

L'AIDE ADMINISTRATIVE

- Aide à la rédaction de courriers divers
- Dossiers liés à la perte d'autonomie (MDPH, carte mobilité, inclusion et stationnement)
- Dossiers de demandes d'aides financières (ANAH)
- Accompagnement sur les dossiers ONACVG

Pour toute autre demande, vous pouvez faire appel à **France Services** :
29 avenue de la Gare, 37250 Montbazou
montbazou@france-services.gouv.fr
02 47 26 88 15

LE CAFÉ LOISIRS

Venez passer un moment de convivialité autour de diverses activités : tricot, crochet, jeux de société...

La thématique de chaque atelier sera définie en fonction des envies des personnes présentes.

Gratuit sans inscription

Tous les lundis de 14h30 à 17h00
Grange Doisneau
Rue de la Vasselière



La commission vient également en soutien des actions du CMS.

Le Conseil Municipal des Sages est un organe consultatif force de réflexions et de propositions dont les objectifs sont de :

- Favoriser l'expression
- Mettre en place et mener des projets
- Développer des échanges intergénérationnels, véhiculer une image positive des aînés et inciter l'implication active des seniors

Il s'intègre dans le processus de démocratie locale et répond à la volonté municipale de développer la démocratie participative.

NUMÉROS UTILES

Mairie :	02.47.34.11.80
CCAS :	02.47.34.11.92
France Services Montbazou :	02.47.26.88.15

Contacts

Mme Bénédicte BEYENS (élue) bene.beyens@orange.fr	06.86.53.17.29
M. Benoît LHÉRITIER (agent) administration@monts.fr	02.47.34.11.83

PROGRAMME 2025

La Commission aînés et relations intergénérationnelles



LES COURSES À DOMICILE

- Vous avez plus de 65 ans,
- Vous êtes en incapacité physique temporaire ou définitive de faire vos courses,
- et êtes dans l'impossibilité de prendre le minibus mis à disposition par le CCAS.

**VOUS POUVEZ BÉNÉFICIER
DE LA LIVRAISON GRATUITE
TOUS LES 15 JOURS ET A VOTRE DOMICILE
DE VOS COURSES ALIMENTAIRES**

Comment procéder ?

Vendredi

Appeler Mme BEYENS pour lui indiquer que vous avez une commande

Un bénévole passe à votre domicile récupérer :

- votre commande papier
- la copie de votre carte U
- la copie de votre carte d'identité
- un chèque libellé à l'ordre de Super U et mis sous enveloppe cachetée

Lundi

Un binôme de bénévoles dépose à votre domicile votre commande et vous fait signer le bon de livraison

Mercredi

Un calendrier vous est fourni chaque trimestre
En partenariat avec le Super U de Monts

LES ATELIERS MENSUELS

Des ateliers à destination des Montois de tous âges sont organisés chaque mois à la Grange Doisneau.

PROGRAMME 2025

11 janvier : après-midi Jeux de société animé par un professionnel à l'Espace Jean Cocteau

1^{er} février : cuisine - Les principes de la cuisine vapeur

15 mars : terre et macramé

5 avril : cuisine vapeur et repas partagé

17 mai : couture - Doudou nuage

27 septembre : sortie nature

11 octobre : atelier créatif "Eau"

8 novembre : atelier floral

6 décembre : décorations de Noël

Gratuit sur inscription

Grange Doisneau - Rue de la Vasselière

LES CONFÉRENCES ET ATELIERS EN LIGNE



Participez en direct à des ateliers en ligne sur différentes thématiques : forme, santé, bien être, numérique, culture, cuisine etc.

Connectez-vous sur www.happyvisio.com et saisissez le code partenaire HAPPY 37

LES ATELIERS DE LA FORME SÉNIOR

Un programme de 12 séances d'activités physiques adaptées d'une heure hebdomadaire, avec étude physiologique et compte rendu généralisé au début et en fin de programme.

Chaque séance est encadrée par un éducateur sportif qualifié : pilates, mobilités et renforcement musculaire, stretching, gym spéciale dos, randonnées...

Chaque mardi du 18 mars au 24 juin sauf en période de vacances scolaires

1^{ère} séance de 9h30 à 10h30

2^{nde} séance de 10h45 à 11h45

**Participation de 25 €
sur inscription avec engagement
sur la totalité des séances**

Grange Doisneau - Rue de la Vasselière

LE STAGE CONDUITE SÉNIOR

Le 1^{er} décembre de 8h30 à 17h30

Au programme, rencontre avec un médecin, code de la route, prévention et sensibilisation, cours de conduite et test de freinage.

**Participation de 25 € sur inscription
Grange Doisneau et salle Jean Marais**