ESPACE SENIORS INTERGENERATIONNEL

Programme: Octobre 2025

Présence d'un conseiller numérique tous les lundis matin de 9h30 à 11h

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

Le lundi, mardi et vendredi de 9H à 12H30 Le jeudi de 14H à 17H30

Activités à l'Espace Senio Intergénérationnel Autres lieux

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

Vendredi 3 et 17 Octobre

Projet "La fabrik des toiles" atelier peinture avec une art-thérapeute en partenariat avec France Terre D'Asile



Stage de 4 séances : 15h à 17h30 mardis 30 septembre 7,14, et 21 octobre

Venez découvrir les activités du Bois Gamats par le biais de 4 séances gratuites : fabrication de savon, traite et dégustation de lait d'ânesse etc.. Il faut s'engager à venir sur les 4 séances, possibilité de transport.

Repas des aînés: dimanche 23 novembre 2025 Début des inscriptions à partir du mardi 14 octobre.

Les inscriptions seront ouvertes à partir du mardi 14 octobre, de 9h à 12h30. Deux possibilités pour s'inscrire :

- Sur place : à l'Espace Seniors Intergénérationnel (90 rue de Rennes), du lundi au vendredi, de 9h à 12h30.
- En ligne : via le site dédié www.repasdesaines.laval.fr

La pré-inscription sera confirmée à réception du règlement et d'un justificatif de domicile à déposer ou à envoyer à l'Espace Seniors Intergénérationnel.

Inscriptions au déjeuner-spectacle du 23 novembre 2025

- Tarif 17€: Lavallois(e) de + de 70 ans
- Tarif 20€: Conjoint âgé de de 70 ans ou pour l'aidant accompagnant
- Tarif solidaire: 10€ selon les revenus (inférieurs à 1034€ mensuels, p. seule
- Paiement par chèque ou espèce, exclusivement

Ateliers fabrication de lanternes pour la parade des lanternes : départ du théâtre, samedi 1er novembre, à 19h

Dates	Horaires	Lieux
Jeudi 2	14h à 17h	Espace Seniors Intergénérationnel
Jeudi 9	14h à 17h	Espace Seniors Intergénérationnel
Jeudi 16	14h à 17h	Espace Seniors Intergénérationnel
Lundi 27	16h30 à 18h	au 40
atelier chant		
Jeudi 30	14h à 17h	au 40
Samedi 1er novembre	18h Farandole Batucada	Place du 11 novembre
	19h La parade des lanternes	Départ du Théatre



Du 20 au 23 octobre - 9h30 à 11h30 Journées citoyennes

Nettoyage et entretien des parties communes du cimetière Vaufleury

Rencontres et échanges de savoir-faire avec des jeunes dans le cadre du dispositif "argent de poche" et l'équipe du cimetière Apporter votre binette et vos gants



Vendredi 24 octobre - 10h à 11h30

Visite du cimetière Vaufleury par le service Patrimoine Priorité aux personnes ayant participé au nettoyage du cimetière

LES CAFÉS RENCONTRES

Chaque lundi de 9h30 à 11h

Mercredi 1er octobre - 13h45 à 16h30 - rdv à la maison des associations

Balade automnale et cueillette de châtaignes au bois Gamats avec Kader, éducateur sportif à la ville de Laval (transport en mini-bus)

Jeudi 2 octobre - 9h30 à 11h30

Conférence de M. Naveau "Les chemins du Mont Saint Michel en Mayenne"

Jeudi 2 octobre - 12h15 à 13h30

Déjeuner "cafétéria" du **Self de Robert Buron** - Prévoir 5,20€, en espèce ou par chèque

Vendredi 3 octobre 14h à 16h30

Création de jeux en bois au Créalab - 43 bd Volney - quartier Bourny

Jeux qui seront mis à disposition le 31 octobre au Palindrome pour la fête d'Halloween

Du lundi 6 au vendredi 10 octobre

Plaquette disponible pour la Semaine Bleue

















Lundi 13 octobre - 14h à 16h

Projet créatif collectif solidaire

Mercredi 15 octobre - 14h à 15h30

Sensibilisation au self-défense pour se sentir bien et en sécurité par Kader, éducateur sportif à la ville de Laval

Mercredi 15 octobre - 15h30 à 17h

Initiation aux échecs avec les jeunes du pôle ados de Laval

Jeudi 16 octobre - 14h30 à 16h30

Comment utiliser Internet pour trouver les services administratifs et médicaux? par les conseillères numériques du département de la Mayenne

Vendredi 17 octobre - 20h30 - 22h (durée 1h)

Spectacle de danse Hip Hop au théâtre "Clicktature" - Tarif 6€ - Festival J2k



Jeudi 23 octobre - 14h à 16h

Atelier créatif en partenariat avec les usagers de l'épicerie sociale du CCAS de Laval



Lundi 27 octobre - 20h Film " Au fabuleux bistrot de la mère Lapipe" à l'avant scène - Tarif 6€

Mercredi 29 octobre - 14h à 16h

Atelier gym par Kader, éducateur sportif à la ville de Laval

Jeudi 30 octobre - 10h à 11h30

Visite du nouveau Centre Administratif Municipal

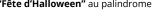
leudi 30 octobre - 14h à 17h

Atelier cuisine - confection de goûter pour la fête d'Halloween au Palindrome avec l'association "Monde de femme"

/endredi 31 octobre - 14h à 20h

"Fête d'Halloween" au palindrome







90 rue de Rennes 09 67 51 83 87 / 06 34 39 61 47 espace.seniors@laval.fr











