

ESPACE SENIORS INTERGENERATIONNEL

Programme : Mai 2025

Temps d'accueil, d'information et d'orientation

Le lundi, mardi et vendredi de 9H à 12H30

Le jeudi de 14H à 17H30

Service gratuit - Pas d'adhésion - Inscriptions par téléphone ou par mail

Activités à l'Espace Seniors Intergénérationnel	
Autres lieux	

Restaurant d'application Haute Follis - 15/20€ Rendez-vous à 12h devant la brasserie	
Mardi 13 mai	Carpaccio de boeuf, salade et parmesan Burger au choix, pommes grenailles aux épices Coupe america Brownies et crumble pécan
Mardi 20 mai	Ceviche de saumon aux agrumes et pointes d'asperges Coquelet rôti et bouquetière de légumes primeurs Variation autour de la fraise

Projet BPJEPS de Charlène "Les pépites colorées de votre vie" flyer disponible à l'accueil		
Vendredi 30 mai et vendredi 6 juin	9h30 à 11h30	Création d'un Vision Board

Atelier prévention routière Conduite d'une voiture automatique	
mardi 13 mai	9h00 à 10h30 : 1er groupe de 3 personnes 10h30 à 12h00 : 2ème groupe de 3 personnes

PETITS ET GRANDS, LA SANTÉ EN MOUVEMENT !
Marche intergénérationnelle

Samedi 24 MAI 10H À 12H
Quartier des Pommerais, abords de la salle Jeff Lemoine.

10h-12h : Animations et stands autour de la sédentarité, l'alimentation et le bien-être (animations prévues pour les enfants également)
Départ à 10h30 pour une balade encadrée de 10m ou 5 km au choix, accessible à tous, à votre rythme.

CRIP DU PAYS DE LAVAL

Samedi 24 mai

MÉGOTHON

9h à 17h au square de Boston

Fête du Jeu 2025
Bouquet final samedi 24 mai de 12h à 15h de 20 à 30h

Projet danse (complet) par la chorégraphe Paule Groleau			
Lundi	5 12 19 26	mai	Horaires : 14h30 à 16h à l'Ehpad Ferrié

- LES CAFÉS RENCONTRES**
Chaque lundi de 9h30 à 11h
- Vendredi 2 mai - 10h à 11h30**
Café "jeux et papotes"
- Mardi 6 mai - 14h à 16h30 - rendez-vous à l'Esi à 14h**
Rando papote sur le chemin du grand repos avec Charlène environ 4km
- Mercredi 7 mai - à partir de 10h**
Montage du **projet fait main** + pique-nique
- Mercredi 7 mai - 14h à 16h - rendez-vous au bassin de la perrine**
Marche d'orientation à la Perrine par Kader
- Wivy**
Vendredi 9 mai - de 9h30 à 16h30
Le matin : café, papotes - 12h pique-nique - 13h30 : jeux **wivy**
- Mercredi 14 mai - à partir de 14h**
14h Inauguration du **projet Fait main** - 16h **concert** - 17h **visite** du Festival des 3 éléphants
- ITALIA**
Jeudi 15 mai - 9h30 à 11h30
Conférence de M. Naveau
Thème : "Venise au 15ème siècle, entre Gothique et Renaissance"
- Jeudi 15 mai - 19h15**
Concert Pierre Bouguier "Coeur Kiff et Boum, Big Bazar" - promenade Anne d'Alegre
- Lundi 19 mai - 14h à 16h**
Démontage du **projet Fait main**
- Mardi 20 mai - 9h30 à 11h**
Communication positive avec la compagnie T'atrium
- Mercredi 21 mai - 10h à 12h**
Venez créer votre jardinière avec Alissa et Gaëlle - apprenantes en animation BPJEPS
- Mercredi 21 mai - 14h à 16h30 (rdv devant la maison des associations)**
Parcours CRAPA à l'étang de Rochefort à Changé avec Kader
- Jeudi 22 mai - 9h30 à 12h**
Présentation du **service accompagnement et accès aux droits du CCAS** de Laval par Sylvie GUESNE
- Vendredi 23 mai - 9h30 à 12h**
Massage individuel crâne, visage, nuque sur table
Priorité aux personnes n'ayant jamais participé à un atelier avec Christelle Ott
- Vendredi 23 mai - 14h**
Atelier socio-éthétique "**prévention solaire**" avec Amandine Hiron
- MANAS**
Vendredi 23 mai - 16h
Exposition au MANAS par Charlotte Violle
La salle Nature et découverte du tableau "La charmeuse de serpent" du Douanier Rousseau
- Lundi 26 mai - 14h30 (à confirmer)**
Animation sur le thème du handicap proposé par deux jeunes en volontaires civiques
- Le Théâtre**
Mardi 27 mai - 14h à 15h30
Spectacle au théâtre "Personne n'est ensemble sauf moi" tarif 13€ ou 16€
Réunir comédiens professionnels et jeunes en situation de handicap invisible : beau défi relevé par ce spectacle unique qui brouille les pistes et questionne la norme.
- Mercredi 28 mai - 14h**
Atelier créatif "**Origami**" par Charlène
- Vendredi 30 mai - 14h**
Café **tricot, crochet**, apporter son matériel ou son ouvrage en cours

