

# INFOCSIGÈNE

CENTRE SOCIOCULTUREL  
INTERCOMMUNAL

Ils sont retraités  
et actifs !



L'été passé, les membres du groupe se sont retrouvés, début octobre, pour préparer le planning des activités à venir !

Ce fut l'occasion d'échanger sur les randonnées, les repas et soirées !

Galettes, bottereaux, crêpes,... Il y en aura pour tous les goûts !

Un atelier cuisine sera également proposé !

Une commission « loisirs » va aussi être créée.

Pour les intéressés, vous savez où vous adresser !

Le groupe pourra ainsi mettre en place des activités telles que pétanque, bowling, cinéma, pêche...

Tous les ans, un voyage de 3 jours est aussi organisé. Cette année, c'est Pleumeur-Bodou et ses environs que 30 retraités ont pu découvrir ! Le 21 novembre, le groupe se retrouvera pour la rétrospective ! Encore une rencontre, où « convivialité » sera de la partie !

N°347 - NOVEMBRE 2024

NOUVEAU  
**Agenda**

RELAIS PETITE ENFANCE

**Matinée... « yoga des petits »**

JEUNESSE

**Inauguration de l'Espace  
Jeune**

**CSI EXPRESS  
au Forum du Projet**

SOUTIEN AUX ASSOS

**Bourse aux jouets  
du CALS**



# Agenda de novembre



POUR TOUS

• **Samedi 2 REPAIR CAFÉ**  
Venez réparer, avec les bénévoles, vos objets cassés ! 9h/12h - Espace Jeunes de la Séguinière

SENIORS

• **Lundi 4 Démarrage de la QUINZAINE SENIORS**

• **Mardi 5** Le CSI sera **fermé exceptionnellement**.

POUR TOUS

• **Mercredi 6** Ramassage de déchets par la **BRIGADE HULC**  
9h30 - Mairie de Bégrolles en Mauges

SENIORS

• **Jeudi 7**  
Randonnée des **RETRAITES ACTIVES** Nuailé - Chemin des frênes (7Km) - Rendez-vous 13h30 Salle des Sports - Saint Léger Sous Cholet  
1€50 covoiturage

JEUNESSE

NUMÉRIQUE

• **Vendredi 8 PERMANENCE NUMERIQUE JEUNES**  
17h/18h30 au CSI Ocsigène

SENIORS

• **RIRE C'EST BON POUR LA SANTE** Conférence spectacle par Salivette Pimpom, Clowne - 14h15/16h30 - Salle des Fêtes - Saint Christophe du Bois

FAMILLE

• **Samedi 9 PARENTS SOLO** avec les enfants  
Visite guidée suivie d'un atelier teinture végétale au Musée du Textile de Cholet  
10h - Apporter un tissu matière naturelle pour le teindre

FAMILLE

• **Mardi 12** Soirée d'échanges autour des enfants **DYS/TDAH**  
Vous vous sentez seul et avez envie d'échanger, avoir un réseau pour des professionnels, pour la constitution du dossier MDPH...  
20h au CSI Ocsigène

SENIORS

• **Jeudi 14**  
Randonnée des **RETRAITES ACTIVES** Tiffauges - La Colonne (7,5Km)  
Rendez-vous 13h30 Salle des Sports Saint Léger Sous Cholet  
2€ covoiturage

POUR TOUS

• **Samedi 16 REPAIR CAFÉ**  
Venez réparer, avec les bénévoles, vos objets cassés ! - 9h/12h  
Salle Municipale de la Romagne

FAMILLE

• **Mardi 19** Soirée d'échanges autour des **ENFANTS HPI** 20h30  
Espace Jeunes de la Séguinière

SENIORS

• **Jeudi 21**  
Randonnée des **RETRAITES ACTIVES** La Séguinière (7Km)  
Rendez-vous 13h30 Salle des Sports Saint Léger Sous Cholet  
1€ covoiturage + à suivre  
**RETROSPECTIVE DU VOYAGE**

FAMILLE

PETITE ENFANCE

• **Vendredi 22 PARENTHÈSE**  
Lieu d'écoute et d'échange entre parents accompagnés de leur bébé ou non - 9h30/11h - Arrivée et départ libre - CALS la Séguinière

POUR TOUS

• **Vendredi 22 et samedi 23 PRÉPARATION DES FÊTES**  
Ateliers biscuits, boules de Noël, Bougies,... venez simplement prendre un chocolat chaud et papoter !  
Participation libre

SENIORS

• **Jeudi 28**  
Randonnée des **RETRAITES ACTIVES** La Romagne (7Km)  
Rendez-vous 13h30 Salle des Sports Saint Léger Sous Cholet  
2€ covoiturage



RELAIS PETITE ENFANCE

## Matinée Rencontre Eveil « yoga des petits »

Elisabeth Dufrien et Marie-Laure Robichon

11 octobre avec Marie Blourdier de Juste là



« Une très belle matinée Yoga !

Un moment très agréable, tout en douceur, respiration, relaxation, bol tibétain, tuyau harmonique pour faire le bruit du vent, bâton de pluie, les enfants et bébés sont captivés.

On s'étire, posture du chat, posture du chien, on bouge comme des feuilles, on se balance à droite à gauche, on fait danser des feuilles mortes, on danse avec, puis on les lance en l'air et on souffle comme le vent.

Il y a un bel arbre avec des feuilles d'automne, un hérisson tout mignon et un petit écureuil, et puis on observe un pivert qui descend le long d'une tige et qui pique pique pique jusqu'en bas.

On frotte nos petites mains, on frotte nos grosses joues et puis nos pieds, on cache nos yeux et nos oreilles et on secoue nos mains on secoue on secoue,  
on saute on saute comme la grenouille.

On s'allonge sur le ventre, on roule à droite à gauche, on tape les mains au sol, puis les pieds on fait du bruit.

On s'installe sur les genoux de Nounou et on fait la voiture en conduisant les bras en avant, et virage à droite, et virage à gauche fous rires garantis.

On prend un marron et on le fait rouler sur le ventre, le long du dos, ça chatouille.

Un peu de musique on joue du djembe, notre matinée est déjà terminée et on s'est bien amusé. »

Céline C.

Assistante Maternelle de Saint Léger Sous Cholet



JEUNESSE

## Inauguration de l'Espace Jeunes

Camille Ménard - Florian Prijac - Mathilde Couture-Pagé - Jules Hérisset

Le projet rénovation de l'Espace Jeunes de la Romagne s'est clôturé par une soirée !

Une quinzaine de jeunes s'y est investie depuis octobre 2023. Le 20 septembre le lieu a été inauguré.



Sur notre site internet

Plannings des **Matinées Rencontre Eveil** du Relais Petite Enfance  
Plannings des **animations jeunesse** hors vacances scolaires

# CSI EXPRESS au Forum du Projet

Le 27 septembre dernier, une quarantaine de jeunes et parents étaient présents au Forum du Projet !

Après la présentation, chacun était libre de se positionner ou non sur les projets proposés. Ils vont s'impliquer notamment dans le **chantier de jeunes bénévoles international**, un **road trip en sac à dos** ou encore la **construction d'une borne d'arcade**.

Une nouveauté semble avoir séduit les habitants, il s'agit du **CSI EXPRESS** parents/ados qui va se dérouler en 2025. Il est encore possible de rejoindre l'aventure ! Pour ce projet, le CSI **recherche des bénévoles** pour filmer les épreuves, les animer, réaliser une vidéo, construire les décors...



SOUTIEN AUX ASSOS



Lionel Neau - Vanessa Griffon - Marie Peltier et Mandy Durand

## L'information des associations adhérentes

### Le CALS

**BOURSE AUX JOUETS**  
Samedi 16 Novembre 2024  
De 9h30 à 14h  
Salle des Fêtes  
La Séguinière

Dépôt : Vendredi 15 Novembre  
16h30 à 20h  
Reprise des invendus : le samedi  
17h à 18h

Règlement, listes à remplir et étiquettes  
à télécharger sur [cals49.com](http://cals49.com)  
Renseignements :  
[secrtaire.cals49@gmail.com](mailto:secrtaire.cals49@gmail.com)

2 € par liste  
1 liste =  
10 articles

PAIEMENT EN ESPÈCES UNIQUEMENT

Composition du bureau du CSI Ocsigène :

- MARIE CORABOEUF** (présidente) • Bégrolles en Mauges
- JEAN-MARIE GUÉRINEAU** (vice-président) • La Romagne
- GÉRARD BOISSINOT** (trésorier) • Saint Léger Sous Cholet
- GAËLLE HAMDI** (secrétaire) • La Séguinière
- CHRISTIAN DUGUY** (membre) • Saint Christophe du Bois
- GEORGES GAMBERT** (membre) • Saint Léger Sous Cholet
- MARIE-CHRISTINE DUBREUIL** (membre) • La Séguinière

18 Rue de l'Anjou - 49280 Saint Léger Sous Cholet - **02 41 56 26 10** // [accueil@ocsigene.fr](mailto:accueil@ocsigene.fr)

