

PROGRAMME
hiver 2023

#18

RDV

les rendez-vous du cias du blaisois

RENCONTRES | ÉVÉNEMENTS | ATELIERS

ÉDITO



Place au jeu pour lutter contre la morosité de l'hiver !

La ludothèque de La Chrysalide en a pour tous les goûts ! À l'occasion de la venue de la *Ludomobile* près de chez vous ou lors du nouveau rendez-vous des « Mercredis de la Ludo », venez explorer les nouveautés et les jeux insolites ou peu connus parmi des centaines de propositions

Le jeu est également un outil précieux d'apprentissage et même les tout-petits, accompagnés de leurs « nounous », peuvent le découvrir pendant une matinée dédiée tandis qu'adultes et enfants se passionnent pour la création de modèles réduits à l'occasion de l'atelier « Maquette ».

La traditionnelle Chandeleur est, elle aussi, animée en résidence autonomie : nos aînés jouent avec les chansons le temps d'un karaoké pour un après-midi des plus conviviaux.

Et si « l'art est un jeu d'enfant » comme nous le confiait Max Ernst, n'est-ce pas la meilleure des opportunités pour s'initier au méconnu *paint pouring*, véritable terrain de jeu pour l'expression de votre créativité ? Amusez-vous avec la peinture et les différentes couleurs qui s'entremêlent, vous serez surpris du résultat !

Finalement, n'y a-t-il pas meilleure saison pour se divertir ? Avec cette programmation ludique, c'est certain : laissons le jeu illuminer notre hiver !

Christophe Degruelle,
Président d'Agglopolys et du CIAS du Blaisois

CIAS DU BLAISOIS

4 rue des Cordeliers - CS 72907 - 41029 Blois CEDEX
02 54 57 41 20 - www.ciasdublaisois.fr

DIRECTEUR DE PUBLICATION : Christophe DEGRUELLE

CRÉATION ET MISE EN PAGE : Solange GLEIZES

IMPRESSION : ITF Imprimeurs - tirage à 3 400 exemplaires

CRÉDITS PHOTOS : Photophonie | Agglopolys | Emmanuelle Garcia | Freepik
Azerbaijan Stockers | Phpetrunina14 | Photographee.eu | Les Anooki & Ville de Blois,
NWietrich | Campus des Métiers et de l'Artisanat Centre-Val de Loire
AB Photography | Alex 9500 | Zairon | Simon Plumecocq | Atelier d'Offard
Avecetsans complexe | HalfpointSSS | CIAS du Blaisois | Benjamin Dubuis | Bearfotos

Quatrième de Couverture : Ljupco Smokovski

DÉPÔT LÉGAL : Novembre 2023

SOMMAIRE

4 PROGRAMMATION DE L'HIVER

17 ESCAPADES DE L'HIVER

20 RENDEZ-VOUS NUMÉRIQUES

22 C'ÉTAIT CET AUTOMNE

24 AU QUOTIDIEN À LA CHRYSALIDE

26 INFOS PRATIQUES





ÉVÉNEMENTS DE LA SAISON

LA CHRYSALIDE AUX COULEURS DU TÉLÉTHON

Durant trois semaines, le centre social revêt les couleurs du Téléthon.

Divers objets « faits main » ainsi que des jacinthes seront mis en vente à cette occasion.

Venez participer à cette action au profit de l'AFM-Téléthon.

En partenariat avec l'association Trait d'Union Solidaire.



du 27 novembre au 15 décembre

Centre social La Chrysalide

Gratuit

PAINT POURING : LA MAGIE DE L'ART FLUIDE

Embarquez pour un voyage onirique !

#EXPOSITION

Le *paint pouring*, « coulée acrylique » en français, est comme l'âme d'une palette de couleurs qui danse librement sur la toile, un ballet liquide où les pigments s'entremêlent en une symphonie visuelle. C'est l'art de laisser la couleur trouver sa propre voie, une danse en apesanteur où la peinture acrylique se déverse en une harmonie fluide d'émotions et de formes, créant ainsi un poème visuel qui parle à l'âme. Découvrez, par le biais de cette exposition, cette technique de peinture abstraite, sans pinceau, qui mêle chimie et créativité et nous ouvre une fenêtre sur les rêves.



du 18 décembre au 26 janvier.
aux horaires d'ouverture (cf. p.26)

Centre social La Chrysalide

Gratuit

GRAINE DE LECTEUR

Comme chaque année, La Chrysalide participe à ce festival pour la promotion du livre auprès des jeunes enfants non lecteurs ; l'occasion d'accueillir bambins et parents autour du thème « Bêtes à poils / Bêtes à plumes ».

Au programme : lectures, spectacles, prix littéraires, rencontres d'auteurs...

Piloté par la Caisse d'Allocations Familiales de Loir-et-Cher. En partenariat avec les écoles maternelles, structures de la petite enfance, centres de loisirs et bibliothèques d'Agglopolys et la Ligue de l'enseignement 41.

Le programme sera disponible début janvier sur www.ciasdublaisois.fr



Festival du 21 janvier au 4 février

Centre social La Chrysalide

Gratuit

#INITIATION AU PAINT POURING



sur inscription.

Découvrez cet art ludique très prisé en Amérique du nord ! Nul besoin de savoir peindre pour se laisser transporter par cette façon d'utiliser la peinture acrylique. Cette technique de création artistique vous ouvre les portes d'un art abstrait surprenant et relaxant pour des résultats spectaculaires. Cet atelier se déroule sur deux séances, une première sur une journée pour réaliser deux œuvres sur toile puis une seconde pour faire les finitions après séchage (accroche, vernis...).

Déjeuner pique-nique le 10 janvier sur le temps de la pause méridienne.



Mercredi 10 janvier,

de 9h30 à 16h30

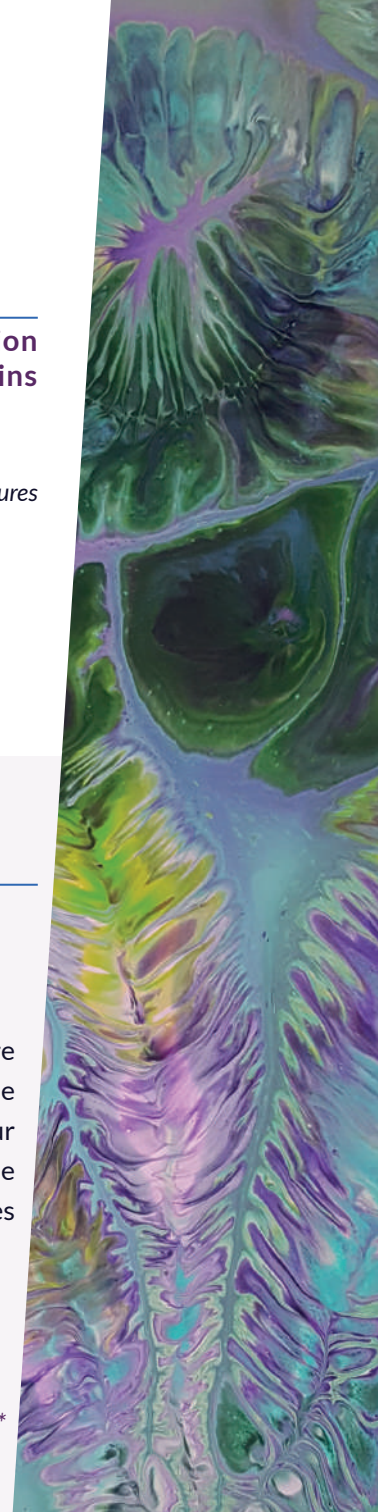
et Lundi 29 janvier,

de 18h à 19h30 (finitions)

Centre social La Chrysalide

● 3 € | ● 6 €

● 12 € | ● 14 €*



RENCONTRES ET PARTAGE

Des temps à l'initiative des habitants pour se rencontrer, apprendre, partager ses passions, créer, être ensemble.

CAF'THÉ CRÉATIF

Partagez votre créativité, offrez votre savoir-faire !

Selon vos envies, venez échanger et partager vos idées créatives en couture, tricot, objets de décoration, bijoux, autour d'une tasse de café ou d'un mug de thé.



Tous les mardis,
de 14h à 16h30

Centre social La Chrysalide

Gratuit

LA P'TITE PAUSE

Rejoignez cet espace d'expression libre !

Informez-vous sur les activités culturelles près de chez vous. C'est aussi l'occasion d'échanger et de proposer vos idées et vos envies autour d'un petit café ou d'un thé.



Tous les jeudis (sauf vacances scolaires),
de 9h30 à 11h30

Centre social La Chrysalide

Gratuit

RENCONTRES PHILOSOPHIQUES



sur inscription.

Éveillez votre esprit !

Rejoignez ce groupe de discussion animé par des bénévoles convaincus que nous sommes tous philosophes. Aucun «niveau» en philosophie n'est requis pour y participer pleinement. C'est l'occasion d'échanger librement autour de sujets intéressants et importants de la vie et de l'actualité.



Vendredis 8 décembre,
12 janvier et 23 février,
de 10h à 12h

Centre social La Chrysalide

Gratuit

LES RENDEZ-VOUS DES VACANCES sur inscription.

Repas et plus si affinités !

Lors des vacances scolaires, venez avec votre pique-nique (vaisselle non fournie), nous nous occupons de l'apéritif, du café et de la bonne humeur ! Puis, selon votre envie, vous pouvez rester à discuter, jouer, faire une promenade digestive en ville ou encore partir en visite culturelle « improvisée » en minibus (coût de visite éventuelle).



Mercredi 3 janv., lundi 26 fév. (+ 4 mars),
à partir de 12h

Centre Social La Chrysalide

Gratuit

BIEN-ÊTRE

SHIATSU ASSIS sur inscription.

Besoin de vous ressourcer, de vous détendre ?

Assis sur une chaise ergonomique, profitez d'une séance de relaxation individuelle.



Tous les mardis (sauf vacances scolaires),
à 14h30, 15h, 15h30,
16h ou 16h30

Centre social La Chrysalide

• 2 € | • 4 €
• 8 € | • 9 € *

RANDONNÉE PÉDESTRE sur inscription.

Découvrez le territoire et détendez-vous en marchant.

Randonnées de 5 à 7 km



Vendredi 15 décembre Noël à Blois
Départ à 17h30, parking de la Creuille

• • • 2 € | • 2,50 € *



CRÉATION

PASSION MAQUETTE

 sur inscription.

Construisez des modèles réduits de véhicules, avions, bateaux ou figurines.

Adultes et jeunes à partir de 13 ans, débutants ou initiés. Matériel et maquettes non fournis.



Vendredis 1^{er} décembre et 2 février

(+ 1^{er} mars), de 17h30 à 19h,

5 janvier de 14h à 17h

Centre social La Chrysalide

Gratuit

ART FLORAL

 sur inscription.

Créez des compositions florales originales !

À partir de végétaux et de matériaux toujours différents. Les thèmes abordés vous permettront d'appréhender les techniques d'art floral, de développer votre créativité, de découvrir les végétaux.

Alors osez prendre du temps pour vous, vous faire plaisir et retrouver d'autres amateurs passionnés.

Séances animées par Françoise Martin



Jeudi 14 décembre : Noël nature

Jeudi 11 janvier : ambiance cosy

Jeudi 8 février : expression printanière

de 9h à 12h ou de 14h à 17h

Centre social La Chrysalide

• 10 € | • 21 € | • 37 € | • 43 € *

THÉÂTRE

THÉÂTRE RADIOPHONIQUE

 sur inscription.

Du théâtre sans avoir à apprendre un texte par cœur ?

Jouez, non pas sur scène, mais dans un studio de radio ! Le choix des extraits de pièces se fait collectivement.



Répétitions de décembre à mars

Représentations radiophoniques les
mardis 19 et 26 mars et 2 avril

Centre social La Chrysalide

Gratuit

CUISINE

LE LÉGUME ET LE FRUIT DU MOIS sur inscription.

Cuisinez chaque mois un légume et un fruit de saison.

Expérimentez de nouvelles recettes et dégustez vos réalisations.

Vendredi 22 décembre : panais/kiwi



Vendredi 12 janv. : patate douce/pomme

Vendredi 16 février : carotte/poire

de 9h30 à 13h

Centre social La Chrysalide

• 2 € | • 4 €

• 8 € | • 9 €*

LA PÂTISSERIE, C'EST PERMIS ! sur inscription.

Confectionnez de délicieux desserts.

Découvrez les techniques de base de la pâtisserie.

Judi 21 décembre : bûche de Noël



Judi 18 janvier : galette des rois

Judi 1^{er} février : gâteau de savoie

de 14h à 17h

Centre social La Chrysalide

• 2 € | • 4 €

• 8 € | • 9 €*

LA LUDOMOBILE

Des jeux de société pour tous... sans exception !

La Ludomobile, remplie de jeux à découvrir, s'installe dans votre commune, le temps d'un après-midi.



Dimanche 18 février
de 14h30 à 17h

Herbault, Salle des fêtes - rue du Bailli

Judi 29 février
de 14h à 17h

Les Montils, Salle Bel Air - 2 route de la Haie

Gratuit



JEUX

LA LUDO-À-EMPORTER

Jouez à volonté, chez vous!

Testez, jouez sur place et empruntez jusqu'à 3 jeux pour vivre des moments de complicité et de convivialité en famille. *Prêt d'une durée d'une semaine à un mois.*



Tous les vendredis,

de 16h30 à 18h

Samedis 2 déc., 13 janv., 3 fév. (+ 2 mars),

de 10h à 12h

Centre social La Chrysalide

Gratuit,

après adh. annuelle :

● 3 € | ● 6 €

● 12 € | ● 14 €*



NOUVEAU!

LES MERCREDIS DE LA LUDO

Après-midi ludique pour petits et grands !

Un moment de détente pour tous, à la découverte d'une multitude de jeux de société.



Mercredis 6 et 20 décembre,

17 janvier, 7 et 21 février,

de 14h à 16h

Centre social La Chrysalide

Gratuit

SOIRÉE JEU 'UNLOCK'



sur inscription.

Inspiré des *escape rooms*, à découvrir seul, entre amis ou en famille !

Comme dans une vraie *escape room*, ce jeu coopératif vous demandera de faire preuve d'observation pour avancer et résoudre des énigmes, sortir d'une pièce, trouver un objet... Un jeu de 60 cartes vous donnera accès aux informations nécessaires à la résolution de l'enquête et les résultats, rentrés dans l'application mobile nécessaire au jeu, les valideront. Mais attention ! Vous n'aurez que 60 minutes pour résoudre l'intrigue et chaque mauvaise réponse vous fera perdre du temps et des points !

> *Vous possédez une boîte de jeu Unlock et vous souhaitez l'échanger, apportez-la !*



Vendredi 8 décembre,

de 18h30 à 20h30

Centre Social La Chrysalide

Gratuit

JOUER DE 0 À 3 ANS

 sur inscription.

Envie de découvrir de nouvelles façons de jouer avec les tout-petits ?

Parents, grands-parents et assistants maternels avec enfants non scolarisés, ces matinées jeux sont pour vous !



Mardis 16 janvier et 13 février,
de 9h15 à 10h15
et de 10h30 à 11h30

Centre Social La Chrysalide Gratuit

LE COIN DES PARENTS... ET DES ENFANTS !

TOUT-PETITS CAFÉS

 sur inscription.

Rencontre autour de l'allaitement.

Échanges bienveillants entre parents et partage d'expériences autour de l'allaitement, du maternage et d'autres thèmes liés à la parentalité. *En partenariat avec l'association Tout-p'tits 41.*



Jeudis 7 décembre,
11 janvier et 1^{er} février,
de 10h à 12h

Centre social La Chrysalide Gratuit

LA RUCHE DES FAMILLES

Pendant les vacances, rendez-vous aux enfants, à leurs parents et grands-parents, pour la récréation!

Des animations de loisirs pour se retrouver en famille et découvrir une activité différente à chaque fois.

Mercredi 28 février :

jeux de société

Gratuit



Mercredi 6 mars :

fabrication d'un mobile oiseau,
de 14h à 17h

Centre social La Chrysalide

●●● 2 € ● 2,50 € *



LE COIN DES PARENTS... SANS LES ENFANTS !

ATELIERS DES PARENTS



Pour toute personne côtoyant des enfants et des ados !

Ateliers animés par des professionnels autour de la communication bienveillante, avec deux thématiques distinctes :

- Parents d'ado - 7 rencontres de 2h
- Jalousie, conflits et rivalités entre enfants - 4 rencontres de 2h30.

En partenariat avec la commune de Vineuil.

Présentation des ateliers le jeudi 14 décembre à 18h30 à l'Accueil jeunes - 17 rue Victor Hugo à Vineuil.



*Les jours et horaires seront définis
lors de la présentation*

Centre social La Chrysalide

Gratuit

LA FABRIQUE À DOUDOUS



Rencontre mensuelle créative autour de l'arrivée de bébé.

Profitez de votre congé maternité pour confectionner de petits travaux de couture pour votre bébé (doudou, bavoir, lingettes lavables, vide poche...). Aucune connaissance en couture n'est requise. Les machines à coudre sont fournies. *Vous pouvez venir avec votre bébé.*



*Jeudis 21 décembre,
18 janvier et 15 février,
de 10h à 12h*

Centre Social La Chrysalide

Gratuit

SANTÉ

GYM ADAPTÉE



L'activité physique, c'est bon pour la santé, le bien-être et ça redonne le sourire !

Chaque semaine, une séance «Équilibre et prévention des chutes» est proposée pour découvrir des outils préventifs universels, pratiquer une activité physique adaptée à ses besoins afin de développer son autonomie, quelle que soit votre situation : maladie chronique, grand âge, handicap... Une heure de bonne humeur, de partage et de prévention de la santé pour lutter contre la sédentarité et améliorer son équilibre. *Accessible aux personnes en fauteuil roulant. Séances animées par Siel Bleu, avec un enseignant en activité physique adaptée. Avec le financement de la Conférence des financeurs de Loir-et-Cher et la CARSAT Centre-Val de Loire*

Cycle de 21 séances :



Tous les vendredis, à p. du 5 janvier,
de 11h à 12h

Centre Social La Chrysalide

Gratuit

INTERGÉNÉRATION

LECTURES THÉÂTRALISÉES DANS LES ÉCOLES

Vous aimez la lecture, le théâtre et les enfants ?

Alors, les lectures théâtralisées sont faites pour vous ! Chaque groupe de lecture théâtralisée donne une «représentation» par mois dans l'école à laquelle il est associé.

Pas d'apprentissage de texte.



d'octobre à mai

Écoles d'Agglopolys

Gratuit

OBJETS D'HIER ET D'AUJOURD'HUI

Partagez vos souvenirs, vos «madeleines de Proust» !

Retraités, faites revivre les objets du quotidien de votre jeunesse auprès des élèves : une séance pour leur faire manipuler et connaître les objets et une autre pour jouer avec eux.

Les objets sont fournis par le centre social La Chrysalide.



d'octobre à mai

Écoles d'Agglopolys

Gratuit



POUR LES SENIORS

LES RENDEZ-VOUS DES RÉSIDENCES AUTONOMIE

Du lundi au vendredi, des animations sont programmées l'après-midi au sein des résidences ; elles sont accessibles aux détenteurs de la carte des animations (cf. bas de page).

> Programme mensuel sur www.ciasdublaisois.fr ou sur demande.



#GRANDS REPAS DE FIN D'ANNÉE

Avec l'Orchestre Mélody.



Mardi 12 décembre, à 12h

Résidence Barbara

14,60 €

Mardi 19 décembre, à 12h

Résidence Lumière

14,60 €

moins de 60 ans et hors Agglopolys = 21,40 €

#GALETTE DES ROIS & ANIMATION

Animation musicale avec orchestre.



Mardi 9 janvier, à 14h30

Résidence Barbara

5,60 €

Jeudi 18 janvier, à 14h30

Résidence Lumière

5,60 €

#CRÊPES DE LA CHANDELEUR & ANIMATION

Animation karaoké.



Mardi 6 février, à 14h30

Résidence Barbara

3,55 €

Jeudi 15 février, à 14h30

Résidence Lumière

3,55 €



DEMANDEZ VOTRE CARTE...

...pour participer à l'ensemble des animations pendant une année complète.

Tarifs : ●●●20 € | ●23 € * par personne - ●●●30 € | ●35 € * pour un couple

*détails des tarifs p.27 - Gratuité de la carte pour les allocataires de l'ASPA | Coordonnées des résidences autonomie p.26

POUR LES AIDANTS FAMILIAUX

plateforme d'accompagnement et de répit
BLOIS - VAL DE LOIRE

13 rue des Écoles, à Vineuil
02 54 45 54 63
pfr@ciasdublaisois.fr

La plateforme d'accompagnement et de répit Blois - Val de Loire, destinée aux aidants familiaux de personnes âgées de plus de 60 ans atteintes de maladies neurodégénératives ou dépendantes, propose différents services d'information, d'écoute et de soutien, des activités de loisirs, ainsi qu'une solution de répit à domicile.

LA SORTIE DES AIDANTS & DES AIDÉS sur inscription.

Chaque mois, une sortie conviviale vous est proposée.

Mardi 19 décembre, à 12h
Inscription avant le 6 décembre

Restaurant l'Embarcadère,
Blois

15€/p.



Jeudi 25 janvier à 14h30
Inscription avant le 18 janvier

Jeux d'antan et galette des rois,
Centre Social La Chrysalide

Gratuit

Mardi 13 février à 14h
Inscription avant le 2 février

Balnéo
Ag'l'eau, Blois

7€/p.



LE CAFÉ DES AIDANTS®



sur inscription.

Chaque mois, un temps d'échange est organisé autour d'une thématique définie, co-animé par Sandrine Lelièvre, psychologue, et Maryline Perron, assistante sociale. Le Café des aidants® est un concept labellisé créé par l'Association française des aidants.



Premier vendredi de chaque mois, de 14h à 16h

Gratuit

1^{er} décembre, Salon de thé À La Lettre Thé, Valencisse · Molineuf :
«Aménagement du logement : des solutions existent» + Bilan de l'année 2023

5 janvier, Résidence Barbara, Blois :
«Signes d'épuisement de l'aidant : comment les reconnaître et les prévenir ?»

2 février, Lieu communiqué ultérieurement :
«Comment concilier la relation d'aide et la vie intime ?»



CULTURE

ENSEMBLE AU SPECTACLE



Profitez d'une sélection de spectacles pour sortir avec le CIAS du Blaisois !

Transport possible sur demande (2 € aller ou retour | 4 € aller et retour)

ou rendez-vous devant La Halle aux grains 30 min avant le début de la représentation.

#DANS LA PEAU D'UN MAGICIEN, DE THIERRY COLLET, ÉRIC DIDRY - COMPAGNIE LE PHALÈNE

La dernière création du magicien et mentaliste Thierry Collet propose une traversée intime et personnelle de la vie et des étapes d'un magicien qui exerce son art depuis plusieurs années. Drôle, pédagogique, léger et grave en même temps, il nous convie à une rencontre passionnante entre son histoire et celle de son art. Inscription avant le 5 décembre.



Mardi 19 décembre,
à 19h30

La Halle aux grains, Blois

•5 € | •10 € | •21 € | •24 €*

#PRIX DE L'OR, D'EUGEN JEBELEANU

Projet interdisciplinaire du metteur en scène et cinéaste roumain Eugen Jebeleanu, Le Prix de l'or oscille entre théâtre et danse, intime et politique, mêlant la pratique du sport, la « grande histoire » et l'histoire familiale. Accompagné de deux danseurs, l'auteur offre une expérience de libération du corps et de l'esprit dans la cadence des rythmes kitsch et glam des dix danses réglementaires de danse sportive. Inscription avant le 5 janvier.



Vendredi 26 janvier,
à 19h30

La Halle aux grains, Blois

•5 € | •10 € | •21 € | •24 €*

#QUARTETT, MISE EN SCÈNE DE JACQUES VINCEY

Dans un salon d'avant la Révolution française, ou un bunker d'après la troisième guerre mondiale, la Marquise de Merteuil et le Vicomte de Valmont s'amuse à rejouer leur relation passionnelle et les intrigues érotiques qui ont conduit au sacrifice de Cécile Volanges et de la Présidente de Tourvel. Le texte écrit en 1980 est une réécriture lumineuse des Liaisons dangereuses de Choderlos de Laclos par Heiner Müller. Inscription avant le 2 février.



Jeudi 22 février,
à 19h30

La Halle aux grains, Blois

•5 € | •10 € | •21 € | •24 €*



ESCAPADES 1 PAS

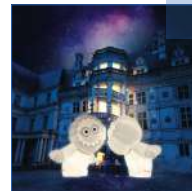
Ces escapades sont réservées, en priorité, aux personnes qui n'ont pas la possibilité de partir seules ou qui ont besoin d'une aide au quotidien. Une équipe d'encadrement, composée d'animateurs et d'un aide à domicile, vient vous chercher à votre domicile et vous accompagne durant toute la sortie. Groupe de 20 personnes maximum.

BALADE DE NOËL • BLOIS • MERCREDI 13 DÉCEMBRE

Venez découvrir les décorations et chalets de Noël de la place Louis XII et savourer une délicieuse boisson chaude (chocolat, café ou thé) dans une ambiance chaleureuse.



●●● 12 € | ● 14 €* (prise en charge à domicile, transport et boisson chaude)
Départ vers 14h • Inscription avant le 8 décembre.



DÉJEUNER FESTIF AU CFA • BLOIS • JEUDI 4 JANVIER

Pour fêter la nouvelle année, passez un moment convivial autour d'un déjeuner au restaurant du Centre de Formation des Apprentis - CFA de Blois.



●●● 31 € | ● 36 €* (prise en charge à domicile, transport et déjeuner au restaurant)
Départ vers 11h • Inscription avant le 21 décembre.

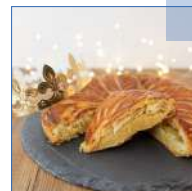


GALETTE DES ROIS À LA RÉSIDENCE LUMIÈRE • BLOIS • JEUDI 18 JANVIER

À l'occasion de l'épiphanie, venez tirer les rois à la résidence Lumière sur les airs musicaux de l'orchestre Benny Carel.



●●● 12 € | ● 14 €* (prise en charge à domicile, transport, animation et galette).
Départ vers 13h30 • Inscription avant le 15 janvier.



GOÛTER-CRÊPES À LA RÉSIDENCE BARBARA • BLOIS • MARDI 6 FÉVRIER

À l'occasion de la chandeleur, la résidence Barbara vous accueille pour un après-midi détente avec dégustation de crêpes sur les airs entraînants d'un karaoké.



●●● 12 € | ● 14 €* (prise en charge à domicile, transport, animation et crêpes).
Départ vers 13h30 • Inscription avant le 30 janvier.





ESCAPADES 2 PAS

Ces escapades vous permettent de visiter des sites ou des monuments proches de Blois ou d'accéder à des visites non réalisables en grand groupe.

L'animateur vous prend en charge à l'arrêt de bus le plus proche de votre domicile et vous conduit dans des lieux de découvertes insolites. Groupe de 8 à 16 personnes maximum.

JOURNÉE LIBRE À TOURS • MARDI 12 DÉCEMBRE

Passez une journée à Tours au moment des fêtes de Noël ! Vous y découvrirez, à votre rythme, le marché de Noël, le centre-ville, avec ses boutiques et ses rues décorées et illuminées.



●●● 12 € | ●● 14 €* (transport et visite libre)

Départ vers 9h • Inscription avant le 8 décembre.



L'ATELIER D'OFFARD • TOURS • JEUDI 25 JANVIER

François-Xavier Richard, fondateur de l'Atelier d'Offard, perpétue le savoir-faire des papiers peints à la planche, en pigments naturels et poudre de soie, des grandes manufactures des XVIII^e et XIX^e siècles. C'est en 1999 qu'il a relancé cet art, disparu après la guerre au profit de techniques industrielles plus rentables. Parmi ses clients : Hermès et l'hôtel du Châtelet à Paris. Venez donc visiter cette manufacture unique en France, labellisée entreprise du patrimoine vivant !



●●● 18 € | ● 21 €* (transport et visite guidée)
Départ vers 13h • Inscription avant le 12 janvier.

THÉÂTRE • SAINT-SULPICE DE POMMERAY • SAMEDI 3 FÉVRIER

«*Sale attente*» une comédie de Franck Didier en deux actes, mise en scène par Frédéric Martin et interprétée par la troupe «Avec et sans complexe» Il est 8h30. Isabelle, assistante dentaire du docteur Faustin, ouvre le cabinet et trouve, devant sa porte, Madame Ramo qui souffre d'une rage de dents. Décidée à faire valoir sa position de première arrivée au cabinet, celle-ci compte bien être la première reçue par le dentiste. Malheureusement pour elle, Isabelle l'informe qu'elle devra attendre un éventuel désistement pour pouvoir être soignée. Après l'arrivée du docteur Faustin, les patients se présentent, les uns après les autres, ponctuels. Madame Ramo n'en peut plus : qu'à cela ne tienne ! Si le désistement d'un patient est la solution, elle va les désister ! À sa manière...



●●● 12 € | ● 14 €* (transport et spectacle)
Départ à 13h • Inscription avant le 26 janvier.



INSCRIPTIONS AU 02 54 45 54 70

Mes RENDEZ-VOUS NUMÉRIQUES

#ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUALISÉ • #ATELIER COLLECTIF • #CONFÉRENCE

#ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUALISÉ Sur rendez-vous Gratuit

lundi, de 13h30 à 17h et mercredi, de 9h à 12h : Accueil · CIAS du Blaisois, 4 rue des Cordeliers à Blois

jeudi, de 9h à 12h : Centre social La Chrysalide



4^e lundi du mois, de 9h à 12h : Résidence Lumière

4^e mercredi du mois, de 14h à 17h : Résidence Barbara

+ sur demande et selon disponibilités dans les autres communes d'Agglopolys

#ATELIERS COLLECTIFS sur inscription.



les lundis, de 15h à 16h30

Accueil CIAS du Blaisois

Gratuit

4 décembre : Apprendre par la vidéo : conseils et astuces - Équipement libre*

11 décembre : Devenir un pro du clavier - Équipement libre*

18 décembre : Bien démarrer avec son smartphone - Apportez votre tablette ou smartphone*

8 janvier : Sésame ouvre-toi ! Savoir gérer ses e-mails - Équipement libre*

15 janvier : Créer et se souvenir de ses mots de passe - Équipement libre*

22 janvier : L'accès aux démarches en ligne (exemple : France Connect) - Équipement libre*

5 février : Sécurité, ne plus se faire avoir - Équipement libre*

12 février : Numériser un document avec un ordinateur - Apportez votre ordinateur*

19 février : Numériser un document avec un smartphone - Apportez votre tablette ou smartphone*



les jeudis, de 15h à 16h30

Centre social La Chrysalide

Gratuit

7 décembre : La capture d'écran à quoi sert-elle ? - Équipement libre*

14 décembre : QR Code, comment les lire ? - Apportez votre tablette ou smartphone*

21 décembre : Sésame ouvre-toi ! Savoir gérer ses e-mails - Équipement libre*

11 janvier : Achat sur internet, ce qu'il faut savoir - Équipement libre*

18 janvier : Sécurité, ne plus se faire avoir - Équipement libre*

25 janvier : Rester proche par le son et l'image : la visio - Apportez votre tablette ou smartphone*

8 février : Apprendre par la vidéo : conseils et astuces : - Équipement libre*

15 février : L'accès aux démarches en ligne (exemple : France Connect) - Équipement libre*

22 février : Créer et se souvenir de ses mots de passe - Équipement libre*



les 3^e lundis du mois, de 9h à 12h

Résidence Lumière

Gratuit

18 décembre : Écrire, parler, échanger avec vos proches - Équipement libre*

15 janvier : Trouver des astuces en vidéo - Équipement libre*

19 février : S'informer par internet : sorties, activités, CPAM, PagesJaunes... - Équipement libre*



les 3^e mercredis du mois, de 9h à 12h

Résidence Barbara

Gratuit

20 décembre : Scrabble géant : jouons ensemble - Équipement libre*

17 janvier : S'informer par internet : sorties, activités, CPAM, PagesJaunes... - Équipement libre*

21 février : Livres, films, magazines... utiliser le site des bibliothèques d'Agglopolys - Équipement libre*

*Vous n'avez pas le matériel ? Le CIAS du Blaisois dispose d'équipements pour la séance.
Équipement libre : ordinateur, tablette ou smartphone selon votre besoin.



Opération soutenue par l'État dans le cadre du dispositif Conseiller numérique France Services
www.conseiller-numerique.gouv.fr

Renseignements et prise de rendez-vous :

Christopher Coulombeau,

06 72 93 05 76

christopher.coulombeau@ciasdublaisois.fr



LE CENTRE SOCIAL LA CHYSALIDE À L'HEURE DES SEVENTIES !



De juillet à septembre, le centre social «La Chrysalide» a transporté ses visiteurs dans une époque bien particulière : les années 70. Cette décennie, célèbre pour son ébullition culturelle, ses mouvements sociaux et sa diversité musicale, a profondément marqué la culture populaire et continue d'influencer la mode, la musique et la société actuelle.

Pour de nombreux participants, cette initiative, qui a fait revivre l'ambiance des années 70 à travers une variété d'animations emblématiques de cette époque, a ouvert une fenêtre nostalgique sur des souvenirs heureux de leur enfance. Pour les plus jeunes, c'était une occasion amusante de découvrir des objets du passé qu'ils n'ont jamais connus.

Le fil conducteur de cet événement a été la décoration du centre, recréant l'atmosphère colorée et psychédélique de ces années. Chacun a fouillé son grenier pour dénicher des objets, des vêtements ou du petit mobilier qu'il a gracieusement prêté au centre social. Cette participation active des habitants a renforcé le caractère authentique de l'événement. D'autres se sont mobilisés les mercredis après-midi de juillet et août pour participer à l'atelier «déco», où ils ont pratiqué découpage, collage et peinture. D'autres, enfin, ont effectué des recherches de photos pour créer des panneaux offrant une rétrospective de la mode, de la musique et de la culture de cette période.





Chaque semaine, un atelier créatif était proposé pour expérimenter une activité de loisirs populaire des *seventies*. La création de sacs à main en disque vinyle, la fabrication de bijoux, la confection de scoubidous, l'initiation à la poterie, la peinture psychédélique, ou encore des jeux de société ont offert une immersion dans l'artisanat et les loisirs de l'époque.

Le programme comprenait également des ateliers culinaires pour retrouver les saveurs des plats emblématiques des repas familiaux du dimanche midi. Il y avait aussi une initiation au pop art, mouvement artistique caractéristique, une soirée cinéma avec la projection d'une comédie incontournable de ces années, *Le jouet* de Francis Veber et une soirée karaoké qui a permis de revisiter les grands noms de la chanson française tels que Nino Ferrer, Michel Delpech et Claude François pour ne citer qu'eux.

Enfin, pour couronner cet été mémorable, une soirée dansante à la salle des fêtes est venue clôturer cette heureuse parenthèse le mardi 12 septembre. Chacun était invité à revêtir paillettes et pattes d'eph' pour venir se déhancher sur la piste de danse où résonnait une musique aux accents discos, avec l'orchestre Benny Carel.

Comme toujours, le succès de cet événement joyeux repose en grande partie sur l'engagement des bénévoles du centre social La Chrysalide ainsi que sur une participation active hebdomadaire d'un groupe de patients du Centre Médico Psychologique du Centre Hospitalier Simone-Veil de Blois, à qui le CIAS du Blaisois adresse ses remerciements.

Ce voyage au cœur des années 70 a été bien plus qu'une simple rétrospective. Il a capturé l'essence d'une décennie fascinante, marquée par la diversité, l'expression artistique et le changement social. Au final, cette expérience a renforcé le lien entre les générations, offrant à chacun un aperçu de l'héritage culturel qui continue de façonner notre présent.



INCROYABLES COMESTIBLES

Vous pourrez prendre ou planter des herbes aromatiques, selon vos envies, dans le bac en palettes recyclées, mis à votre disposition à l'extérieur de La Chrysalide.

Disponible 24h/24, 7j/7 | Gratuit

LE COIN DES LIVRES

À l'extérieur de La Chrysalide, vous attendent un frigo recyclé et relooké, pour les adultes, et une étagère spéciale enfants. Un espace insolite pour petits et grands, qui repose sur un principe simple : donnez un livre, vous ferez un heureux ! Prenez un livre, vous lui donnerez une deuxième vie !

Disponible 24h/24, 7j/7 | Gratuit

L'ARMOIRE À DONS

À l'extérieur de La Chrysalide, cette armoire est à votre disposition ! Chacun peut y déposer objets et vêtements dont il ne veut plus ou prendre ce qui lui plaît.

Disponible 24h/24, 7j/7 | Gratuit



DÉPÔT LES JARDINS DE COCAGNE

À La Chrysalide, livraison hebdomadaire de paniers de légumes pour les abonnés du réseau Cocagne (maraîchage biologique à vocation d'insertion sociale et professionnelle).

Tarif solidaire pour les ménages dont le quotient familial établi par la CAF est inférieur ou égal à 800 € : panier à 3,20 € au lieu de 11,30 €

Inscription et renseignements auprès des Jardins de Cocagne : 02 54 74 88 31

Retrait des paniers, tous les jeudis, de 11h à 12h et de 14h à 18h45.

CULTURES DU CŒUR

Cultures du cœur est une association qui vise à favoriser l'accès et la participation à l'offre culturelle, sportive et de loisirs. Elle propose ainsi des visites culturelles gratuites, sous certaines conditions, sur le département du Loir-et-Cher. Le centre social La Chrysalide, dans le cadre de son action de médiation culturelle, est un partenaire-relais qui peut informer et remettre des places pour les diverses propositions.

Renseignements auprès du centre social La Chrysalide

PERMANENCES SOCIALES

Service social pour les personnes seules ou en couple, sans enfant mineur à charge et habitant les communes de l'est d'Agglopolys (hors Blois). Anne Bucheron et Blandine Viaud, travailleurs sociaux, vous accueillent sur rendez-vous au centre social La Chrysalide.

Renseignements et rendez-vous auprès du CIAS du Blaisois :

02 54 57 41 20 / ciasdublaisois.fr

Service social pour les familles avec enfant(s) mineur(s) à charge et les personnes de plus de 65 ans résidant sur Vineuil, Saint-Gervais-la-Forêt, Cheverny et Cour-Cheverny. Les travailleurs sociaux de la Maison Départementale de la Cohésion Sociale vous accueillent sur rendez-vous au centre social La Chrysalide.

Renseignements et rendez-vous auprès du Conseil Départemental de Loir-et-Cher :

02 54 51 32 32



LIEUX DES RENDEZ-VOUS

CENTRE SOCIAL LA CHRYSALIDE

13 rue des Écoles, à Vineuil

02 54 45 54 70

animation@ciasdublaisois.fr

Horaires d'ouverture :

Lundi : 14h00 - 17h00

Mardi, mercredi et vendredi : 9h00 - 12h00 et 14h00 - 17h00

Jeudi : 9h00 - 12h00 et 14h00 - 18h45

Accès en bus

Arrêt Paul Valéry - Vineuil : ligne E



FERMETURE ANNUELLE :
du 26 au 29 décembre inclus

LES RÉSIDENCES AUTONOMIE

RÉSIDENTE BARBARA :

13 rue de Vauquois, à Blois

02 54 78 10 99

residence.barbara@ciasdublaisois.fr

Horaires d'ouverture :

Du lundi au vendredi : 9h00 - 12h00 et 14h00 - 17h00

Accès en bus

Arrêt Carnot : ligne B

RÉSIDENTE LUMIÈRE :

14 rue Louis et Auguste Lumière, à Blois

02 54 43 35 55

residence.lumiere@ciasdublaisois.fr

Horaires d'ouverture :

Du lundi au vendredi : 9h00 - 12h00 et 14h00 - 17h00

Accès en bus

Arrêt Pierre et Marie Curie : ligne D

PLATEFORME D' ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT BLOIS-VAL DE LOIRE

13 rue des Écoles, à Vineuil

02 54 45 54 63

pfr@ciasdublaisois.fr

Horaires d'ouverture :

Du lundi au vendredi : 9h00 - 17h00

Accès en bus

Arrêt Paul Valéry - Vineuil : ligne E

TARIFS

- Personnes bénéficiaires de ressources inférieures ou égales au minima social le plus élevé et résidant sur le territoire d'Agglopolys*.
- Personnes non-imposables et résidant sur le territoire d'Agglopolys*.
- Personnes imposables résidant sur le territoire d'Agglopolys*.
- Personnes résidant hors du territoire d'Agglopolys* (sans condition de revenu).

**Communauté d'agglomération de Blois*

RESTONS CONNECTÉS!



www.ciasdublaisois.fr



[@ciasdublaisois](https://www.facebook.com/ciasdublaisois)



AU QUOTIDIEN, DES ANIMATIONS ORGANISÉES AU SEIN DES RÉSIDENCES AUTONOMIE SENIORS

Y'A PAS D'ÂGE !



POUR..

...SORTIR,
SE RENCONTRER,
SE DIVERTIR,
ÉCHANGER,
PARTAGER,
JOUER,

S'ÉVADER !

RÉSIDENCE BARBARA
RUE DE VAUQUOIS, BLOIS
02 54 78 10 99

RÉSIDENCE LUMIÈRE
RUE LUMIÈRE, BLOIS
02 54 43 35 55

POUR TOUS LES
SENIORS D'AGGLOPOLYS