# DES ANIMATIONS AU QUOTIDIEN
## *pour sortir du quotidien*

## LUNDI

**Atelier créatif**
Activité manuelle,
encadrée par une animatrice
Le lundi de 14h30 à 16h30
Salle de la Maillardière - CGSM*

**Jardin - Graino'PEPS**
Activité encadrée par Dominique
- Animateur bénévole
Le lundi de 9h30 à 11h30
Le Bois Plaidé - CGSM

**Randonnée**
Encadrée par l'association des Mil'Pat
Le lundi 1/mois de 13h30 à 17h30
RDV Mairie Annexe Bazouges

## MARDI

**Qi Gong** - de 25€ à 45€
Cycle de 15 séances
- mardi 14h30 à 15h30
Encadré par Corinne
- Intervenante professionnelle
Gennes-Longuefuye et Ampoigné

**Couture**
Initiation à la couture
- un mardi sur deux de 14h30 à 16h30
Encadrée par Ghislaine et Françoise
- Animatrices bénévoles
Mairie Annexe Bazouges - CGSM

**Tricot**
Atelier d'initiation
- un mardi sur deux de 14h30 à 16h30
Encadré par Martine et Sylvie
- Animatrices bénévoles
Cercle de Flore - CGSM

**Atelier numérique**
*Atelier d'initiation*
- un mardi sur deux de 9h15 à 11h
Encadré par Sylvie et Jean-Louis
- Animateurs bénévoles
Mairie Annexe Bazouges - CGSM
*Atelier d'initiation*
- un mardi sur deux de 10h à 11h30
Encadré par Bernard
- Animateur bénévole
Mairie - Bierné-les-Villages

**Théâtre**
Plaisir du jeu, partage de l'instant
- un mardi sur deux de 14h30 à 16h30
Encadré par Patricia - Animatrice
Cercle de Flore - CGSM

**Cuisine du monde**
- sur Quotient familial de 2€ à 4€
Au fourneau pour le plaisir de vos papilles
- un mardi sur deux de 10h à 14h
Encadrée par Amélie - Animatrice
Salle des Fêtes de Daon

**CGSM : Château-Gontier sur Mayenne*

## MERCREDI

**La pause gaming - Silver Geek**
Atelier ludique sur console de jeu
pour bouger et partager
un bon moment ensemble
- le mercredi de 14h à 16h
Mairie Annexe Bazouges - CGSM

SilverGEEK

**Atelier numérique**
Atelier d'initiation
- un mercredisur deux de 9h30 à 11h30
Encadré par Michel
- Animateur bénévole
Mairie Annexe Bazouges - CGSM

## JEUDI

**Cuisine**
- sur Quotient familial de 2€ à 4€
***Cuisine zéro déchet***
Un jeudi/2 de 10h à 14h
encadrée par Marie-Odile
***Manger sain pour 3 fois rien***
Un jeudi sur deux de 10h à 14h
encadrée par Patricia
Salle du Louvre - CGSM

**Danse traditionnelle**
Un jeudi sur deux de 10h à 11h30
Encadrée par Patrick
- Intervenant professionnel
Salle des fêtes - CGSM

**Gym santé**
Le jeudi de 14h30 à 15h30
Encadrée par intervenant
professionnel
Salle Multisports - CGSM

**Atelier d'écriture**
Un jeudi par mois de 14h30 à 16h30
Encadré par Christine
- Animatrice bénévole
Médiathèque - CGSM

**Journal du PEPS**
Un jeudi sur deux de 14h30 à 16h30
Encadré par Amélie - Animatrice
Médiathèque - CGSM

## VENDREDI

**Découvertes sportives**
Le vendredi de 10h30 à 12h15
Encadrées par Olivier
- Intervenant professionnel
Salle de sport de St-Fort - CGSM

**Atelier bricolage bois - récup - brico'PEPS**
Le vendredi de 14h30 à 16h30
Encadré par Jacky
- Animateur bénévole
Espace Jeunes Bazouges - CGSM

**Balade en vélo (casque obligatoire)**
De mars à octobre
- 1 vendredi par mois de 14h à 16h30
Encadrée par 2 animateurs bénévoles
Rdv sur le quai d'Alsace

## SAMEDI

**Atelier d'écriture**
Un samedi par mois de 10h à 12h
Encadré par Christine
- Animatrice bénévole
Médiathèque - CGSM

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

### ADHÉSION OBLIGATOIRE

- 4 € Individuelle
- 10 € Famille

### DOCUMENT À PRÉSENTER

- Carte d'adhésion
- ou Attestation CAF (quotient familial)
- ou Avis d'imposition 2025

### HORAIRES D'OUVERTURE

Mairie Annexe de Bazouges
Du lundi au vendredi :
9h à 12h - 13h30 à 18h

### CONTACT


Centre Social du Pays de Chateau Gontier LE PEPS
Mairie annexe de Bazouges - Place de la mairie
02 43 09 55 80
centre.social@chateaugontier.fr
www.paysdechateaugontier.fr


Ne pas jeter sur la voie publique

# SLA* c'est l'adopter !

## Programmation Adulte - Seniors
## De septembre 2026 à juin 2027

### ATELIERS VIE QUOTIDIENNE

*Cuisine, atelier créatif, théâtre, randonnées, gym santé, bricolage, couture, tricot, danse traditionnelle, atelier d'écriture, jardin, atelier numérique, silver geek...*