

LES VENDREDIS 20/02,
27/02, 06/03 ET 13/03



C'ÉTAIT MIEUX AVANT |||||

Un atelier ludique et pratique permettant d'évoquer souvenirs, expériences de vie et réflexions sur l'avenir. Animé par un psychologue qui pourra répondre aux questions des participants.



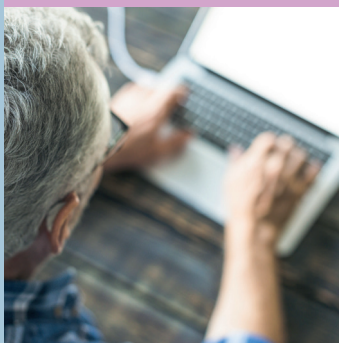
DE 10H À 12H
SALLE DES CAPUCINS

||||| ATELIER NUMÉRIQUE

Un atelier numérique pour prendre en main l'outil informatique, apprendre à naviguer en ligne, gérer ses démarches et gagner en autonomie dans son usage du numérique. Engagement sur les 8 séances.

ATELIER COMPLET JUSQU'AU 6 FÉVRIER
LISTE D'ATTENTE DISPONIBLE

LES VENDREDIS



Action
numérique

Carsat
Département
& Santé
du Travail
Centre-Val de Loire

LES JEUDIS 09/04,
28/05, 04/06 ET 11/06



ACTUALISATION DU CODE |||||

Une séance d'actualisation du code, suivie de trois ateliers distincts. Ces séances permettent de revoir les règles, les nouveaux aménagements et les bons comportements à adopter.

14H30
ESPACE MONTESSON (PETITE SALLE)



ANIMATIONS POUR LES + DE 60 ANS



VILLE DE
Saint Jean le Blanc



CCAS - Centre Communal d'Action Sociale

www.saintjeanleblanc.com



DE JANVIER À JUIN 2026 |||||

TÉL : 02 38 66 18 34

MAIL : CCAS@SAINTJEANLEBLANC.COM

VILLE DE SAINT-JEAN-LE-BLANC
CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE
PLACE DE L'ÉGLISE 45650 SAINT-JEAN-LE-BLANC

SUR INSCRIPTION

TOUS LES MARDIS
(HORS VACANCES SCOLAIRES)



ATELIER DE SPORT ADAPTÉ |||||

Un temps d'activité physique pensé pour tous, avec des exercices simples et adaptés aux capacités de chacun. L'atelier de sport adapté permet de rester en mouvement, de renforcer son équilibre et de préserver sa vitalité, dans une dynamique encourageante et accessible.



DE 10H30 À 11H30
GYMNASSE DE L'ARMANDIÈRE

||||| APRÈS-MIDI GALETTE

Un après-midi convivial et festif autour de la traditionnelle galette des rois.

L'occasion de se retrouver dans une atmosphère chaleureuse, de partager un moment agréable et de déguster la galette ensemble.

DE 15H À 17H30
GYMNASSE MARIE-AMÉLIE LE FUR
AU VILLAGE SPORTIF

MERCREDI 21 JANVIER



||||| AIDE AUX COURSES

Accompagnés de bénévoles, les personnes concernées sont conduites de leur domicile à Intermarché pour faire leurs courses, puis raccompagnées.

LE MATIN
RENDEZ-VOUS AU DOMICILE

LES 1^{ER} ET 3^{ES}
VENDREDIS DU MOIS



LES JEUDIS
29 JANVIER | 12/19/26
FÉVRIER

ÊTRE AIDANT, ÊTRE AIDÉ |||||

Un atelier pour mieux comprendre le rôle d'aidant et découvrir les ressources disponibles. En partenariat avec Brain Up, il propose un temps d'échanges et de conseils dans un cadre bienveillant.

DE 10H À 12H
SALLE DES CAPUCINS



TOUS LES MARDIS
À PARTIR DU 20 JANVIER
(HORS VACANCES SCOLAIRES)



ATELIER MÉMOIRE PEP'S EURÊKA |||||

Un atelier mémoire rythmé par des exercices ludiques pour stimuler ses capacités tout en passant un moment convivial. PEPS Eurêka propose des séances hebdomadaires sur 10 semaines pour entretenir sa mémoire et sa concentration dans une ambiance dynamique et bienveillante.



DE 14H À 16H30
SALLE DES CAPUCINS

||||| RÉPÉTITION DU QUATUOR D'ORLÉANS

Ce temps d'écoute et d'échanges permettra de découvrir le talent des musiciens, avec une présentation des instruments et des œuvres interprétées.

10H30
ESPACE SCÉNIQUE MONTISSION

MARDI 10 FÉVRIER

