

INFOCSIGÈNE

Événements 2021

40 ANS ÇA SE FÊTE !

Jusqu'en décembre et à l'occasion des 40 ans du centre, 40 bougies seront soufflées par les habitants !

Sur les prochains mois, les bénévoles du centre sillonneront les communes avec ce gâteau, aux couleurs du CSI. Ils se rendront sur les diverses animations pour souffler, à chaque fois, une nouvelle bougie !

Pour les 40 ans, nous souhaitons vous présenter 40 de nos actions, **mettre en lumière et valoriser les personnes qui donnent de leur temps pour le centre.**

A l'occasion, une **rubrique spéciale** est créée sur notre site internet et vous permettra de découvrir l'ensemble des articles concernant cet anniversaire !

PREMIÈRE BOUGIE SOUFFLÉE EN JUILLET, lors du comité de pilotage organisé par le Relais Assistants Maternels. **18 assistantes maternelles étaient présentes !**

En décembre, des temps forts clôtureront cet anniversaire ! On ne vous en dit pas plus pour le moment... De nombreuses **surprises** sont à venir !



À noter dans vos agendas !

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

SAMEDI 25 SEPTEMBRE

Rendez-vous à 9h30 pour
le p'tit déjeuner !

Témoignages d'habitants et ateliers vous permettront de découvrir ou de redécouvrir les activités du centre, ce qu'il s'est passé sur l'année 2020...

La matinée se clôturera
par un apéritif !



ANIMATION ADULTE



INITIATIVES DES HABITANTS

BIEN DANS SA TÊTE, BIEN DANS SON CORPS

SOPHROLOGIE

Diminution du stress, des douleurs,... sont les bienfaits escomptés de cette technique.

QI-GONG

Cette gymnastique douce vous permet de travailler votre énergie grâce à divers mouvements, postures et étirements.

GYM DOUCE AVEC L'ASSOCIATION SIEL BLEU

Avec des professionnels spécifiquement formés aux activités physiques adaptées.

LANGUES & ART

ANGLAIS

Par plaisir, pour voyager,... toutes les semaines, certains habitants se retrouvent pour converser en anglais, découvrir l'orthographe et la grammaire !

PEINTURE / DESSIN ÉCHANGE DE SAVOIRS

Vous aimez peindre, dessiner ? Vous désirez rencontrer d'autres personnes, partager vos connaissances et apprendre des autres ?

POUR CONNAÎTRE LES MODALITÉS DES ACTIVITÉS (NOMBRE DE SÉANCES, TARIFS, LIEU...) :
02 41 56 26 10

EXPRESSION CRÉATIVE

Atelier d'échanges et d'écriture sur le thème de « la fête ». L'ensemble des témoignages fera l'objet d'un livret.

NUMÉRIQUE

DÉBUTANTS

Découvrez les bases de l'informatique : ce que l'on trouve sur un ordinateur, ce que l'on peut y faire,...

FOIRE AUX QUESTIONS

Vous maîtrisez déjà l'outil informatique, mais vous avez de nouveaux questionnements ? Venez rencontrer les bénévoles !

CAFÉ INFORMATIQUE

Une thématique est donnée lors de ces modules.

INITIATION TABLETTE

Découvrez comment manier cet outil : ce qu'est une application et ce qu'elle vous permet !

ALBUMS PHOTOS

Venez découvrir comment réaliser vos albums photos ! Les animateurs répondront à toutes vos questions !

ROBOTIQUE

Animer un robot, piloter un montage électronique, concevoir un projet informatique, développer des jeux, créer des applications pour tablette, programmation avec Scratch, python...

NOUVEAU MODULE

Vous souhaitez faire du traitement de texte ? Réaliser un tableau ? Faire une présentation diaporama ? Faites-nous part de vos demandes...

!/\ En complément de ces modules collectifs, un accompagnement individuel aux démarches administratives en ligne sera possible en fin d'année (+ d'infos prochainement).

PROXIMITÉ & SOLIDARITÉ

HABITAT PARTAGÉ

En vieillissant, nous nous demandons tous qu'en sera t-il de notre logement ? Il devient trop grand... Comment garder du lien en avançant dans l'âge ? Des pistes peuvent être envisagées : l'habitat partagé, la colocation...

RÉDUIRE SES DÉCHETS BRIGADE HULC

Les habitants intéressés par cette thématique se retrouvent pour échanger leurs trucs et astuces ! D'autres actions sont mises en place comme le ramassage de déchets par exemple...



REPAIR CAFÉ

Les bénévoles réparent avec vous vos objets cassés ! Samedi 4 septembre 2021 (9h00-12h00 au Foyer de la Séguinière)

TRANSPORT SOLIDAIRE

Vous devez vous déplacer et n'avez pas de moyen de transport ? N'hésitez pas à vous inscrire !

!/\ Pour les habitants de la Séguinière et Bégrolles en Mauges, un Transport Solidaire est organisé via votre Mairie.

LES COLLECTIFS

RETRAITES ACTIVES

Ils sont retraités et actifs ! Ils se retrouvent régulièrement pour jouer, marcher, échanger, etc... Le groupe organise des sorties et soirées à thèmes ! Pour plus d'informations : retraitesactives@laposte.net

!/\ Plus de 200 associations, clubs... existent sur le territoire du CSI !

N'hésitez pas à vous renseigner auprès des Mairies des communes ou du CSI au 02 41 56 26 10.

PONCTUELLEMENT

D'autres activités naissent sur des temps ponctuels... Vous avez des envies, des idées ? N'hésitez pas à nous contacter !



RELAIS ASSISTANTS MATERNELS

C'EST LA RENTRÉE, AVEC CES CHANGEMENTS !

Le Relais Assistants Maternels devient RPE **Relais Petite Enfance**, avec les mêmes missions d'accompagnement, d'information, et d'orientation des assistants maternels et des parents.

Les futurs parents en recherche de mode de garde trouveront auprès des animatrices du RPE des informations sur les différents modes de garde...

- > Collectif avec multi-accueils, les micro-crèches
- > Individuel avec les assistants maternels (travaillant à leur domicile ou sur un lieu partagé avec des collègues, comme en MAM), les gardes à domicile.

REPRISE DES ANIMATIONS COLLECTIVES,

le **2 septembre 2021** ! Les plannings sont disponibles au CSI, sur notre site internet et réseaux sociaux.

Dernière matinée à Saint Léger Sous Cholet



ANIMATION FAMILLE



PARENTS SOLOS
Samedi 18 septembre 2021
10h00 à 12h00 au CSI Ocsigène
Garde d'enfants possible
Gratuit

PROGRAMME DE LA MATINÉE

- Temps d'accueil
- Temps d'échanges et de partage sur les situations vécues
- Temps d'échanges sur des informations à transmettre...

Inscription au 02 41 56 26 10 ou à csinter.famille@orange.fr

JOURNÉE DÉPARTEMENTALE
Samedi 9 octobre 2021
à la Ménitré



ANIMATION JEUNESSE

NOUVEAU LIEUX RESSOURCES (11/18ANS)

Tu peux venir dans les Espaces Jeunes des communes (de 17h00 à 19h00) **pour des questions (santé, logement, orientation,...)**, pour être **accompagné dans des projets** (monter une asso, faire un séjour, faire une activité, etc...) mais aussi **pour prendre le goûter, jouer...**

- 10 septembre : La Romagne
- 17 septembre : Saint Christophe du Bois
- 24 septembre : Bégrolles en Mauges et la Séguinière
- 1er octobre : Saint Léger Sous Cholet et Saint Christophe du Bois
- 15 octobre : La Séguinière et Bégrolles en Mauges

Les 12 jeunes de la Coopérative Jeunesse de Services et les animatrices, Léa et Hafsa !

Petit bilan à venir, dans le bulletin d'octobre !

LES ATELIERS DU SAMEDI (11/18ANS)

En matinée, journée ou après-midi, des animations sont proposées avec une thématique précise !

11 Septembre / 10h00-12h00
Animés Manga

18 Septembre / 10h00-12h00
Collectif de soutien à la protection animale (activité intergénérationnelle)

18 Septembre & 2 Octobre / 14h00-17h00 - Cuisine du monde

2 Octobre - Aprem Escape Game

16 Octobre - Aprem Jeux VR / Jeux vidéo

ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES...

POUR LES 11/14 ANS

Possibilité de participer aux **TAKAV'NIR LE MERCREDI !**

POUR LES 14/18 ANS

Le foyer des jeunes est **ouvert 2 vendredis par mois** dans ta commune. Un animateur est présent de 20h00 à 22h30.

Tous les plannings dispo sur le site internet du CSI, Facebook, Insta...

POUR LES 11/18 ANS PENDANT LES VACANCES

Un programme d'activités est proposé avec des sorties, des activités sportives, de la création...





SOUTIEN AUX ASSOCIATIONS

INFORMATIONS DES ASSOCIATIONS ADHÉRENTES

L'ASSOCIATION ADULTES (AAA) redémarre sa saison semaine 37 ou 38. Outre les activités sportives comprenant **renforcement musculaire, zumba, Pilates**, elle propose également du **patchwork** (un mardi sur deux) et gère **les dons du sang** qui ont lieu deux fois par an. Tous les cours de sport peuvent être mixtes et ont lieu salle du Pôle Culturel.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE (gym tonic) : le mardi de 9h30 à 10h30, de

18h00 à 19h00 et de 20h00 à 21h00 ; le mercredi de 9h30 à 10h30

ZUMBA : le lundi de 20h00 à 21h00 ou le mardi de 10h30 à 11h30 et de 19h00 à 20h00

PILATES : le jeudi de 14h15 à 15h15, de 19h00 à 20h00 et de 20h00 à 21h00

TARIFS

- Renforcement musculaire, Zumba > 70€/an (pour Saint-Léger) et 76€ (hors Saint-Léger)
- Pilates > 215€ (Saint-Léger) et 238€ (hors Saint-Léger)

Une adhésion de 3€ par an et par personne est à ajouter à ces montants quelque soit le nombre d'activités pratiquées.

A NOTER : Nouvelle séance d'inscriptions **vendredi 3 septembre 2021** à 17h00 au Pôle culturel.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Mercredi 6 octobre 2021

à 20h30 au Pôle Culturel

Informations : Marie-Danièle Guédon
06 22 07 87 56 ou

Anne-Sophie Robert 06 85 91 86 01

ÉPI DEMAIN - BÉGROLLES EN MAUGES

« CULTURE DE CHAMPIGNONS SUR BÛCHE »

Samedi 2 octobre 2021 - 10h00/12h00 - Salle Familiale de Bégrolles en Mauges
Thomas Derusse de Perma'Cueil'
10€ pour les adhérents / 17€ non-adhérents

INSCRIPTION OBLIGATOIRE par SMS au 06 49 95 60 83 / Laisser votre nom-prénom et téléphone et préciser « champignon »

CONFÉRENCE : LA NATUROPATHIE ET L'ALIMENTATION

Vendredi 29 octobre 2021 à 20h30
Salle Familiale de Bégrolles en Mauges
Animée par Nelly Terrier, naturopathe
GRATUIT

INSCRIPTION OBLIGATOIRE par SMS au 06 49 95 60 83 / Laisser votre nom-prénom et téléphone et préciser « naturopathie »

CENTRE SOCIOCULTUREL OCSIGÈNE

18 rue de l'Anjou
49280 Saint Léger Sous Cholet
02 41 56 26 10
csinter@wanadoo.fr

Site : ocsigene.centres-sociaux.fr
Facebook : « Centre Socioculturel Ocsigène »

HORAIRES D'OUVERTURE

Du lundi au vendredi de **9h00 à 12h15** et de **13h45 à 17h30** et le samedi matin : de **9h00 à 12h30**

BUREAU DU CSI

Jean-Marie Guérineau (président) - La Romagne

Marie Coraboeuf (vice-présidente)
Bégrolles en Mauges

Gérard Boissinot (trésorier)
Saint Léger Sous Cholet

Gaëlle Hamdi (secrétaire) - La Séguinière

Christian Duguay (membre)
Saint Christophe du Bois

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

Direction communication : CSI
Ocsigène - Ne pas jeter sur la voie publique.

ASSOCIATION CULTURELLE ET DE LOISIRS INTERCOMMUNALE

Reprise des activités de septembre à juin, en différents lieux selon les activités : Saint Christophe du Bois - La Séguinière - Saint Léger sous Cholet. **IL RESTE DES PLACES SUR CERTAINES ACTIVITÉS !**

ART FLORAL

1 fois par mois. Le mercredi à 20h00 à Saint Léger sous Cholet / Tarifs : 62€ les 10 cours + 3€ adhésion annuelle à l'ACLI

COUTURE

Du 30 septembre au 9 juin : 14 cours de 2h30 / 7 personnes maximum. Tous niveaux acceptés.

A Saint Christophe du Bois > le jeudi à 9h00 ou 14h00 ou 19h15

A Saint Léger Sous Cholet > le jeudi soir de 19h15 à 21h45.

Tarifs : 153€ pour 14 cours + 3€ adhésion annuelle à l'ACLI

PEINTURE

26 séances d'octobre à mai. 2h00 par se-

maine sauf vacances scolaires.
A la Séguinière le mardi à 14h00 ou 17h00 ou 19h30. 10 personnes maximum par cours.
Tarifs : 220€ + 3€ adhésion annuelle à l'ACLI

PATCHWORK

Le lundi tous les 15 jours. Ce cours est complet.

TRICOT/CROCHET

Tous les 15 jours, le mardi de 18h30 à 20h00 à la Maison de Sel à la Séguinière. 1 fois par mois avec une animatrice, 1 fois par mois en échange de savoirs selon le calendrier.
Tarif 35€ + 3€ adhésion annuelle à l'ACLI

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

JEUDI 9 SEPTEMBRE 2021 - 20H00

SALLE PRÉVERT À LA SÉGUINIÈRE

Ouverte à tous : renseignements et clôture des inscriptions sur place

Renseignements et inscriptions avant le 9 septembre au 02 41 56 85 94

Par mail : acli.saintleger@gmail.com

