avez d'autres idées, venez nous les faire partager. **Le 17 :** art floral avec Alice. Apportez vos fleurs, des pommes de pin, des boules de Noël etc...

Plus d'infos sur retraitesactives@laposte.net



RELAIS ASSISTANTS MATERNELS

Les matinées récréatives avec la psychomotricienne

Elles ont démarré en novembre dans chaque commune sur le thème de la découverte sensorielle. Elles permettent aux enfants de découvrir puis d'expérimenter des sensations, de prendre conscience de leur corps. L'éveil sensoriel joue un rôle important dans le développement psychomoteur de l'enfant qui se développe autant par les sensations liées au mouvement, que par les sensations tactiles. Retour en images.

Prochaine séance avec la psychomotricienne en janvier 2016.



L'agenda des associations adhérentes

Concours de belote le Mercredi 9 Décembre 2015 à l'Espace Galerne La Romagne.

Inscriptions à partir de 13h30 Tarif : 7€.

Organisé par le Club du Temps Libre.

Assemblée générale de l'Association des Assistants Maternels du Canton de Montfaucon (AAMCM) le 11 décembre 2015 salle Bel Air La Romagne avec inscriptions pour l'année 2016.

St Léger sous Cholet : animation de Noël le samedi 12 décembre 2015 : à la Gare avec le père Noël et des promenades en calèche, crêpes et vin chaud ; au foyer municipal avec un loto gratuit pour les enfants à partir de 5 ans, à 11h, 14h et 16h.

Organisé par les Amis de Léo

Erratum liste des assistants maternels de St-Christophe

Des erreurs ont été détectées dans la liste des assistants maternels diffusée dans le dernier numéro du Christo'Mag. Cette liste est consultable en mairie ou sur le site internet.

Merci de votre compréhension.

Mairie de St-Christophe du Bois





ANIMATION JEUNESSE

Des vacances d'octobre très prisées au centre social !

Nouveaux jeunes en âge d'accéder à La Passerelle, effet de programme... toujours est-il que la demande pour ces dernières vacances a été très forte. Nous avons dû refuser des inscriptions faute de place, malgré une anticipation et une réorganisation. Cependant nous avons tout de même accueilli un grand nombre de jeunes de 11/14 ans aux différentes activités proposées : soirée halloween, fabrication de jus de pomme, Paris games week, un dîner presque parfait etc...

Les activités variées sont souvent à l'initiative des jeunes, des animateurs qui ont à coeur de faire découvrir de nouvelles choses, ou en fonction de l'actualité (Paris games week).

Les remarques des parents, et des jeunes ont été nombreuses et positives.

Les espaces jeunes (14/18 ans), ont, quant à eux, connu un succès un peu moindre. Les jeunes ont profité de ces vacances pour se poser, se retrouver dans les locaux, et réfléchir aux futurs projets (camps, sorties...) sauf au foyer de St Christophe qui a fait peau neuve ! Les jeunes l'ont repeint (en gris et rouge) afin de le remettre au goût du jour, et de lui donner une nouvelle jeunesse.

Vente de JUS DE POMME

Si vous êtes intéressé par du jus de pommes, nous pouvons vous en proposer à 2€ la bouteille. Cette vente (*action d'autofinancement*) a lieu au profit de projets de jeunes pour l'été prochain.

A savoir : la fabrication de ce jus de pommes a été réalisée par les jeunes de la Passerelle lors des vacances d'automne.



Passerelle 11/14 ans : bricolo dingo



Passerelle 11/14 ans : décide ta journée



Passerelle 11/14 ans : dîner presque parfait



Passerelle 11/14 ans : rugby



11/18 ans : Paris Games week



Foyer de St-Christophe : rénovation

Association Centre Social Intercommunal Ocsigène

18 rue d'Anjou - 49280 Saint-Léger-sous-Cholet

Tél : 02.41.56.26.10 Fax : 02.41.56.27.97

Site internet : <http://ocsigene.centres-sociaux.fr>

Courriel : csinter@wanadoo.fr

BUREAU CSI

Pascaline Devanne (présidente) - La Séguinière

Jean-Marie Guérineau (vice-président) - La Romagne

Françoise Sechet (trésorière) - St-Léger sous Cholet

Gaëlle Hamdi (secrétaire) - La Séguinière

Laurence Blanchet (secrétaire adjointe) - La Romagne

Heures d'ouverture : lundi, mardi, mercredi et jeudi de 9h à 12h15 et de 13h45 à 17h45 et vendredi de 9h à 12h15. Fermé du 23 décembre au soir au 4 janvier 2016 au matin.

Bulletin réalisé et mis en page par le Centre Social Intercommunal Impression : Art Média 85290 Mortagne/Sèvre