

Des habitants investis dans le quotidien du centre

Ils sont plus de 180 à donner de leur temps ! Chacun à sa manière ! Ce bénévolat est indispensable, « pour faire tourner la boutique ».

Pour certains, être présents sur des temps de prises de décisions, a du sens ! D'autres s'y retrouvent davantage dans la préparation d'activités sur le numérique, la mémoire, la distribution de l'Inf'Ocsigène.

Transport Solidaire, Repair Café, brigade HULC : autant de prétextes pour s'investir dans des actions de solidarité.

Des collectifs thématiques se mobilisent aussi ; Arts Textiles, échange de savoirs peinture dessin, le groupe Retraites Actives.

Une grande diversité dans le bénévolat mais une chose les rassemblent tous : la convivialité et l'envie de faire ensemble, collectivement.

Fête des bénévoles organisée par les bénévoles eux-mêmes !

Bref, le Centre Socioculturel existe par la mobilisation des habitants ! Chacun est libre de donner de son temps selon ses envies, ses disponibilités et sa motivation.

S'investir, est une façon de prendre part, de faire vivre son territoire, un prétexte à sortir de chez soi et aller rencontrer les autres !

Alors merci à tous les bénévoles qui permettent au CSI d'agir POUR TOUS LES HABITANTS !

Sur cette note positive, au nom de l'association, nous en profitons pour vous souhaiter une belle année solidaire !

Le bureau



N°349 - JANVIER 2025

Agenda

FAMILLE

Des groupes initiés par les parents
Bourse Solidarité Vacances

FAMILLE

PETITE ENFANCE

Parenthèse
Garderie Solidaire :
expérimentation dès janvier

JEUNESSE

Les jeunes investis dans leurs projets

JEUNESSE

FAMILLE

CSI express : composer votre équipe

SENIORS

Atelier Nutrition

Agenda de janvier

SENIORS

• **Tous les lundis JEUX DIVERS**
14h30 au CSI Ocsigène

SENIORS

• **Tous les jeudis RETRAITES ACTIVES**
Petit temps de marche à pied + jeux
14h - Espace Jeunes de Saint Léger Sous Cholet (rue des Dames)

POUR TOUS

• **Samedi 4 REPAIR CAFÉ** 9h/12h
Espace Jeunes de la Séguinière

POUR TOUS

NUMÉRIQUE

• **Mardi 7 CAFÉ NUMÉRIQUE**
Le moment idéal pour régler vos petits soucis numériques ! Entre 9h30 et 11h30 à la Mairie de Bégrolles en Mauges
Pas d'inscription - Gratuit

SENIORS

• **Jeudi 9 Randonnée RETRAITES ACTIVES** Le May Sur Evre (7,5Km)
Rendez-vous 13h30 Salle des Sports - Saint Léger Sous Cholet / 1€ covoiturage
+ Apporter Galette et boisson au Pôle Culturel de 14h à 19h

POUR TOUS

NUMÉRIQUE

• **Samedi 11 ATELIER VEOLIA**
Pour tout savoir sur la télérelève, créer son compte, découvrir l'application, paramétrer ses alertes pour faire des économies...
10h (jusqu'à 11h30 environ) à l'Espace Jeunes de la Séguinière
Sur inscription au 07 82 49 23 03

FAMILLE

• **Samedi 11 PARENTS SOLO**
Echange entre parents avec Séverine Archambeau, thérapeute familiale, autour de la gestion des peurs et des crises des enfants
Garde possible des enfants par des bénévoles (sur inscription)

FAMILLE

• **Mardi 14 HAUT POTENTIEL INTELLECTUEL**
Groupe d'échanges et de soutien entre parents - de 20h30 à 22h30 à l'Espace Jeunes de la Séguinière

• **Jeudi 16 Randonnée RETRAITES ACTIVES** Saint Laurent Sur Sèvre
Le Moulin de Guy (8Km) Rendez-vous 13h30
Salle des Sports - Saint Léger Sous Cholet
2€ covoiturage

• **Jeudi 16 COMMISSION LOISIRS**
Venez échanger sur vos idées d'activités, de sorties pour l'année à venir !
14h au CSI Ocsigène

• **Vendredi 17 PARENTHÈSE**
Lieu d'écoute et d'échange entre parents accompagnés de leur bébé ou non 9h30/11h
Arrivée et départ libre - CALS la Séguinière

• **Samedi 18 REPAIR CAFÉ** 9h/12h
Epi Demain à Bégrolles en Mauges

• **Mardi 21 DYS, TDA/H, TSA**
Groupe d'échanges et de soutien entre parents
De 20h à 22h au CSI Ocsigène à Saint Léger Sous Cholet

• **Jeudi 23 Randonnée RETRAITES ACTIVES** Les Cabournes (9Km)
Rendez-vous 13h30 Salle des Sports - Saint Léger Sous Cholet / 2€ covoiturage

• **Samedi 25 SOIREE RACLETTE EN JEUNESSE** Infos auprès des animateurs

• **Mercredi 29 STOP MOTION**
14h au CSI Ocsigène à Saint Léger Sous Cholet - Sur inscription

• **Jeudi 30 Randonnée RETRAITES ACTIVES** Mazière en Mauges, l'Etang des Noues (8Km) Rendez-vous 13h30
Salle des Sports - Saint Léger Sous Cholet
1,50€ covoiturage



FAMILLE Mélanie Davis

Des groupes d'échanges initiés par les parents

Echanger, partager, soutenir, sont les maîtres-mots qui guident le projet de l'animation famille... Des actions diverses sont mises en place en fonction de leurs envies et attentes !

Mélanie a pour rôle d'accompagner celles-ci dans leurs questionnements ; **il n'y pas de « réponse toute faite »**, l'enjeu est de mettre en lien les familles avec d'autres, que les échanges se fassent et que chacun chemine... »

A la demande de parents, des groupes divers se sont constitués pour apporter soutien, écoute, partage, informations, bons plans...

Nous citerons notamment : le groupe **PARENTS SOLO**, le groupe **HAUT POTENTIEL INTELLECTUEL**, et le groupe **DYS** (dyslexie, dyspraxie, dysphasie...), **TDA/H, TSA** (trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité ou trouble du spectre de l'autisme).

Mélanie peut intervenir sur ces temps seule ou avec des intervenants extérieurs si nécessaire.

Le collectif permet de rencontrer de nouvelles personnes qui vivent des situations assez similaires.
Prochaines dates voir agenda page précédente !

Pas simple de venir ? Vous pouvez contacter Mélanie pour avoir un premier contact et lui faire part de vos questionnements, besoins et envies au 02 41 56 26 10 ou famille@ocsigene.fr

Bourse Solidarité Vacances

Penser à préparer vos vacances de février et avril, seul, ou en famille !
Tarifs préférentiels pour les quotients familiaux < 1000



Parenthèse

FAMILLE
PETITE ENFANCE

Vous allez devenir parent ou vous êtes parent d'un bébé, nous vous proposons un **lieu d'écoute et d'échange entre parents** accompagnés ou non de votre enfant. On y vient sans inscription, c'est **gratuit et ouvert à toutes et tous**. On y reste le temps que l'on veut sans nécessité de formuler une demande. Ce n'est pas un lieu de consultation, ni d'expertise éducative, mais un lieu convivial, où le lien social est reconnu comme essentiel.

Vous serez accueilli par Mélanie animatrice famille et une animatrice du Relais Petite Enfance autour d'une boisson.
Gratuit - avec ou sans enfant / Sans inscription
De 9h30 à 11h au CALS, Place Grignon de Montfort, la Séguinière

Garderie Solidaire : expérimentation dès janvier

Le CSI Ocsigène a été sélectionné pour mettre en place une garderie solidaire, par le CAF (Caisse d'Allocations Familiales), et la MSA (Mutualité Sociale Agricole) qui financent ce projet, avec la participation de la Région via le Pacte des Solidarités.

Vous êtes parent et aimeriez avoir du temps pour vous et/ou votre couple. Une des possibilités serait d'organiser une garderie solidaire, accessible financièrement, où des professionnels et des parents bénévoles assureraient la garde des enfants dans un lieu adapté à leur nombre et à leur âge.
Les parents alterneraient entre temps de pause et parent bénévole auprès des enfants.

Nous aimerions **recenser vos besoins de garde ponctuelle** sur le territoire. Merci donc de répondre au questionnaire suivant (moins de 3 minutes).
Si le projet vous intéresse et que vous avez envie de donner du temps, des idées, n'hésitez pas à nous contacter !



Sur notre site internet

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





JEUNESSE **Les jeunes investis dans leurs projets**

Camille Ménard - Florian Prijac - Jules Herisset



Félicitations à tous les jeunes

ayant participé activement à l'autofinancement papiers cadeaux tout au long du mois de décembre. Cette action permet de financer une partie de leur projet et notamment le chantier de jeunes bénévoles européen et solidaire en Grèce ainsi que le séjour à Paris.

Road trip : il reste des places

Un groupe de jeunes préparent activement son Road trip en sac à dos qui se déroulera sur trois jours au mois de juillet dans les Alpes Mancelles ! **3 places sont encore disponibles !**



JEUNESSE
FAMILLE

CSI Express, composer votre équipe

Alerte !!! Le CSI EXPRESS débarque le 11 et 12 Avril sur le territoire !

Un binôme : un majeur et un jeune (11 à 17 ans), des épreuves, de l'aventure, une nuitée et des surprises.

Nous recherchons également des bénévoles sur ce projet, alors n'hésitez pas à nous contacter !



ADULTE **Vanessa Griffon**

Atelier nutrition

Un atelier nutrition sera proposé en février prochain ! **Solène Beaufreton, diététicienne**, vous parlera des bons gestes à adopter pour être en forme et en bonne santé ! Sur 8 dates, les mardis matin. Il est déjà possible de vous inscrire.

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 HAMDJ** (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

