

Sport/Bien-être :

- **Aquagym:** RDV à 10h pour le covoiturage. Tarif: 6.50€ (la séance).
- **Randonnée:** RDV à 13h45 au Chalet pour le départ en covoiturage.
- **Relaxation:** Prévoir si possible un tapis de sol et un plaid.

Loisirs créatifs :

- **Atelier tricot:** RDV salle St-Martin, Bourgneuf-la-forêt, samedis 7/14/21/28 mars.
- **Art textile:** le 10 mars, possibilité de (re)voir l'exposition et de contribuer à la grande bande de St Pair.
- **Fabrication photophore:** Prévoir papier cartonné imprimé ou pailleté.

Convivialité :

- **Atelier repas:** Inscription obligatoire une semaine avant l'atelier. Tarif: 3€50.
- 10 mars: entrée à définir, tourte à la viande, marron, salade verte, gâteau magique.
- 24 mars: entrée à définir, flamenkuche, salade verte, clafoutis poire-chocolat.
- **Jeux de société:** un moment pour jouer à plusieurs, (re)découvrir un jeu le tout dans une ambiance conviviale.

• **Atelier chorale** éphémère avec Cécile Guihard, cheffe de chœur:
Répétition à l'Ehpad de Port-Brillet (RDV sur place) - Penser à prendre de l'eau.

Culture :

- **Spectacle** *Tout tient encore debout*, au théâtre des 3 Chênes, Loiron. On suit le parcours de Lou, 15 ans, une jeune fille pétillante qui croque la vie comme elle croque dans un gâteau. Sa vie bascule à la suite de remarques sur son physique et son appétit débordant. Inscription obligatoire.
Tarifs: 4 ou 8 euros. Un covoiturage pourra être organisé. À partir de 12 ans.
- **Film d'animation** *Olivia*, au cinéma Le Trianon, Bourgneuf-la-forêt dans le cadre du festival Reflets du cinéma hispanique. À 12 ans, Olivia voit son quotidien bouleversé du jour au lendemain. Elle va devoir veiller seule sur son petit frère Tim. Leur rencontre avec des voisins chaleureux et hauts en couleur va transformer leur monde en un vrai film d'aventure! Inscription obligatoire.
Si un groupe se forme, nous organiserons un covoiturage (sortie en autonomie).
Tarifs: 4€ (enfant) et 5.50€ (adulte). À partir de 7 ans.

- **Echange informatique** sur rendez-vous jeudis 5 et 26 mars:
3 créneaux possibles sur inscription : 9h/9h50, 10h/10h50 et 11h/11h50.
Apporter votre ordinateur portable, tablette ou téléphone selon votre besoin.

- **Atelier Apprendre à utiliser une machine à coudre** sur inscription jeudis 12 et 26 mars. Apporter votre machine à coudre. Nous pouvons vous en prêter une lors de l'atelier: nous prévenir.

NOUVEAU !

CHALET DES ÉCHANGES DE SAVOIRS

Programme Mars 2026

LUNDI / MARDI / JEUDI
9H-12H30 ET 14H-17H30
MERCREDI : 9H-12H30

11 RUE DE LA MAIRIE
53410 PORT-BRILLET

lechalet53@orange.fr

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



8 mars : journée internationale des Droits des Femmes

**LES ACTIVITÉS OU LIEUX DE RDV SONT AU CHALET DES ÉCHANGES DE SAVOIRS À PORT-BRILLET
SAUF LORSQU'UN AUTRE LIEU EST PRÉCISÉ**

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

2 10h/14h: **Atelier Nutrition**
(groupe complet)

10h/12h: **Scrabble**

11h/11h40: **Aquagym**
tous les lundis du mois

14h/16h30: **Répétition et concert de la CHORALE** à l'EHPAD

3 10h/12h30: **Fabrication photophore** lotus en papier

14h/16h30: **Art textile**

14h/16h: **Découverte du jeu**
En un mot

4 10h: **Quizz** "Mangeons bien même le soir!"



13h45/14h45: **Gym Douce**
salle Paul Garry
tous les mercredis du mois

5 9h/12h: **Echange informatique**

10h/12h: **Atelier Marionnettes**
(pour les participants du mini-stage)

Espace Fermé après-midi

9 **Espace Fermé** matin
15h/17h: **Coloriage Zen**
17h: **Bilan chorale**

10 9h30/13h30: **Atelier repas**
14h/16h30: **Art textile**, au 3
chênes

11 10h/12h: **Fabrication d'un carnet de note**

12 **Espace Fermé** matin
(professionnelle en réunion)
14h30/17h: **Atelier**
Apprendre à utiliser une machine
à coudre
pour les débutants
inscription demandée

16 10h/12h: **Je(ux) Remue mes Méninges**
13h45 : **Randonnée**
(à la Cantache près de Vitry)

17 10h30/11h30: **Rencontres et Découvertes** (temps d'accueil
pour les Nouveaux)
14h/17h: **Décorons le Chalet:**
thème Printemps

18 9h45h/11h30: **Dessin animé**
Olivia, Cinéma Le Trianon,
Bourgneuf-la-forêt
Espace Fermé
(professionnelle en réunion)

19 **Espace Fermé** matin
(professionnelle en réunion)
14h30 : **Relaxation**

VENDREDI 20
20h30: **Théâtre**, 3 Chênes
Tout tient encore debout,

23 10h/12h : **Je(ux) Remue mes Méninges**
14h/16h: **Coloriage Zen**

24 9h30/13h30: **Atelier repas**
14h/17h: **Décorons le Chalet:**
thème Printemps

25 **Espace Fermé**

26 9h/12h: **Echange informatique**
14h/17h: Apprendre à utiliser une
MAC
pour les débutants
inscription demandée

30 10h12h : **Scrabble**
14h/16h: **Coloriage Zen**

31 14h/16h: **Découverte des jeux**
Le petit 53, Tac-tik

DIMANCHE 8 MARS : Journée Internationale des Droits des Femmes :
nous vous attendons nombreux dès 14h pour découvrir les créations d'Art textile ainsi que la Chorale du Chalet. L'entrée est gratuite. La journée se poursuivra sous le signe des femmes !