

Informations diverses

Aquagym : l'activité est temporairement stoppée pour cause de fermeture du bassin intérieur de la piscine St Nicolas. Nous vous tiendrons informés de la date de reprise.

Randonnée : Circuit à St Berthevin. *Prévoir tenue adaptée et bouteille d'eau. Rdv 13h45 au Chalet.* Inscription obligatoire pour le covoiturage à la randonnée.

Danses bretonnes : à la salle Hervieu, au prieuré d'Olivet : *adhésion obligatoire de 5€.*

Yoga du rire : des exercices ludiques pour déclencher le rire, animé par Brigitte Cabon, sophrologue. *En partenariat avec Robida.*

Relaxation : avec Marie-Christine, des exercices pour se détendre et bien respirer. *Prévoir une tenue confortable, un tapis de sol et un plaid (si besoin).*

Gymnastique douce : *tarif annuel 85 ou 45 € (personnes bénéficiant de minima sociaux) + adhésion obligatoire de 5 €.*

Danses en ligne : salle de l'ancienne épicerie, La Gravelle. *Gratuit.*

Activités manuelles :

Contactez-nous pour le matériel à prévoir. Nous pouvons aussi le fournir.

- Broderie
- Rotin
- Macramé
- Art textile

Sortie Bowling : Départ 14h. Tarifs : 6.50 € ou 4.50 € par partie. Inscription obligatoire.

Projection du film du spectacle « Hey toi ». 18h. Cinéma Le Trianon, au Bourgneuf-la-Forêt. Tarif 3 €. Contactez Violaine ou Marine pour plus d'informations

Atelier repas : *Inscription obligatoire une semaine avant l'atelier repas. Tarif : 3.50€/personne.*

Mardi 10 : Raclette, salade, smoothie vitaminé.

Mardi 24 : Velouté de melonnette, fondue traditionnelle chinoise, crème vanille.

Rencontre jardin partagé : Ouverte à tous. Élaboration d'une charte de fonctionnement.

Chantons ensemble avec les résidents de l'Ehpad !

Atelier ouvert à TOUS, pas besoin d'être Pavarotti ! L'idée est de pousser la chansonnette ensemble. Vous pouvez aussi amener des paroles de chansons que vous souhaitez chanter.

Partenaires Financiers :



CCAS le Genest-st-Isle, Launay-Villiers, La Gravelle, Beaulieu-sur-Oudon, Olivet, La Brûlatte et Bourgon.

Mise à disposition d'une salle d'activité ou d'un terrain par les communes : d'Olivet, Port-Brillet, La Gravelle, Saint-Pierre-La-Cour, Bourgneuf-la-Forêt et Loiron-Ruillé.



Programme JANVIER 2023

Horaires d'ouverture

Lundi/Mardi/Mercredi :
9h-12h30 14h-17h30
Jeudi : 14h-17h30

le Chalet des échanges de savoirs

"Espace de découvertes et d'initiatives"

22 rue de Verdun - 53410 Port-Brillet - lechalet53@orange.fr

02 43 98 09 22 / 06 75 30 33 17 / 07 71 12 29 97



Le Conseil d'administration

de l'association EDI

ainsi que toute l'équipe

Du Chalet

des Echanges de Savoirs


vous souhaite une

belle et heureuse

année 2023 !

Vos activités du mois de Janvier 2023

Les activités ou lieux de rendez-vous sont au Chalet des échanges de savoirs à Port-Brillet sauf lorsqu'un autre lieu est précisé : Laval, Olivet, etc.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
2 Espace fermé	3 Sortie Bowling Départ 14h : (cf verso) 20h30 : Danses bretonnes, Olivet	4 Espace fermé de 9h à 11h 11h/12h : Atelier Yoga du Rire Au Chalet 14/17h : Rotin / macramé (cf verso)	5 10h30/11h30 : Gym douce 14h/17h : Broderie (cf verso)
9 10h : Je(ux) Remue mes Méninges 14h : Atelier écriture « Les Nouvelles » (suite)	10 9h30/14h : Atelier repas (cf verso) 14h : Préparation galette des Rois 14h : Jeux de société 16h : Galette des Rois 20h30 : Danses bretonnes, Olivet	11 Espace fermé le matin 14h30 : Chantons ensemble à l'Ehpad de Port Brillet 18h : Projection du film du spectacle « Hey toi » (cf verso)	12 10h30/11h30 : Gym douce 14h/16h30 : Art textile (cf verso)
16 Espace fermé	17 14h/16h : Rencontre jardin partagé (cf verso) 14h/16h : Danses en ligne Salle de l'ancienne épicerie, La Gravelle 20h30 : Danses bretonnes, Olivet	18 Espace fermé le matin 9h30/14h : Atelier repas avec des bénéficiaires de l'épicerie sociale 14h : Jeux de société	19 10h30/11h30 : Gym douce Espace fermé l'après-midi 14h30/15h45 : Relaxation
23 10h : Je(ux) Remue mes Méninges 14h Lecture à voix haute	24 9h30/14h : Atelier repas Fondue chinoise (cf verso) 13h45/17h : Randonnée Saint Berthevin (cf.verso) 20h30 : Danses bretonnes, Olivet	25 10h : Jeux de société : venez faire découvrir vos jeux préférés ! 14h/17h : Broderie	26 10h30/11h30 : Gym douce 14h/16h30 : Art textile
30 14/17h : Rotin / macramé	31 10h : Jeux de société 14h/17h : Informations et préparation du prochain atelier avec les jeunes de « Ça coule de source » 20h30 : Danses bretonnes, Olivet	3 ordinateurs sont en libre-accès avec connexion internet Les mardis après-midi de 14h à 17h (sur inscription) 	

Et ne pas oublier les samedis 7, 14, 21 & 28 Janvier : atelier tricot (prévoir laine, aiguilles et crochet) – RDV à 9h, salle Saint Martin, Bourgneuf-la-Forêt.