

Programme Loisirs **SENIORS**

Février > Juin 2026



> Animations **gratuites**

> **Sur inscription**

+ d'infos et inscriptions :
CCAS d'Évron - 6 rue de Hertford
02 43 01 29 62 - ccas@evron.fr
www.evron.fr

CCAS
Centre Communal d'Action Sociale d'Évron



**Vous habitez Évron, Châtres-la-Forêt
ou Saint-Christophe-du-Luat ?**

**Le Centre Communal d'Action Sociale
propose des activités gratuites
pour les seniors.**



LE PROGRAMME

> ATELIERS MUSICOTHERAPIE

Avec Florian Ségrétain

Séance de relaxation par la musique avec des temps de décharge et d'écoute musicale, de voyage sonore et de verbalisation où chacun est libre d'exprimer son ressenti.

- **Jeudi 26 février, 14h à 15h30**
- **Jeudi 26 mars, 14h à 15h30**
- **Jeudi 23 avril, 14h à 15h30**
- **Jeudi 21 mai, 10h à 11h30**
- **Jeudi 25 juin, 14h à 15h30**





> ATELIERS SOPHROLOGIE

avec Patricia Roux-Termeau

Au cours des séances collectives proposées, découvrez différentes techniques de sophrologie favorisant le bien-être, la détente et la reconnexion avec soi-même.

- **Jeudi 12 février, 11h à 12h**
 - **Jeudi 5 mars, 11h à 12h**
 - **Jeudi 16 avril, 11h à 12h**
 - **Jeudi 7 mai, 11h à 12h**
 - **Jeudi 4 juin, 11h à 12h**
- 

À noter

> Toutes les activités sont gratuites et sur inscription auprès du CCAS.

> Le CCAS peut prendre en charge le transport des participants pour chaque atelier.



Ces activités sont proposées aux habitants de la commune nouvelle d'Évron qui se sentent isolés, en raison de l'éloignement familial, de problèmes de santé ou de l'absence de moyen de transport.

Les ateliers se déroulent en petits groupes de moins de 10 personnes. Ils ont pour objectif d'aider chacun à reprendre confiance, à rencontrer d'autres personnes et à partager des moments conviviaux dans un cadre rassurant.



Le Centre Communal d'Action Sociale, c'est aussi :

Un Mini-bus



Le Centre Communal d'Action Sociale met à disposition un **service de transport à la demande du mardi au vendredi** afin de permettre aux personnes de se déplacer au sein des 3 communes pour effectuer leurs courses, des rendez-vous médicaux et des activités associatives.

Des structures partenaires

Grâce à ses partenariats avec Le Trait d'Union, La Corne d'Abondance et le Pôle culturel des Coëvrons, le CCAS propose un accompagnement des personnes sur des temps spécifiques au sein de ces structures.

+ d'infos et inscriptions :

CCAS d'Évron
6 rue de Hertford
02 43 01 29 62
ccas@evron.fr
www.evron.fr