

Mardi 25 Septembre

□ 14h30 - 16h30 : Lecture contée
au lavoir de Gosné

Rendez-vous au parking du lavoir



*Les animations de proximité sont à destination
des séniors des 4 communes rattachées à la
l'intercommunalité Liffré-Cormier :*

*Gosné, Saint-Aubin-du Cormier, Livré-sur-
Changeon et Mézières-sur-Couesnon*

*Les animations sont organisées par l'animatrice
rattachée à l'équipe du service Animation
Séniors du Centre Intercommunal d'Action
Sociale se situant à Liffré.*

INFORMATION:

A partir du mois d'Octobre, un nouveau
programme vous sera envoyé suite à la
mise en place de la tarification sociale.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Service Animation Séniors
Centre Intercommunal d'Action Sociale

24 rue la Fontaine

35 340 LIFFRÉ

CONTACTS :

Tél : 07 63 49 12 54

Courriel : animation.seniors@liffre-cormier.fr

En partenariat avec :

L'ADMR du Pays de St Aubin du Cormier



Avec le soutien financier du :
Conseil départemental et de la
conférence des financeurs



**Centre Intercommunal
d'Action Sociale**

**Liffré = Cormier
COMMUNAUTÉ**

**Programme mensuel
des Animations Seniors**



**ANIMATIONS GRATUITES avec
TRANSPORT à la demande**

ANIMATIONS DU MOIS SEPTEMBRE

☐ Case inscription à cocher / Programme à conserver

Mardi 4 Septembre

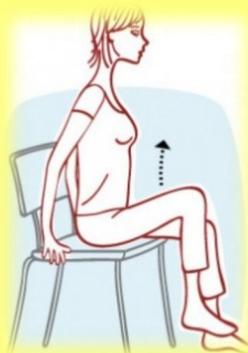
- ☐ 14h30 - 16h30 : Balade à l'étang de Chevré à La Bouëxière avec les résidents de l'EHPAD de La Bouëxière et les seniors du CIAS



NOUVEAUTÉ !

VENDREDI 7 SEPTEMBRE

- ☐ 15h15 - 17h00 : Séance découverte d'Activités Physiques Adaptées avec Erwan (éducateur sportif) à la salle Nelson Mandela à Ercé Près Liffré



Venez avec une tenue de sport.

Erwan, éducateur sportif au sein de Liffré-Cormier Communauté, propose différents exercices de gymnastique douce, adaptés à vos capacités.

Vous partagerez cette séance avec des seniors de Liffré-Cormier Communauté.

Le transport sera assuré par une équipe de bénévoles.

Mardi 11 Septembre

- ☐ 14h30 - 16h30 à la salle accolade de Saint Aubin du Cormier



**PAUSE
BIEN-ETRE**

Soins des mains et pose de vernis à ongles

Mardi 18 Septembre



PIQUE-NIQUE A DINARD

Départ à 10h30 et Retour vers 17h :

Prévoir votre pique-nique et argent pour manger une glace ou autre sur place (maillot de bain pour ceux qui veulent)