

Partageons Proposons  
**LE PEPS**  
Echangeons Sortons  
*du Pays de Château-Gontier*

*En route  
vers la rentrée!*



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

## PROGRAMME

SEPTEMBRE - DÉCEMBRE 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](mailto:centre.social@chateaugontier.fr)

## PLANNING DES PERMANENCES DU PEPS À LA MAIRIE ANNEXE

### Défense des consommateurs



#### UFC-QUE CHOISIR

Résoudre des litiges avec des professionnels et informer les consommateurs

Tous les mercredis matin  
de 9h à 12h  
Rendez-vous au 02 43 67 01 18

### Emploi



#### CIRFA - Centre d'Information et de Recrutement des Forces Armées

Informez sur les recrutements de l'armée de Terre

2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> mercredi après-midi  
de 14h à 16h  
Rendez-vous au 02 43 91 03 20

### Famille



#### CAF

Informez et permettre l'accès aux prestations

Le lundi et le vendredi de 9h à 12h, le mercredi de 13h30 à 16h30  
(Hors vacances scolaires)  
RDV sur [www.caf.fr](http://www.caf.fr) ou 3230



#### UDAF et ATMP

Accompagnement et soutien des tuteurs familiaux ou de toute personne ayant besoin d'information

1<sup>er</sup> lundi du mois de 13h30 à 16h30  
Uniquement sur rendez-vous  
au 02 43 49 52 57



#### CIDFF

Aider et accompagner les femmes et les familles

1<sup>er</sup> vendredi du mois  
de 9h à 12h et de 14h à 16h  
Rendez-vous au 02 43 56 99 29



#### FRANCE ALZHEIMER

Informez les aidants des malades d'Alzheimer et apparentés

Se renseigner auprès  
de l'accueil de la mairie annexe



#### VACANCES ET FAMILLES 53

Aide au départ en vacances pour les familles

Prendre rendez-vous  
au 06 19 68 72 42



#### LA CITAD'ELLE

Accueil, écoute et accompagnement des femmes victimes de violences conjugales

Prendre rendez-vous  
au 02 43 56 95 94



#### AMAV

Proposer une aide administrative, un suivi micro entreprise, et assurer un accompagnement social des familles du voyage

Tous les jeudis de 13h30 à 17h30  
Prendre rendez-vous  
au 02 43 02 93 38

### Information et accompagnement

### Justice



#### VICTIMES & PRÉVENTION PÉNALE 53

Accueillir et accompagner toute personne victime d'une infraction pénale

1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> mardi de 9h30 à 12h  
Rendez-vous au 02 43 56 40 57



#### POINT JUSTICE - Informer, Orienter, Aider

Aider à l'accès aux droits

3<sup>e</sup> mercredi de 14h à 17h  
Renseignements au Barreau de Laval au 02 43 49 33 05



#### CONCILIATEUR DE JUSTICE

Aider à résoudre un conflit entre particuliers

2<sup>e</sup> jeudi et 4<sup>e</sup> mardi matin  
Se renseigner auprès  
de l'accueil de la mairie annexe  
Rendez-vous au 02 43 09 55 80



#### SPIP

Service Pénitentiaire d'Insertion et de Probation de la Mayenne

Sur convocation



#### FNATH

Conseiller, informer et aider à la défense des droits des accidentés de la vie

1<sup>er</sup> jeudi du mois  
de 15h30 à 17h30  
Sans rendez-vous

### Retraite



#### CARAC

Aides et informations auprès des anciens combattants et de ses adhérents

2<sup>e</sup> vendredi du mois de 9h à 12h  
Rendez-vous au 02 43 56 78 04



#### CICAS

Informez et demander sa retraite ARRCO, AGIRC et IRCANTEC

Prendre rendez-vous  
au 0820 200 189



#### LA FRANCE MUTUALISTE

Aider les anciens combattants sur leurs droits

3<sup>e</sup> jeudi de 9h à 12h  
Sans rendez-vous

Les jours et horaires indiqués sont susceptibles d'être modifiés.

Pour tout renseignement, veuillez-vous adresser à l'accueil de la Mairie Annexe



## 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.

### CAFÉ PARENTS

Temps d'échange entre parents animé par une professionnelle.

**12 OCTOBRE | 19h30**

- Médiathèque  
Château-Gontier sur Mayenne
- « Accompagner un enfant hautement sensible »  
Animé par Sophie Allet

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

### CONFÉRENCE

Présentée par un·e ou des professionnel·les, partageant son expertise sur un sujet lié à l'éducation et la vie familiale.

**23 NOVEMBRE | 20h30**

- Espace Saint-Fiacre - Château-Gontier sur Mayenne

« En route vers une communication bienveillante »

Animée par Bérengère Baglin.

Proposée dans le cadre de la quinzaine « Direction le bien vivre ensemble au Pays de Château-Gontier » du 13 au 24 novembre 2023.

Le contenu de ce temps fort est en cours d'élaboration. Si vous ne recevez pas les informations du PEPS, n'hésitez pas à nous transmettre vos coordonnées.

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

### LE LUNDI, ON JOUE ET ON PAPOTE !

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

de 9h30 à 11h30

**18 SEPTEMBRE**

Yoga pour les tous petits

**16 OCTOBRE**

Poser une autorité bienveillante

**13 NOVEMBRE**

Les jeux qui font grandir

**11 DÉCEMBRE**

Outils pour accompagner l'enfant dans la gestion de ses émotions

- Relais Petite Enfance de Château-Gontier sur Mayenne

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

GRATUIT & SANS INSCRIPTION

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

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

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

### ATELIER PARENTS-ENFANTS

Moment privilégié avec votre ou vos enfant·s autour d'une activité partagée.

**26 OCTOBRE | de 14h à 17h**

- Salle des Coudriers - Coudray

Atelier cartonnage : création d'un cadre photo en carton suivie d'un goûter.

GRATUIT & SUR INSCRIPTION



- Salle des Coudriers, Rue Principale, COUDRAY

- Salle Motte Vauvert, 7 Rue des Salamandres, CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

## Espace loisirs tout public



### ATELIERS INTERGÉNÉRATIONNELS

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

**24 OCTOBRE | de 14h30 à 17h**

- Salle Motte Vauvert - Château-Gontier sur Mayenne

Illustration d'un animal en tissu

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

## Espace ressources

### ESPACE RESSOURCES JEUNESSE

L'Espace Ressources Jeunesse (ERJ) 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.

Un séjour de **2 jours « Bivouac Aventure »** est aussi 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.

#### 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)

#### GRATUIT & SUR INSCRIPTION

**9 SEPTEMBRE | 10h à 12h**

- Salle des Fêtes - Château-Gontier sur Mayenne

**Baby sitting dating**

**16 SEPTEMBRE | 10h à 12h30 et 13h30 à 18h**

- Médiathèque - Château-Gontier sur Mayenne

**« Bourse communautaire aux projets jeunes »**

Présentation du dispositif lors de la permanence de l'ERJ.

**20 SEPTEMBRE | 15h à 18h**

- Médiathèque - Château-Gontier sur Mayenne

**« Bourse communautaire aux projets jeunes »**

Présentation du dispositif lors de la permanence de l'ERJ.

**4 OCTOBRE | 15h à 17h**

- Médiathèque - Château-Gontier sur Mayenne

**Mobilité en Europe**

Découverte ludique des dispositifs de mobilité en Europe.  
Intervention animée par la Maison de l'Europe.

**26 OCTOBRE | 10h à 12h**

- Longchamp - Château-Gontier sur Mayenne

**Visite entreprise Longchamp**



- Salle des Fêtes  
Promenade de la résistance,  
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

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

- Entreprise Longchamp  
Rue de Marigné-Peuton,  
CHÂTEAU-GONTIER SUR MAYENNE

## Espace ressources

### 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 !



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

+ d'infos : voir le calendrier page 3

## Espace ressources



### 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.

**21 OCTOBRE | 10h à 20h**

- Espace socio-culturel - Marigné-Peuton

#### Forum du PEPS « Un concentré d'arts de vivre »

Faites le plein d'astuces pour bien-vivre !

Programme dévoilé début octobre.

GRATUIT & SANS INSCRIPTION

**13 AU 24 NOVEMBRE**

- Pays de Château-Gontier

#### Quinzaine parentalité

« Direction le bien vivre ensemble au Pays de Château-Gontier »

Différentes activités à destination des enfants, des jeunes, des parents et grands-parents sur la thématique « Bien vivre ensemble. »

Programme dévoilé en octobre.

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

### À L'APPROCHE DES FÊTES DE FIN D'ANNÉE

#### ACTION SOLIDAIRE

Chaque année, le PEPS met en place une action solidaire à l'attention des publics les plus fragiles. Pour mettre en musique cette action, nous comptons sur l'implication des habitants du Pays de Château-Gontier.

*Si vous êtes partant, contactez-nous !*

• Espace socio-culturel  
Rue des roseaux,  
MARNIGNÉ-PEUTON



## Espace sorties et vacances

### SORTIES

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

#### Micro-Folie

**25 OCTOBRE | de 13h30 à 17h45**

- Le Quarante - Laval

Dans un lieu atypique, l'occasion de découvrir le musée numérique, de jouer avec les œuvres d'art du monde entier et de contempler la micro-expo Beaux-Arts sur le thème de la peur.

> **Dès 6 ans**

Gratuit- sur inscription - Places limitées

*Transport possible sur demande :*

*4€/personne pour l'aller et retour. Départ et retour de Château-Gontier sur Mayenne, promenade de la Résistance.*

GRATUIT & SUR INSCRIPTION  
PLACES LIMITÉES

• Le Quarante  
40 rue du Britais,  
LAVAL

### 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.



## 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

**5 SEPTEMBRE** | 14h à 16h

• Salle des Fêtes - Daon

#### Poterie (1/2)

Réalisation d'un objet du quotidien (bol, assiette...).

**21 SEPTEMBRE** | 14h à 16h

• Espace socio-culturel  
Marigné-Peuton

#### Poterie

Réalisation d'un oiseau avec la technique de la pincée.

**3 OCTOBRE** | 14h à 16h

• Salle des Fêtes - Daon

#### Poterie (2/2)

Réalisation d'un objet du quotidien (bol, assiette...).

**12 OCTOBRE** | 10h à 12h

• Espace socio-culturel  
Marigné-Peuton

#### Cosmétique au naturel

Fabrication d'une crème pour le visage.

**7 NOVEMBRE** | 14h à 16h

• Salle des Fêtes - Daon

#### Café-compost

Animation autour de la gestion des biodéchets de ma maison. Paillage ? Compostage ? Jardinage ? Repartez avec le plein d'astuces !

**23 NOVEMBRE** | 14h à 16h

• Espace socio-culturel  
Marigné-Peuton

#### Poterie

Réalisation d'un Oya avec la technique du Columbin.

**5 DÉCEMBRE** | 14h à 16h

• Salle des Fêtes - Daon

#### Couture

Réalisation de pochette emballage cadeau réutilisable.

Prévoir les fournitures (liste donnée à l'inscription), possibilité d'utiliser les machines à coudre mises à disposition.

**14 DÉCEMBRE** | 14h à 16h

• Espace socio-culturel  
Marigné-Peuton

#### Atelier floral spécial Noël

Réalisation d'une composition florale de Noël à base de fleurs séchées.



• Espace socio-culturel  
Rue des roseaux,  
MARNIGÉ-PEUTON

• Salle des Fêtes  
Route des martyrs de Formusson,  
DAON

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

## 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

GRATUIT & SUR INSCRIPTION

**14 SEPTEMBRE** | 10h à 14h

• Salle du Louvre  
Château-Gontier sur Mayenne

#### Cuisine du monde,

Atelier en partenariat  
avec France Terre d'Asile

**30 NOVEMBRE** | 10h à 14h

• Salle du Louvre  
Château-Gontier sur Mayenne

#### Cuisine du monde,

Atelier en partenariat  
avec France Terre d'Asile



## Espace numérique

### 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 2 mois avant)



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

- Mairie de Saint Sulpice  
Chemin de la Rongère,  
LA ROCHE-NEUVILLE

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

- Mairie de Bierné-les-Villages  
3 rue d'Anjou,  
BIERNÉ-LES-VILLAGES

- Mairie de Fromentières  
1 rue du parc des sports,  
FROMENTIÈRES

- Mairie de Marigné-Peuton  
2 rue de la Souabe,  
MARIGNÉ-PEUTON

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

## Espace numérique

### 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'ateliers, 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, le 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.

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

Participation de 10€ pour l'ensemble des séances.

**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

