

Mille Faîtes & Lettre des Ateliers



Espace de Découvertes et d'Initiatives
Les Ateliers d'Échanges sur le Pays de Craon

Animatrices Coordinatrices :
Edwige OLIVRIE - Sandrine ROBIN
Stagiaire : Eugénie FOCKENYOY

9 rue de l'Epron - 53400 CRAON
02 43 09 09 75//06 08 34 21 48//06 08 34 21 79
ateliersdechanges@cias.paysdecraon.fr

Jeudis 5 Mars et 2 Avril

**Mars sourit,
Avril rit...**



CUISINE

En mars, venez préparer une côte de porc sauce café accompagnée d'un gratin dauphinois et un brownie carottes/chèvre/noix.

En avril, vous cuisinerez une blanquette de dinde et un gâteau aux pommes.

Inscription une semaine avant l'atelier.

Participation financière selon prix de revient des préparations. Si de nouvelles personnes s'inscrivent, la priorité sera donnée à celles-ci vis à vis de personnes venant régulièrement.

Merci de votre compréhension.

Vendredi 6 Mars et mardi 28 Avril



Nombre limité de places
Inscription obligatoire
Tarifs saison culturelle selon ressources entre 5 et 14€
Possibilité de CAP selon situation
Voir auprès des animatrices

AMANTS



**Saison Spectacle
Vivant #1**

Amants, ce sont deux personnes qui créent des danses de l'instant pour s'ancrer dans le présent. une expérience de proximité profondément humaine. Le duo brille par ses portés acrobatiques de haut niveau à l'énergie exaltée.

Vendredi 19 Mars



COUTURE

Venez réaliser des fanions dans le cadre du salon du bien vieillir avec les habitants des Archers.

UNA BESTIA



**Saison Spectacle
Vivant #2**

Una Bestia est une œuvre musicale et physique envoûtante et totale, à la fois minimaliste et explosive, furieuse et raffinée. Véritable OVNI artistique, entre cris et apaisement, rythmes, gestes larges ou déstructurés, le pianiste se transforme en un étrange personnage totalement habité. Et nous embarque dans une transe du dépassement, furieuse, hypnotique et saisissante, pour un spectacle entre le concert et le théâtre, au souffle inclassable.

Mercredi 11 Mars

KARAOKE

Venez passer un après midi convivial autour de la chanson avec les habitants des Archers. L'après midi se terminera par un goûter.

Inscription obligatoire.

Participation financière de 2€



Vendredi 17 Avril

Venez passer un après midi **jeux de société** pour jouer ensemble, découvrir de nouveaux jeux ou faire découvrir vos jeux préférés.

Inscription obligatoire / Places limitées



Lundi 9 Mars

Rester à domicile le plus longtemps possible est un souhait partagé par une grande majorité d'entre nous. Mais concrètement, quelles sont les solutions de logement qui existent pour les séniors en Pays de Craon ?

Inscription auprès des animatrices au plus tard le mardi 3 mars.

“À chacun son chez soi” Compagnie Casus Délires

Bâtie à partir de situations vécues, la pièce de théâtre “À chacun son chez soi” est un **spectacle-conférence interactif** en 2 épisodes **sur le thème de l'adaptation du logement pour les séniors.**

L'épisode 1, « Travaux pratiques » traite de **l'aménagement du logement pour rester au domicile initial.**

L'épisode 2, « Nouveaux nids, vies neuves », porte sur les **différentes solutions de logements quand le maintien au domicile initial devient inadapté voire problématique.**

En complément de ce spectacle, cet après-midi est aussi l'occasion pour les habitants de rencontrer les **services et les associations du territoire dédiées aux séniors.** Afin de pouvoir poursuivre les échanges un **espace forum** sera accessible à l'issue de la représentation, ainsi qu'un temps convivial pour clôturer la journée.

Jeudis 12 Mars et 30 Avril



Au menu en mars :

Potage de légumes
Petit salé/Haricots secs
Tarte tatin

Nous définirons ensemble les repas pour les prochains mois.

*Nombre limité de places
Inscription obligatoire / Participation financière selon coût de revient.*

En avril, nous cuisinerons et déjeunerons à l'Espace de Vie Sociale le Vi & Vien à Cossé Le Vivien.



Mardi 17 Mars

INFORMATION COLLECTIVE

Espace de découvertes et d'initiatives



Cette rencontre est ouverte aux bénéficiaires du RSA et à toutes personnes curieuses de découvrir la structure.

Nous présenterons l'EDI, les activités proposées, les projets ainsi que les modalités de participation.

Vendredi 27 Mars

La médiathèque, l'Espace de Vie Sociale le service jeunesse organisent pour la deuxième édition :

LE FESTIVAL DE JEUX DE SOCIÉTÉ.

Une occasion de jouer, de découvrir ou de faire découvrir des jeux.



Nombre limité de places

Inscription obligatoire

Possibilité de manger sur place

Mardi 21 Avril



MARCHE
Nous vous proposons de "prendre l'air" pendant 1h/1h30
Chacun son rythme!

Inscription obligatoire

Jeudi 23 Avril

Séance cinéma

Un après midi ciné, ça vous tente??
Au moment de l'impression, nous ne connaissons pas encore le film.

Inscription obligatoire



Jeudi 2 Avril

CRÉATION FLORALE À L'EVS

Nicole de l'EVS de Cossé vous propose un atelier d'art floral.

Prévoir une participation financière comprise entre 12€ et 20€.

Inscription obligatoire

Samedi 11 Avril

LE TROC' PLANTES DE PRINTEMPS

aura lieu en partenariat avec la bibliothèque d'Athée et le service biodéchets de la Communauté de Communes du Pays de Craon.

Le Troc' est un échange de végétaux (arbustes, plants, bulbes, graines, boutures...) mais surtout la rencontre et le partage de pratiques de jardinage, de conseils, de trucs et astuces. C'est aussi l'occasion de promouvoir les activités de l'EDI.

Vendredi 24 Avril

Cuisine Brunch avec les jeunes du NPA

Nombre limité de places / Inscription obligatoire / Participation financière demandée

