

Partageons Proposons
LE PEPS
Echangeons Sortons

du Pays de Château-Gontier

PARTAGEONS

Echanges de savoirs,
Aide aux démarches
administratives
...

ECHANGEONS

Soutien à la parentalité,
Numérique,
Information jeunesse
...

PROPOSONS

Bénévolat,
Instances
participatives,
Accompagnement
aux projets
...

SORTONS

Aides aux départs
en vacances,
Sorties
...

Un lieu de rencontres
et d'échanges
intergénérationnels
ouvert à tous les habitants

PROGRAMME

JANVIER - JUIN 2023

*Programme sous réserve du protocole sanitaire en vigueur





Pas encore inscrit-e à notre Newsletter ?
Retrouvez toute notre actualité en écrivant à :
centre.social@chateaugontier.fr

Espace famille et parentalité

Venez échanger et rencontrer d'autres parents sur des thématiques liées à la parentalité ou vivre des moments privilégiés avec vos enfants lors de temps animés par des professionnels.



LE LUNDI, ON JOUE ET ON PAPOTE !

Prendre le temps de se poser avec son enfant, d'échanger et de rencontrer avec d'autres parents. Animés par Anita Henry.

- 23 JANVIER | de 9h30 à 11h30
- 13 FÉVRIER | de 9h30 à 11h30
- 13 MARS | de 9h30 à 11h30
- 17 AVRIL | de 9h30 à 11h30
- 22 MAI | de 9h30 à 11h30
- 12 JUIN | de 9h30 à 11h30

- Relais Petite Enfance de Château-Gontier sur Mayenne

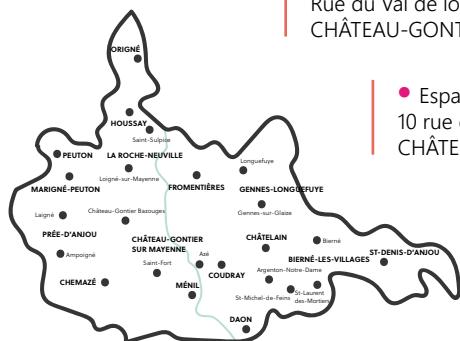
Ouvert à tous les parents d'enfants de moins de quatre ans

GRATUIT & SANS INSCRIPTION

- Relais Petite Enfance, Maison de la Petite Enfance, 14 Bd du Hodeau CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

- Espace Vulcain Rue du Val de Loire, CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

- Espace jeunes, 10 rue du Poitou CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE



ATELIER D'HABILITÉS PARENTALES

Autour de la communication positive, animés par des professionnels.

- 7 séances pour les parents d'enfants de 3 à 12 ans, sur le 1^{er} semestre, animées par Mélanie Braut
 - Espace Vulcain - Château-Gontier sur Mayenne
- Dates à venir

- Sessions pour les parents d'adolescents en cours, animées par Géraldine Richard
- Espace jeunes - Château-Gontier sur Mayenne

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

Le calendrier des actions parentalité est en cours d'élaboration. Si vous ne recevez pas les informations du PEPS, n'hésitez pas à nous transmettre vos coordonnées.

ATELIER PARENTS-ENFANTS

Moment privilégié avec votre ou vos enfants autour d'une activité partagée.

- 19 AVRIL | de 14h à 16h30

- Salle du Vigneau - Ménil

Atelier Koinobori : Dessiner et fabriquer son poisson volant japonais !
À partir de 7 ans

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

- Salle du Vigneau, 1 Chemin du vigneau, MÉNIL

- Salle Léo Lelée, 10 rue du Pin CHEMAZÉ

- Médiathèque du Pays de Château-Gontier, 32 avenue Carnot CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

- Salle du Mille Club, 8 rue d'Anjou, LOIGNÉ SUR MAYENNE

- Salle des Fêtes de Longuefuye 1 rue de la gare, GENNES-LONGUEFUYE

Espace loisirs tout public

APRÈS-MIDI JEUX

En partenariat avec la ludothèque Tout'à jeux, le PEPS vient, à travers sa LUDOMOBILE, à votre rencontre dans les différentes communes du Pays de Château-Gontier pour partager des moments autour des jeux de société.

- 21 FÉVRIER | de 14h à 16h30

- Salle Léo Lelée - Chemazé

- 18 AVRIL | de 15h à 18h

- Médiathèque Château-Gontier sur Mayenne

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

ATELIERS

INTERGÉNÉRATIONNELS

Se réunir, petits et grands, le temps d'une activité partagée.

- 20 & 23 FÉVRIER | de 14h à 16h

- Salle des fêtes - Longuefuye

À l'occasion du festival « Les reflets du cinéma » sur le Brésil qui aura lieu du 10 au 19 mars le PEPS organise deux ateliers de fabrication de masques brésiliens pour la décoration du cinéma Le Palace. (Possibilité de récupérer les œuvres réalisées une fois le festival terminé) À partir de 6 ans

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

- 20 AVRIL | de 14h à 16h30

- Salle du Mille Club - Loigné sur Mayenne

Peinture végétale : découvrir la peinture à base de fleurs et de légumes. À partir de 6 ans



SORTIES

Découvrez ou redécouvrez votre territoire en partageant des moments conviviaux en famille et/ou entre amis (visites, spectacles, activités etc).

Visite atelier peinture 3 MARS | de 14h à 16h

• Château-Gontier sur Mayenne

En immersion dans l'atelier de peinture de Maryse Davette, artiste peintre contemporaine.

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

De la traite au savon 21 AVRIL | de 9h30 à 14h45

• Asinerie du Bois Gamats - Laval

Découvrez la production du lait d'ânesse à travers la traite puis fabriquez vous-même votre savon.

Début des inscriptions le 20 mars

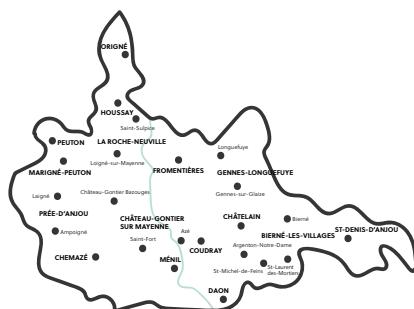
Paiement à la mairie annexe muni de votre QF ou votre avis d'imposition

Tarif selon quotient familial - 3 à 6€/pers

Transport aller/retour possible - 2€/pers
Départ à 9h30 de la salle des fêtes de Château-Gontier sur Mayenne

VACANCES

Parce que les vacances représentent des moments de partages, de détente en famille ou entre amis, Le PEPS propose un accompagnement personnalisé et/ou collectif pour l'organisation et l'aide à la recherche de financements de votre projet de vacances. Pour plus d'informations, contactez le PEPS.



• Atelier de peinture
77 avenue division leclerc,
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

• Asinerie du bois Gamats
Chemin de la Ferme du Bois Gamats,
53000 LAVAL

ATELIERS D'INITIATION

À L'INFORMATIQUE

Ces ateliers, gratuits et ouverts à tous, permettent de se familiariser avec l'outil informatique et l'usage d'internet. Des petits groupes sont constitués par niveau et sont animés par des bénévoles. Les ateliers se déroulent de septembre à janvier ou de février à juin, à raison de deux ateliers d'une heure et demie par mois hors vacances scolaires.

Lieux des ateliers :

- Médiathèque du Pays de Château-Gontier
- Mairie de Saint-Sulpice
- Espace Vulcain
- Mairie de Bierné-les-Villages
- Mairie de Fromentières
- Mairie de Marigné-Peuton

GRATUIT & SUR INSCRIPTION
(pensez à vous inscrire 1 mois avant)

30 MARS | à 18h30

• Salle Saint-Jacques - Château-Gontier sur Mayenne

« Comment bien se protéger sur internet ? »

Intervention de la gendarmerie

GRATUIT & SUR INSCRIPTION



ATELIERS NUMÉRIQUES

> En partenariat avec orange™

Smartphones, réseaux sociaux...

Nous proposons des ateliers collectifs et gratuits pour permettre à chacun d'améliorer son usage des nouvelles technologies. Des animateurs de la société d'Orange interviennent sur plusieurs modules : prise en main de son smartphone, protection de vos données personnelles sur internet, découverte des réseaux sociaux, garder le contact avec ses proches avec Whats App, comprendre le contrôle parental et l'adopter...

Pour connaître les prochaines dates d'atelier, renseignez-vous auprès du PEPS.

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

Lieu des ateliers :

- mairie annexe Bazouges

> En partenariat avec l'ASEPT



Ces ateliers permettent de se familiariser avec la tablette tactile, son smartphone et l'usage d'internet. Ils s'adressent aux personnes de 60 ans et plus. Les ateliers se dérouleront sur 10 séances de deux heures, hors vacances scolaires. Participation de 10€ pour l'ensemble des séances.

SUR INSCRIPTION

Espace échanges et rencontres

CAFÉ PAPOTE

Ateliers d'échanges de savoirs

Venez partager vos savoirs, créer, découvrir, expérimenter, discuter et rencontrer des personnes autour de vos centres d'intérêts (arts créatifs, bricolage, cuisine, expression artistique, environnement...).

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

27 JANVIER | 14h à 16h30

- Salle du Mille Club
Loigné-sur-Mayenne

Rencontre avec la **Calligraphe**
Paule Persil

10 FÉVRIER | 13h30 à 16h30

- Salle du Mille Club
Loigné-sur-Mayenne

Initiation à la **Calligraphie**
avec la Calligraphe Paule Persil

20 FÉVRIER | 18h à 20h

- Salle des mariages
Mairie annexe Bazouges
Château-Gontier sur Mayenne

Balade thermique

Observation et comparaison des déperditions de chaleur liées à l'isolation entre plusieurs logements à travers une caméra thermique suivie d'un temps d'échanges sur l'importance de l'isolation.

7 MARS | 14h à 16h

- Salle des fêtes - Daon

Atelier Aromathérapie

« Les huiles essentielles à mettre dans la pharmacie familiale » animé par une sophrologue olfactothérapeute.

25 MARS | 10h30 à 12h30

- Médiathèque
Château-Gontier sur Mayenne

Intervention de l'UFC Que Choisir

« Des éco gestes à porté de main »

7 AVRIL | 14h à 16h

- Salle du Mille Club
Loigné-sur-Mayenne

« **Question d'argent** », échanger sur la gestion de son budget autour d'un jeu de société. Animé par une conseillère en économie sociale et familiale.

11 AVRIL | 14h à 16h

- Salle des fêtes - Daon

Atelier couture

Fabrication d'une petite pochette

5 MAI & 2 JUIN | 14h à 16h

- Salle du Mille Club
Loigné-sur-Mayenne

Atelier couture

Fabrication d'un Knot bag : sac japonais

13 MAI | 10h à 12h30

- Médiathèque
Château-Gontier sur Mayenne

Atelier cartonnage

Création d'un cache-pot ou d'une boîte en carton.

16 MAI & 6 JUIN | 14h à 16h

- Salle des fêtes - Daon

« **Bien manger : de l'équilibre et du plaisir à petit budget** », atelier sur 2 séances animées par une diététicienne nutritionniste.

21 JUIN | 9h30 à 11h30

- Daon

Sophrobalade

Sur le thème « Je lâche prise ».



Espace échanges et rencontres

ATELIERS CUISINE

Partage et découverte de recettes d'ici et d'ailleurs autour de la confection d'un repas et sa dégustation

26 JANVIER | 10h à 14h

- Salle du Louvre
Château-Gontier sur Mayenne

Cuisine du monde,

Atelier en partenariat
avec France Terre d'Asile

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

11 MAI | 10h à 14h

- Salle du Louvre
Château-Gontier sur Mayenne

Cuisine du monde,

Atelier en partenariat
avec France Terre d'Asile

15 JUIN | 10h à 14h

- Résidence Les Ombelles
Château-Gontier sur Mayenne

Cuisine du monde,

Atelier en partenariat avec France Terre d'Asile et la résidence Les Ombelles

• Salle du Mille Club
8 rue d'Anjou,
LOIGNÉ-SUR-MAYENNE

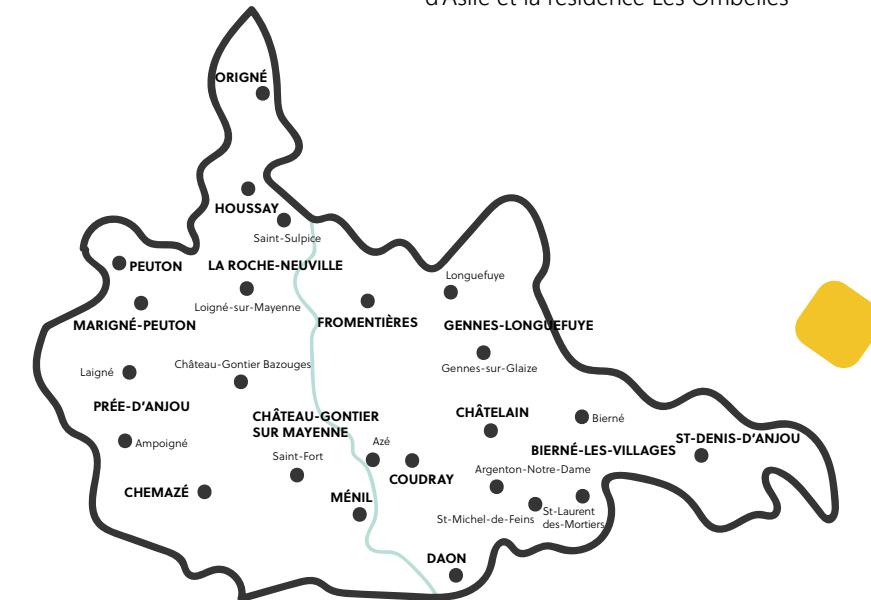
• Salle des mariages, mairie annexe
Bazouges - Place de la Mairie,
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

• Salle des fêtes
Route des martyrs de Formusson,
DAON

• Médiathèque du Pays
de Château-Gontier, 32 avenue Carnot
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

• Salle du Louvre
Quartier Le Louvre,
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

• Résidence Les Ombelles,
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE





ESPACE RESSOURCES JEUNESSE

L'Espace Ressources Jeunesse est un espace gratuit et sans rendez-vous dédié à l'information et l'orientation locale des jeunes sur diverses thématiques :

la formation, l'emploi, le job d'été, la santé, la mobilité internationale, le logement, le sport, les loisirs. Un accès aux ordinateurs et à internet vous sont proposés.

Cet espace propose également une **bourse communautaire aux projets jeunes**. C'est un dispositif de soutien et de valorisation des projets initiés par des jeunes âgés de 15 à 25 ans, souhaitant développer des actions à l'international.

PERMANENCES :

- Médiathèque
Château-Gontier sur Mayenne
 - Mercredi de 15h à 18h
(toute l'année)
 - Samedi de 10h à 12h30
et de 13h30 à 18h
(hors vacances scolaires)
 - Jeudi de 10h à 12h30
et de 13h30 à 18h
(vacances scolaires)

L'Espace ressources du PEPS,
ce sont aussi des permanences sociales assurées
par nos partenaires associatifs et institutionnels

+ d'infos : voir le calendrier ci-joint

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

11 JANVIER | 15h à 18h

- 1 rue Pierre Martinet
Château-Gontier sur Mayenne

Atelier « Apprends à mieux te connaître pour bien choisir ton orientation professionnelle »

Animé par une coach certifiée en coaching scolaire.

25 JANVIER | 14h à 16h30

- Médiathèque - Château-Gontier sur Mayenne

Atelier « Libérer son Je »

Autour de la présentation verbale et non verbale pour apprendre à se présenter en entretien.

Animé par la Mission locale de la Mayenne

8 FÉVRIER | 14h à 16h30

- Salle des fêtes - Bierné-les-Villages

Atelier « Définir mon projet professionnel »

Animé par la Mission locale de la Mayenne

12 AVRIL | 14h à 16h30

- Médiathèque - Château-Gontier sur Mayenne

Atelier « Se sentir bien dans son quotidien »

Animé par la Mission locale de la Mayenne

- Médiathèque du Pays de Château-Gontier,
32 avenue Carnot,
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

- Salle des fêtes
Place du Foyer rural,
BIERNÉ-LES-VILLAGES

ESPACE RESSOURCES

PROJETS POUR TOUS

Au PEPS, il est possible de **créer ou participer à des projets**, grands ou petits, et inventer des réponses pour créer du lien, relier les gens, faire société... Une fête de quartier, un espace d'accueil pour les enfants avec les parents, une mobilisation collective contre une situation injuste... On y fabrique ensemble plein de possibles !

Pour intégrer nos Collectifs ou Groupes de Travail et suivre les projets du PEPS :

- Collectif Parentalité
- Collectif Numérique
- Collectif Loisirs et vacances
- Collectif Accueil et communication
- Collectif Jeunesse

Pour plus d'informations,
contactez le PEPS !

- Espace Saint-Fiacre
Parc Saint-Fiacre,
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

- Salle du Louvre
Quartier Le Louvre,
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

- Salle des sports de Laigné
2 impasse des loisirs,
PRÉE D'ANJOU

- Mairie Annexe de Bazouges
Place de la Mairie,
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

TEMPS FORTS

Chaque année, le PEPS propose un évènement tout public qui ponctue la saison. D'une année sur l'autre, il s'organise sur une commune différente du Pays de Château Gontier.

Le plus de nos événements : en tant qu'habitant, bénévole, association... c'est être acteur de leur organisation !

15 FÉVRIER | 14h à 16h

- Espace Saint-Fiacre - Château-Gontier sur Mayenne

Job dating pour les 17 à 30 ans. Pour rencontrer des employeurs du territoire à la recherche de candidats pour des stages, alternances, emplois ou jobs d'été.

GRATUIT & SANS INSCRIPTION

16 MARS | Horaires à déterminer

- Salle du Louvre - Château-Gontier sur Mayenne

Atelier cuisine dans le cadre du Festival « **Les reflets du cinéma** » du 10 au 19 mars sur le thème du Brésil, suivi de la projection d'un film au cinéma le Palace. *En partenariat avec Atmosphère 53 et France Terre d'Asile. Participation de 5€ demandée, paiement à la mairie annexe de Bazouges*

SUR INSCRIPTION

27 & 28 AVRIL | • Prée-d'Anjou

Bivouac Aventure

Un séjour de **2 jours « Bivouac Aventure »** est organisé tous les 2 ans en partenariat avec les Communautés de Communes de Meslay-Grez et Craon pendant les vacances d'avril. À dominante sportive, il s'adresse aux 12-16 ans et propose différentes épreuves mêlant sport, culture et divers jeux d'animation en équipe de 4 à 6.

Inscription du 14 mars au 15 avril • Mairie Annexe de Bazouges.
13€ (quotient familial inférieur à 600)
et 14€ (quotient familial supérieur à 600)

SUR INSCRIPTION



Infos et Contacts

PEPS

Centre social du Pays de Château-Gontier
Place de la Mairie, 53 200 Château-Gontier Bazouges
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE
du lundi au vendredi, 9h-12h / 13h30-18h

02 43 09 55 80
centre.social@chateaugontier.fr

Permanences ERJ ESPACE RESSOURCES JEUNESSE :

le mercredi de 15h à 18h et le samedi de
10h à 12h30 et de 13h30 à 18h
(hors vacances scolaires) le mercredi de 15h
à 18h et le jeudi de 10h à 12h30 et de 13h30
à 18h (vacances scolaires)
32 rue Carnot - Château-Gontier sur Mayenne

