



INF'OSigène

Centre Social Intercommunal Ocsigène
Saint Christophe du Bois - La Séguinière
La Romagne - Saint Léger sous Cholet
Begrolles en Mauves

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



N° 274 Février
2017

CHALLENGE SÉNIORS

**VENDREDI 10 MARS 2017
DE 9H À 15H30
SALLE DES FÊTES
DE ST-CHRISTOPHE DU BOIS**

Cette journée a pour but de faire découvrir des (nouvelles) pratiques physiques pour les séniors et de leur permettre de se rencontrer afin de contribuer au bien-être de chacun. Elle est organisée par Profession Sport et Loisirs et le Centre Social Ocsigène dans le cadre du projet « **Bien vieillir** ». Elle est réservée prioritairement aux personnes de 70 ans et plus. Places limitées. Co-voiturage possible. Gratuit sauf déjeuner 5€.

PROGRAMME

- 9h** Accueil
- 9h20** Début des ateliers
 - atelier mémoire
 - gym douce
 - Tir à l'arc
 - prévention des chutes
 - badminton
 - jeux d'adresse
 - quizz sur l'aménagement de la maison
- 11h 15** intervention d'une diététicienne et échanges
- 12h** Apéritif et pause déjeuner
- 14h** Reprise des ateliers
- 15h30** Fin des ateliers et pause gourmande

Challenge Séniors — 3ème Édition —

Vendredi 10 mars 2017
de 9h à 15h30
Salle des fêtes de
St Christophe du bois
1 rue de la libération
49280 ST CHRISTOPHE DU BOIS

Activités gratuites
Sur inscription
Repas organisé

Inscriptions au Centre Social au 02.41.56.26.10 ou par mail à : csinter@wanadoo.fr **avant le 2 mars 2017.**

APPEL À BÉNÉVOLES

Cette journée nécessite une organisation importante. Alors si vous avez du temps de disponible, et si vous acceptez de nous donner un coup de main, nous aurions besoin de personnes le jeudi 9 mars pour nous aider à préparer un potage et des grignotages apéro et le 10 mars pour l'intendance sur place. Merci d'avance.

Contact : même téléphone et adresse mail que ci-dessus.

Saint Léger Sous Cholet Appel aux amoureux de la marche...

Nous recherchons un/des
bénévole(s) pour distribuer
l'Inf'Ocsigène
à partir de la route de la Petite Cou-
draie jusqu'au Pontreau.
Informations au 02 41 56 26 10

CAFÉ RENCONTRE La Séguinière

Programme février

Le 7 : crêpes et échanges avec
Retraites Actives autour du jeu TAK
TIC à l'Espace Prévert
Le 24 : Jeux de sociétés, jeux de
cartes. A 14h00 Société St Hubert La
Séguinière



Môm en turbulette

L'édition Môm en turbulette s'est
clôturée le 10 décembre dernier
avec deux ateliers motricité. Cette
année, neuf ateliers étaient propo-
sés, et huit ont été réalisés. 30 pa-
rents et 33 enfants ont participé aux
ateliers à travers diverses théma-
tiques : cuisine, motricité, lecture.

**Pour 2017,
et à la demande des parents,
les ateliers se poursuivent...**

De manière à être au plus près de
vous, si vous avez des idées, des
envies, des attentes, faites-le nous
savoir au 02 41 56 26 10.



INITIATIVES D'HABITANTS

RETRAITES ACTIVES

Les activités ont repris dès le 5 janvier dernier.
Certains ont effectué une randonnée autour de
Torfou tandis que d'autres faisaient des activités
au centre social. Puis tous se sont retrouvés au CSI
autour de galettes des rois, réalisées par les adhé-
rentes. Une belle ambiance de retrouvailles après
les fêtes, et l'occasion d'échanger des recettes !

Programme : le 2 : randonnée intergénérationnelle
avec la MFR de La Romagne, le 16 : St Rémy en
Mauges 10km, Le 2 mars : randonnée le May Sur
Evre 8 kms (sous réserve) + crêpes (Prévoir 1€/per-
sonne). Apporter confitures etc... salle du foot.

**Le 16 mars : soirée landaise. 12€. Places limitées.
Inscriptions au CSI jusqu'au 2 mars 2017.**

ECHANGE DE SAVOIRS PEINTURES/DESSINS

Tous les jeudis - Salle JB Vigneron rue de la Salette à Saint
Christophe du Bois de 15h à 17h ou de 20h à 22h.
Inscriptions sur place - 4€ l'année



ANIMATION FAMILLE

Jouons ensemble

Ce projet, né il y a 2 ans
maintenant est porté par
des parents et des profes-
sionnels des centres sociaux,
au bénéfice des familles du terri-
toire CAC concernées par le han-
dicap d'un enfant. Ce sont des
rencontres ludiques et conviviales !

*Le groupe peut accueillir
de nouvelles familles.*

Si vous êtes curieux et/ou intéressé,
n'hésitez pas à vous inscrire au
centre social au
02 41 56 26 10.



Gratuit sur
inscriptions.

**le jeudi 9 février 2017
à 20h30 au CSI**

Gratuit
sur inscriptions



Renseignements au 02.41.56.26.10
ou csinter.famille@orange.fr



ANIMATION JEUNESSE

Le secteur propose des activités pour les 11/14 ans et les 14/18 ans pendant les vacances et hors vacances scolaires.

GO TO LONDON !

Les projets de jeunes sont nombreux, l'un des groupes composé de 5 filles de Bégrolles en Mauges a décidé de partir à **Londres** du 17 au 20 avril prochain. Le samedi 14 janvier, elles se retrouvaient pour organiser leur planning...



Tour en bus, visite de Londres, Trafalgar Square, Musée de Tussauds, London Eyes... la liste est longue et ce séjour s'annonce haut en couleur !

Il cherche à s'adapter au mieux aux envies des jeunes et des parents. Celles-ci nous permettent de déterminer nos axes de travail et notre organisation.

En ce début d'année 2017, parents, vous allez être sollicités par des sondages, des rencontres... afin de connaître les besoins de vos jeunes. Nous serons ensuite en mesure de construire ensemble un projet qui collera au mieux à la réalité des ados de notre territoire.

Rappel des activités proposées par le secteur jeunesse :

- Takav'nir le Mercredi pour les 11/14 ans (activités et ouvertures des foyers en accès libre)
- Les activités pendant les vacances scolaires pour les 11/14 ans et les 14/18 ans
- Ouverture des foyers le vendredi soir pour les 14/18 ans
- Accompagnement des groupes dans l'autonomie des foyers
- Accompagnement de projets jeunes



RELAIS ASSISTANTS MATERNELS

Les ateliers prévention santé du RAM

Ces ateliers ont vocation à améliorer les conditions de travail des assistant(e)s maternel(le)s. Les 9 et 23 janvier derniers, c'est avec Mr Morinière, ergothérapeute, que 7 assistantes maternelles ont pu découvrir les gestes pour limiter le mal de dos, d'épaules, les douleurs articulaires...

A travers des mises en pratique s'inspirant de leur quotidien, elles ont découvert les bons gestes à adopter.

Du changement au sein du RAM...

Depuis fin janvier 2017, Elisabeth Dufrien, Educatrice de jeunes enfants et Animatrice RAM sur la communauté de communes du Bocage depuis 15 ans, a rejoint Muriel Ménard sur le RAM pour assurer l'accueil du public, l'information et l'animation des matinées.

Quant à Muriel, elle poursuivra sur l'animation du RAM et sera chargée de la coordination enfance auprès des associations enfance des 5 communes.

Informations administratives à destination des parents et assistants maternels

Changements au 01/01/2017

Salaire horaire minimum assistant maternel

- Salaire horaire brut minimum : 2,74 €
- Salaire horaire net minimum : 2,11 €

Indemnité d'entretien 2017 due par le parent pour toute journée commencée et uniquement les jours de présence de l'enfant :

- Moins de 9 heures de garde : 2.65€ (Convention Collective)
- 9 heures de garde : 3.01€
- Au-delà de 9 heures de garde : 3.01€ + 0.33€ par heure.

Changement des taux de cotisations au 1er janvier 2017 :

- le taux des cotisations « Sécurité Sociale » salariales passe de 8,00 % à 8,05 %

Attention : il peut y avoir une incidence sur le calcul du salaire net.

Des simulations de calculs sont possibles sur le site Pajemploi : www.pajemploi.urssaf.fr

REPAIR CAFE

Samedi 4 février 2017
de 9h30 à 12h00

Espace jeunes - La Séguinière
Venez avec vos objets !

Nous les réparerons ensemble.

Et en plus ce jour là, **des spécialistes du bois** vous accueilleront pour les réparations de vos objets en bois.



Ils sont une vingtaine, et se rassemblent depuis novembre dernier, pour construire ensemble « leur événement »...

Ils sont distributeurs/distributrices de l'Inf'Ocsigène, réparateurs/réparatrices au Repair Café, partagent leurs connaissances et leurs savoirs en informatique, peinture, création... D'autres effectuent le Transport Solidaire, animent le groupe de Retraites Actives ou s'investissent dans la réflexion au sein du conseil d'administration...



Afin de remercier les **160 bénévoles** du Centre Social pour leur participation, le CSI a pour coutume d'organiser chaque année un moment convivial en début d'année.

Depuis novembre, une vingtaine de bénévoles se rassemble pour repenser cet événement. Ils ont proposé leurs idées sur le contenu de ce rassemblement, partagé leurs souhaits et leurs envies quant à cette rencontre. Diverses propositions ont été relevées, mais... *on ne vous en dit pas plus pour le moment ! Nous vous dévoilerons tout... dans notre prochain numéro !*

Association Centre Social Intercommunal Ocsigène

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

Tél : 02.41.56.26.10

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

Courriel : csinter@wanadoo.fr



Heures d'ouverture :

Lundi : 9h00 à 12h15 - 13 h 45 à 17h45. Mardi, mercredi et jeudi : 8h à 12h15 - 13 h 45 à 17h45.

Vendredi de 8h à 12h15, après-midi sur rendez-vous.

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

L'actualité des associations

Les Marcheurs Romagnons



LA ROMAINE

6ème édition

19 Février 2017 à La Romagne



Randonnée pédestre

organisée par

Les Marcheurs Romagnons

4 Circuits seront proposés : de 8 à 22 km

Inscription et départ salle des sports de 8h à 10h

Tarifs : 5 € pour les adultes et 2,50€ pour les enfants de moins de 14 ans qui donne droit à un ravitaillement sur le circuit et une assiette chaude avec boisson à l'arrivée



**Le CSI soutient
les Initiatives d'habitants...**

Vélo utile

Rejoignez-nous chaque samedi,
en vélo, (même électrique),
pour se rendre au marché de Cholet.

Départ : 9h30 ou 10h

Mairie de La Séguinière.

BUREAU CSI

Jean-Marie Guérineau (président) - La Romagne
Pascaline Devanne (vice-présidente) - La Séguinière
Françoise Sechet (trésorière) - St-Léger sous Cholet
Gaëlle Hamdi (secrétaire) - La Séguinière
Chantal Briffaud (membre) - Toutlemonde