

Actions collectives régulières de l'agglomération du choletais

Date de l'action	Horaire de l'action	Intitulé de l'action	Descriptif de l'action	Commune	Lieu de l'action	Modalités	Contact
4ème jeudi de chaque mois SOIT le 23/01 - 27/02 - 26/03 2020	14:30	THE DANSANT		CHOLET	Salle de la Goubaudière, Port de Ribou à CHOLET	7.50 € le prix d'entrée, boissons et collation comprises	02 41 65 58 09
4ème Jeudi de chaque mois	14:30	THE DANSANT	4ème jeudi des mois de septembre -Octobre-Novembre et par contre le jeudi 19 décembre 2019 (en raison de NOEL)	CHOLET	Salle de la Goubaudière Port de Ribou	7.50 € prix d'entrée (sans inscription préalable) boissons et goûter compris	tél 02 41 65 58 09 ou hrm.mono@sfr.fr
Tout les jeudis matins	10:00	Balade rando loisirs	Tous les jeudis de 10h à 12h, un groupe se retrouve au Centre Social pour marcher environ 5 km dans le but de se maintenir en forme et profiter de la nature.Rendez vous à l'accueil pour choisir avec le groupe la balade avant de partir !	Cholet	1 Rue du Docteur Emile Maillard	Tarifcation à l'accueil	0241650105
Tout les mardis	14:30	Rendez vous du mardi	Tous les mardis de 14h30 à 18h, venez nous rejoindre pour discuter, jouer, bricoler, organiser des sorties...mais surtout partager un moment convivial!	Cholet	1 Rue du Docteur Emile Maillard	Tarifcation à l'accueil	0241650105
1er dimanche de chaque mois	12:00	Repas du dimanche	Tous les premiers dimanches de chaque mois,les seniors se retrouvent pour passer l'après-midi ensemble autour d'un repas, d'un cinéma, de jeux...	Cholet	1 Rue du Docteur Emile Maillard	Tarifcation à l'accueil	0241650105
Tous les mardis	14:30	Rendez vous du mardi	Tous les mardis de 14h30 à 18h, venez nous rejoindre pour discuter, jouer, bricoler, organiser des sorties ... mais surtout partager un moment convivial !	Cholet	1 Rue Du Docteur Emile Maillard	Aucune participation, aucune inscription	02 41 65 01 05, seniors.cspasteur@orange.fr
Deux mercredis par mois	10:00	Atelier informatique	Pour vous perfectionnez à l'utilisation de vos appareils (tablettes, ordinateurs) que vous soyez débutant ou initiés ... Rendez vous le mercredi matin de 10h à 11h. Prochains rendez-vous : Mercredi 24 Avril, Mercredi 15 et 29 Mai. Mercredi 12 Juin 2019.	Cholet	1 Rue Du Docteur Emile Maillard	Aucune participation, aucune inscription	02 41 65 01 05, seniors.cspasteur@orange.fr
tous les vendredis matin	10:30	gymnastique douce	en utilisant les objets du quotidien (chaises,...) apprenez à vous maintenir en forme. Gymnastique douce, qui ne force pas sur les muscles et est adapté à chacun.	cholet	13 avenue du président Kennedy	adhésion 5 euros et participation de 50 euros pour toute l'année	0241555584
tous les mercredis ou jeudis matin	10:00	cours informatique	découvrez l'utilisation d'un ordinateur et apprenez à envoyer des mails, faire des tableaux, écrire des textes, utiliser internet....	cholet	13 avenue du président kennedy	adhésion 5 euros et 15 euros pour 16 séances	0241555584
tous les lundis	14:30	Jeu' Papote	Atelier pour les +60ans pour partager un moment convivial, de détente autour de discussions, jeux et un petit café	CHOLET	13 avenue du Président Kennedy	obligation adhésion au centre puis gratuit tous les lundis	02 41 55 55 84 ou coordination.kléidoscope@gmail.com
Tous les lundis, mercredis et vendredis	16:30	Découverte de l'activité badminton		Cholet	41 bd Victor Hugo, salle Auguste grégoire	2 essais gratuits, prêt de matériel licence à l'année 100€	bach49@badminton-cholet.fr, 06.26.41.25.26
A partir de janvier	14:00	Ateliers tablettes numériques pour personnes âgées	Il s'agit, pour des seniors débutants, de prendre en main leur propre tablette numérique à travers 11 ateliers thématiques (1 atelier hebdomadaire de 2 heures). Les informations communiquées sont celles transmises par les structures.	Cholet	5 avenue Kennedy 49300 CHOLET	50 euros pour une session de formation (soit 11 ateliers de 2 heures)	greta.cholet@ac-nantes.fr 0241490650

Date de l'action	Horaire de l'action	Intitulé de l'action	Descriptif de l'action	Commune	Lieu de l'action	Modalités	Contact
A partir de septembre		PASSEPORT BIEN ETRE	Ce passeport, visa senior pour la Forme, la Culture et la Convivialité, vous donne accès à des activités : de remise en forme en salle, (gym sur chaise, yoga, Tai Chi, relaxation, activités aquatiques, marche, vélo cardio...), des ateliers d'écriture, de lecture, des conférences, des cours de chant, des ateliers petits ouvrages, atelier "Art d'oublier", jeux... toujours encadrées par des professionnels. Le passeport donne accès à 10 activités de votre choix. Il est renouvelable. Un programme détaillé vous est remis lors de l'inscription. Il ne vous reste plus qu'à choisir. Le maître d'hôtel du restaurant Montana vous offrira un déjeuner à l'issue des 10 séances.	CHOLET	70 Rue de Lorraine	60 € les 10 activités	Catherine BROSSET responsable Bien Etre, ou l'Accueil de Montana 02 41 49 84 00 catherine.brosset@residences-montana.com
Le mercredi	14:00	Aquagym senior	Tous les mercredi, un maître nageur spécialisé vous reçoit pour pratiquer une activité aquatique adaptée aux seniors. 8 personnes maximum dans le bassin pour les cours collectifs. Possibilité de cours adaptés et individualisés en fonction de votre objectif personnel.	CHOLET	70 rue de Lorraine 49300 CHOLET	Autour de 8 euros la séance collective en fonction de votre abonnement. Inscription et achat d'un carnet de tickets (5 ou 10) que vous présentez au maître nageur à votre arrivée. Présentation d'un certificat médical pour la pratique aquatique. Une première séance vous est offerte sans engagement pour découvrir le lieu, l'activité et le maître nageur.	02 41 49 84 00 pour tout renseignement complémentaire
Tous les jeudis	14:00	Activité RAMI		Cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10€ + une participation aux frais de fonctionnement de 20 à 40€	0241490485
tous les mercredi	13:30	Activité belote		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10€ + une participation aux frais de fonctionnement de 20 a 40€	0241490485
tous les mercredis	13:30	activité scrable		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10€ + une participation aux frais de fonctionnement de 20 à 50€	0241490485
tous les jeudis	13:30	Activité Tarot		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	Adhesion 10€ + une participation aux frais de fonctionnement de 20 a 50€	0241490485
tous les vendredis	13:30	activité Echecs		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10€ + une participation aux frais de fonctionnement de 20 à 50€	0241490485
les jeudis et vendredi matins	9:00	Atelier cuisine et saveurs		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10€ + une participation aux frais de structure de 20 à 50€	0241490485
Tous les mercredis matins	9:00	Atelier espagnol		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10€ + une participation aux frais de structure de 20 a 50 €	0241490485
du lundi au vendredi	14:00	Atelier Anglais		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhésion 10€ + une participation aux frais de structure de 20 a 50 €	0241490485

Les informations communiquées sont celles transmises par les structures.

Date de l'action	Horaire de l'action	Intitulé de l'action	Descriptif de l'action	Commune	Lieu de l'action	Modalités	Contact
tous les mardis	14:00	Atelier couture - tricot-broderie		Cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10€ + une participation aux frais de structure de 20 à 50 €	0241490485
les jeudi (1fois/mois)	14:00	Atelier Art floral		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhésion 10€ + une participation aux frais de structure de 20 à 50 €	0241490485
les lundis et mardis	9:00	Ateiler initiation informatique		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10 € + 40€ pour 8 séances de 1h45	0241490485
les mardi et jeudis matins	9:30	Atelier gym-équilibre		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10 € + une tarification spécifique	0241490485
Les lundis , mardis, et vendredis	10h / 14h / 18h / 19h	Atelier QI Quong		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhésion 10€ + une tarification spécifique	0241490485
tous les lundis	19:00	atelier relaxation		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10 euros + une participation spécifique	0241490485
les lundis , mardi ou vendredis	9h30 / 11h / 18h / 18h30	atelier méditation		cholet	Centre social planty 55 rue du planty	adhesion 10€ + une participation spécifique	0241490485
le Vendredi	15:00	RELAXATION/ SOPHROLOGIE	séances de relaxation/sophrologie pour tous	CHOLET	Centre Socio Culturel KLéodoscope, 13 Avenue du Président Kennedy, 49300 CHOLET	6,00 € la séance	Tél: 0681268248 Mail: tousunivers@orange.fr
1 fois par mois: 9 janvier / 13 février / 13 mars	14:30	Café Presse	1 jour, 1 thème. Pour échanger et approfondir sur des sujets de société. Le thème est décidé d'une séance à l'autre et animé pour un bénévole.	Cholet	Centre Socioculturel Le Verger - rue du Bois Régnier 49300 Cholet	Sans inscription. 5€ pour l'année	accueil.csverger@orange.fr ; 02 41 65 14 99
Un dimanche par trimestre	12:00	La Maison du Bonheur	Un repas partagé, suivi d'un temps de jeu, de promenade, de discussions, suivant les envies. Apportez les jeux que vous aimez !	Cholet	Centre Socioculturel Le Verger - Rue du Bois Régnier 49300 Cholet	Inscription auprès du Centre Socioculturel. Participation : 1€ - Chacun amène une entrée, un plat ou un dessert et apporte ses couverts, assiette et verre.	02 41 65 14 99 - famille.csverger@orange.fr
Le vendredi, tous les 15 jours	14:00	Les après-m conviviaux	Pour ne pas être seul-e, rencontrer de nouvelles personnes, pour discuter, pour participer à l'activité ou juste écouter. En toute simplicité et dans la convivialité	Cholet	Centre Socioculturel Le Verger - Rue du Bois Régnier 49300 Cholet	Ouvert à tous. Participation au goûter : 0,50€	02 41 65 14 99 - famille.csverger@orange.fr
Tous les lundis , mardis, vendredis	16:30	Activité badminton	Animation et découverte du badminton	Cholet	Salle Auguste Grégoire, 41-45 Boulevard Victor Hugo	Coût selon la durée de l'activité, Accès libre la 1ere séance et gratuite	bach49@badminton-cholet.fr, 06.26.41.25.26
vendredi 10 janvier 2020	10:30	Information collective sur les ateliers PIED	Présentation des Ateliers PIED, financés par la Mutualité Française et encadrés par la Jeune France qui se dérouleront de Janvier à Avril 2020 à Cholet	CHOLET	salle de danse Jeune France 47 rue Darmaillacq Cholet	inscription pour l'ensemble des 12 ateliers : 10 € inscription à faire lors de la présentation du 10 janvier ou à l'Accueil de l'association Jeune France (47 rue Darmaillacq)	02 41 49 06 30 ou jf-cholet@Wanadoo.fr

Les informations communiquées sont celles transmises par les structures.

Date de l'action	Horaire de l'action	Intitulé de l'action	Descriptif de l'action	Commune	Lieu de l'action	Modalités	Contact
lundi en période scolaire	10:30	Sport Santé Seniors	Séance d'entretien physique avec tonification, étirements, travail de l'équilibre, travail des postures pour préserver son dos, apprentissage de techniques pour se relever, se déplacer en cas de chutes, exercices facilitant la détente, sollicitation de la mémoire. Conseils hygiène de vie, nutrition, hydratation, sommeil au quotidien, activité physique au quotidien, espace de vie, prévention des chutes et des chocs. Activité réservée aux seniors accompagnés par des partenaires du projet, action soutenue financièrement par la Conférence des financeurs, Conseil départemental.	CHOLET	Salle de l'association Jeune France 47 rue Alphonse Darmaillacq à Cholet	10 € pour l'année, remplir une feuille d'inscription à l'accueil Jeune France, fournir un certificat médical	Accueil Jeune France au 02 41 49 06 30 ou Romaric Barreau au 02 41 49 06 37 jf-cholet@wanadoo .fr ou romaric.barreau.jf@orange.fr
sophrologie adaptée	15:00	sophrologie adaptée	Les ateliers sont élaborés en première intention pour les personnes en situation de handicap mais conçues également pour répondre aux attentes et aspirations de mieux-être de chaque personne, quelle qu'elle soit (adultes, seniors...)Les séances, d'une durée d'1 heure, sont structurées en 2 temps. Une première partie, animée par un éducateur, propose des exercices ludiques de motricité douce permettant aux participants une mise en condition physique et mentale pour accéder, dans un second temps, à une relaxation par la sophrologie, phase animée par un sophrologue professionnel.	CHOLET	Centre Socio-Culturel K'Léidoscope, 13 avenue du président Kennedy, 49300 Cholet	4,00 € adhésion à l'association, session de 13 séances: 81,00 €, séance d'essai sans engagement pour la suite: 6,00 €	tél: 0681268248; mail: tousunis-vers@orange.fr
Tous les mardis	14:00	Club des + 50 ans du Verger	Randonnées et activités du 1er semestre	Cholet et ses environs	Le lieu de départ est donné sur le parking du Centre Socioculturel Le Verger	Être adhérent au Centre Socioculturel Le Verger. Avoir plus de 50 ans et résider sur un des quartiers couverts par le Centre Socioculturel.	02 41 65 14 99 - accueil.csverger@orange .fr
Mardi 31 Mars	14:30	LOTO		LA PLAINE	Salle des Tilleuls - LA PLAINE	3€	06 07 08 96 62
Mardi 11 Février	14:30	Atelier mémoire		LA PLAINE	Salle des Tilleuls - Lotissement Vivre son âge - LA PLAINE	3€	06 07 08 96 62
Mardi 14 janvier	14:30	Atelier mémoire		LA PLAINE	Salle des Tilleuls - Lotissement Vivre son âge - LA PLAINE	3€	Présence boc'âge - 06 07 08 96 62
Mercredi 10 Mars	14:30	Atelier intergénérationnel		LA PLAINE	Salle des Tilleuls - quartier vivre son âge - LA PLAINE	3€	06 07 08 96 62
Mardi 28 Janvier 2019	14:30	Jeux de Société		LA PLAINE	Salles des Tilleuls - LA PLAINE	3€	06 07 08 96 62
1er samedi du mois	9:00	Repair Café	Les bénévoles réparent avec vous vos objets cassés ! Un café vous y attend dans une ambiance conviviale !	La Séguinière	Place de la bastille	Gratuit	02.41.56.26.10
tous les jeudis soirs sauf vacances scolaires	18:30	Qi Gong	Issue de la médecine traditionnelle chinoise, cette gymnastique douce vous permet de travailler votre énergie grâce à divers mouvements , postures et étirements.	La Séguinière	Maison de sel - passage St Hubert	inscription nécessaire, 32€ pour un trimestre + 4€ adhésion au CSI	02.41.56.26.10 ou csinter@wanadoo.fr

Les informations communiquées sont celles transmises par les structures.

Travail réalisé dans le cadre du Comité de l'action collective gérontologique choletaise.

Date de l'action	Horaire de l'action	Intitulé de l'action	Descriptif de l'action	Commune	Lieu de l'action	Modalités	Contact
2 fois par mois	14:00	Café rencontre	Echanges, sorties, jeux et activités diverses de 14h00 à 16h45 à l'espace Dronneau de La Séguinière	La Séguinière	rue du manoir	plus d'information à la mairie de la Séguinière 02 41 56 90 53	plus d'information à la mairie de la Séguinière 02 41 56 90 53
Vendredi matin semaine impaire	9:30	Ecoute psychologique	Permanence d' accueil, d'écoute et d'orientation pour les personnes en souffrance psychique (confronté à la maladie, le deuil...)	Lys Haut Layon	CSC "le Coin de la Rue" 2 rue du conte de Champagny 49310 Vihiers	gratuit - sur rendez-vous	ipoupet@csc-le coindelarue.fr tél : 02 41 75 42 70
3 ème jeudi de chaque mois	14:30	Café grand parents	Échanges entre Gand-Parents sur l'actualité et toute les questions relative à la famille	Lys Haut Layon	CSC "le Coin de la Rue" 2 rue du conte de Champagny 49310 Vihiers	Gratuit. Pour une première fois, contacter le Centre socioculturel	ipoupet@csc-le coindelarue.fr tél : 02 41 75 42 70
Chaque mardi	14:00	Echanges tricot	Pratique du tricot (apprentissage et échanges de savoirs)	Lys Haut Layon	CSC "le Coin de la Rue" 2 rue du conte de Champagny 49310 Vihiers	3€/trimestre inscription à l'accueil du Centre	accueil@csc-le coindelarue.fr tél : 02 41 75 42 70
1er samedi du mois	9:30	Café informatique	Apprentissage de l'outil informatique, conseils d'achats numérique, - échanges entre passionnés ...	Lys Haut Layon	SC "le Coin de la Rue" 2 rue du conte de Champagny 49310 Vihiers	Gratuit en accès libre entre 9h30 et 11h30	accueil@csc-le coindelarue.fr tél : 02 41 75 42 70
chaque mardi mardi	10:30	Bien dans son corps	Stimuler et assouplir son corps, travailler l'équilibre	Lys Haut Layon	Centre Socioculturel "le Coin de la Rue" 2 rue du conte de Champagny Vihiers	3€/ trimestre, inscription à l'accueil du Centre Socioculturel	02 41 75 42 70 accueil@csc-lecoindelarue.fr
vendredi semaine impaire	14:30	Bien dans sa tête - simuler sa mémoire	Stimuler sa mémoire par le jeu	Lys Haut Layon	CSC "le Coin de la Rue" 2 rue du conte de Champagny 49310 Vihiers	3€/trimestre inscription à l'accueil du Centre	accueil@csc-le coindelarue.fr tél : 02 41 75 42 70
Vendredi	9:30	Gym équilibre	Activité physique adaptée aux capacités et besoins des personnes. Permet de conserver son autonomie et son bien être. Animé par un professionnel	Mazières en Mauges et Toutlemonde	Salle St Jean à Mazières en Mauges, salle du foot à Toutlemonde	40€ l'année + 7€ adhésion CSI. Inscription Chloro'fil.	Elodie ROBERT 02 41 55 93 41
Lundi tous les 15 jours	10:00	Atelier Mémoire	Entretenir et cultiver sa mémoire. Animé par une bénévole formée	Nuaillé	CSI Chloro'fil 40bis rue de la libération 49340 Nuaillé	15€ l'année + adhésion CSI 7€ , inscription chloro'fil	Elodie ROBERT 02 41 55 93 41
Lundi de novembre à mars	17:30	Atelier conversation anglaise	Atelier de conversation et de consolidation des connaissances de la langue, priorité à la communication orale. Niveau intermédiaire requis. Animé par un bénévole, professeur d'anglais retraité.	Nuaillé	Salle Chouteau	15€ à l'année + adhésion 7€ , inscription à Chloro'fil	ELodie ROBERT 02 41 55 93 41
jeudi tous les 15 jours	20:00	Atelier Couture	Sous la forme d'un échange de savoirs soutenu par des bénévoles. Travail projets personnels.	Nuaillé	Salle Chouteau	Inscription à Chloro'fil, 15€ l'année + adhésion CSI 7€	Elodie ROBERT

Date de l'action	Horaire de l'action	Intitulé de l'action	Descriptif de l'action	Commune	Lieu de l'action	Modalités	Contact
Mercredi 1 fois par mois (8 séances)	10:00	Equilibre culinaire	Concevoir un repas de tous les jours, équilibré et peu coûteux. Animé par une diététicienne. Réalisation et dégustation collective.	Nuaillé	Salle de la Vallonnerie Nuaillé	Inscription à Chloro'fil , 60 € + 7€ adhésion CSI	Elodie Robert 02 41 55 93 41
jeudi de 15h00 à 17h00 ou de 20h00 à 22h00	15:00	Echange de savoir peinture/dessin	Vous aimez peindre, dessiner? Vous désirez rencontrer d'autres personnes? Tous les jeudis de 15h00 à 17h00 ou de 20h00 à 22h00	Saint Christophe du bois	Salle Jean Baptiste Vigneron	Gratuit + 4€ adhésion	02 41 56 26 10 ou csinter@wandoo.fr
mardi soir	18:00	Sophrologie	Diminution du stress, des douleurs... sont les bienfaits escomptés de cette technique. Décontraction, respiration vous permettront d'acquérir une meilleure connaissance de vous même.	Saint Léger sous Cholet	Pôle culturel	inscription nécessaire, 64€ par an par personne + 4€ adhésion au CSI	02.41.56.26.10 ou csinter@wanadoo.fr
tous les vendredis sauf vacances scolaires	17:15	Gym douce	Ouvert à tous les retraités, venez pratiquer de la gym adaptée, de 17h15 à 18h15	Saint Léger sous Cholet	pôle culturel	inscription nécessaire et 64€ l'année par personne + 4 € adhésion CSI	02 41 56 26 10 csinter@wanadoo.fr
Mercredi 18 Mars	15:00	Chorale		SOMLOIRE	1 Rue des Bois d'Anjou - SOMLOIRE	3€	06 07 08 96 62
tous les mardis	14:30	Atelier bricolage	Confection de cartes de vœux et partage de la galette des Rois	Somloire	Résidence l'Épinette - 1 Rue des Bois d'Anjou - SOMLOIRE	3€	Présence Boc'âge - 06 07 08 96 62
Mardi 21 Janvier	14:30	Documentaire		SOMLOIRE	Résidence l'Épinette - 1 Rue des Bois d'Anjou - SOMLOIRE	3€	06 07 08 96 62
Mardi 4 Février	14:30	Atelier bricolage		SOMLOIRE	Résidence l'Épinette - 1 Rue des bois d'Anjou - SOMLOIRE	3€	06 07 08 96 62
Mardi 18 Février	14:30	Atelier culinaire		SOMLOIRE	Résidence l'Épinette - 1 Rue des Bois d'Anjou - SOMLOIRE	3€	06 07 08 96 62
Mardi 3 Mars	14:30	Atelier bricolage		SOMLOIRE	Résidence l'Épinette - 1 Rue des Bosi d'Anjou - SOMLOIRE	3€	06 07 08 96 62
tous les jeudis après-midi	14:00	Jeux et randonnée	Une petite randonnée de 2kms, ou une randonnée d'une dizaine de kms, ou des jeux	St Léger sous Cholet	18 rue d'Anjou	Adhésion au Centre socioculturel à l'année 4€	02.41.56.26.10
3ème samedis du mois	9:30	Café informatique	Cette activité se décompose en 2 parties: 1ère partie: on traite d'un sujet et on répond à vos questions sur ce sujet. 2ème partie: foire aux questions où on essaie de répondre à vos problèmes sur l'informatique.	St Léger sous Cholet	CSI Ocsigène 18 rue d'Anjou	gratuit	02.41.56.26.10 ou csinter@wanadoo.fr