

Jeudi 23 octobre

BALADE ET VISITE DU CENTRE ÉQUESTRE

Déjeuner à 12h et départ balade à 14h - Salle Bel Air

Apportez votre pique-nique pour un déjeuner convivial dans le parc Bel Air, aux côtés des enfants de l'Accueil de Loisirs et des habitants de la résidence Bel Air.

À 14h, départ pour une balade nature d'environ 5 km jusqu'au centre équestre, avec une visite sur place. Goûter offert.

En partenariat avec Chatorando et le centre équestre.

Tout public // Sur inscription

Vendredi 24 octobre

JEUX SUR LE MARCHÉ

De 9h30 à 12h30 - Place du marché

La ludothèque s'installe sur la place du marché pour une matinée ludique et conviviale. Jeux de société à découvrir, échanges, rencontres... un moment pour jouer, discuter et partager !

En partenariat avec la Ludothèque.

Tout public

LOTO ANIMÉ PAR LES JEUNES DE L'ESPACE JEUNES

De 15h à 17h - Maison Pour Tous, salle exposition

Venez participer à un loto animé par les jeunes de l'Espace jeunes, avec des lots à gagner dans une ambiance conviviale ! Goûter offert.

En partenariat avec l'Espace Jeunes.

Tout public // Sur inscription



Informations et inscriptions

CCAS DE CHÂTEAUBOURG

02 99 00 87 63

ccas@chateaubourg.fr

Maison Pour Tous, 9 rue Louis Pasteur



Transport

Possibilité de TRANSPORT GRATUIT
sur demande auprès du CCAS.
(Sous réserve de places disponibles)



Festival Atout'Âge

**Des animations dédiées aux 60 ans et plus...
et aux autres pour favoriser
les rencontres intergénérationnelles !**



Du 13 au 24 octobre
2025

www.chateaubourg.fr



Lundi 13 octobre

SPECTACLE « PAROLES POÉTIQUES »

À 15h (45 min) - Auditorium du Centre des Arts

À la recherche de la poésie nichée dans le quotidien, Raphaël Reuche joue avec les sonorités et partage l'absurdité du monde dans des histoires fantasques et surprenantes.

Adultes // Sur inscription

Mardi 14 octobre

PORTRAITS SONORES

De 9h30 à 12h30 - Médiathèque Les Curiosités

(Re)découvrez votre quartier à travers le son ! En petits groupes, partez enregistrer les ambiances et les voix de lieux emblématiques ou méconnus, puis donnez-leur vie grâce au montage audio.

En partenariat avec Electroni-K et la médiathèque Les Curiosités.

Adultes // Sur inscription

LECTURE CHANTÉE

À 15h - Salle La Grange (derrière l'ancienne bibliothèque)

Lecture de nouvelles ponctuées d'intermèdes chantés et accompagnés à la guitare. Goûter offert.

Animée par Chantal Yvenou, bénévole du CCAS.

Adultes // Sur inscription

Mercredi 15 octobre

YOGA SUR CHAISE

De 10h à 11h - Salle Marie Le Franc (1 Impasse Marie Le Franc)

Profitez des bienfaits du yoga en douceur. Au programme de cette séance adaptée à tous : respiration, étirements et renforcement.

Animé par Marie-Edith Hamon, professeur de yoga.

Adultes // Sur inscription

BALADE ET VISITE DE LA CASERNE DES POMPIERS

De 15h à 17h30 - Départ de la maison de retraite Sainte Marie

Visite de la caserne des pompiers et découverte des équipements. La balade se clôturera par un goûter offert.

En partenariat avec Châtorando et les pompiers.

Tout public // Sur inscription

Jeudi 16 octobre

BRAIN BALL

De 10h à 11h30 - Salle Marie Le Franc (1 Impasse Marie Le Franc)

Activité ludique mêlant jonglage, musique et coopération ! Stimulez coordination, équilibre et confiance en soi en pratiquant des exercices simples et en suivant le rythme !

Animé par Clothilde Marinier, psychologue.

Adultes // Sur inscription

TROC PLANTES ET ATELIER « BONNE POSTURE AU JARDIN »

De 14h à 17h - Rendez-vous salle Bel Air

Un troc de plantes vous invite à échanger boutures, conseils et astuces. En parallèle, participez à un atelier pour découvrir les bonnes postures au jardin. Apprenez à préserver votre autonomie et éviter les blessures. Goûter offert.

Atelier animé par Delphine Communier, ergothérapeute.

Adultes // Sur inscription

Vendredi 17 octobre

STAND DE JEUX ET ACCORDÉON

De 9h30 à 12h30 - Place du marché

Jeux de société à découvrir, échanges, rencontres... Un moment pour jouer, discuter et partager. Le tout en musique !

Tout public - Animé par la Ludothèque et les bénévoles du CCAS.

KARAOKÉ

De 15h à 17h - Résidence Sainte Marie, salle Chaplin

Les résidents de la maison de retraite vous accueillent pour chanter ensemble les grands classiques d'hier. Goûter offert.

Adultes // Sur inscription

Samedi 18 octobre

ATELIERS TRICOT ET BRODERIE

Tricot : 10h15 et 11h - Salle des Tours Carrées

Un atelier pour vous initier aux bases du tricot tout en abordant ses bienfaits, aussi bien personnels que relationnels.

Broderie : de 10h à 12h - Salle des Tours Carrées

Broderie sur tote-bag (fourni) et sur vêtement pour le personnaliser ou masquer une imperfection.

Avec Petites mains en folie et Salsa Familia Part'Âges.

Tout public // Sur inscription

Lundi 20 octobre

SÉANCE CINÉMA : « À BICYCLETTE ! »

De 15h à 17h - Étoile Cinéma

De l'Atlantique à la mer Noire, Mathias et son ami Philippe reprennent à vélo le voyage inachevé du fils disparu de Mathias. Une traversée émouvante, entre humour, tendresse et hommage.

Tout public. Goûter offert. Place à acheter au cinéma.

Mardi 21 octobre

INITIATION AU VÉLO ÉLECTRIQUE

Deux séances : 9h et 10h45 - Départ place du marché

Une séance de 1h30 pour se (re)mettre en selle : révision du code de la route, balade et bilan de l'expérience en toute sécurité ! Prêt de vélo possible si besoin.

Tout public // Sur inscription En partenariat avec Mobi'zh.

BALADE À VÉLO INTERGÉNÉRATIONNELLE

De 14h à 16h - Départ place du marché

Seul ou avec vos petits-enfants, venez profiter d'une balade à vélo conviviale et sécurisée. N'hésitez pas à venir avec votre vélo décoré pour ajouter une touche festive ! Goûter offert.

En partenariat avec Agis Ta Terre et Mobi'zh.

Tout public // Sur inscription

Mercredi 22 octobre

VELOUTÉ D'AUTOMNE

À 10h - Maison de retraite Sainte Marie

Atelier cuisine avec les résidents de la maison de retraite Sainte Marie, en partenariat avec l'Accueil de Loisirs : préparation d'un velouté de saison, suivi d'un repas convivial.

En partenariat avec l'Ehpad Sainte Marie et le CCAS.

Tout public // Sur inscription - Gratuit

BOUM INTERGÉNÉRATIONNELLE

À partir de 15h - Maison de retraite Sainte Marie

La piste de danse est ouverte ! Venez danser le temps d'un après-midi, sur un répertoire varié et destiné aux jeunes et aux seniors ! Goûter offert.

Animation musicale par Claudine Plihon.

Tout public // Sur inscription