



CINÉ SENIORS

5 €
sur place

CHACQUE MOIS, PROFITEZ D'UNE SÉANCE DE CINÉMA AU 7ÈME ART DE CERIZAY. TOUS LES DEUX MOIS, LA PROJECTION EST SUIVIE D'UN GOÛTER À LA SALLE VICTOR HUGO.



1er oct / 5 nov / 10 déc 2026 / 7 janv / 4 fév /
4 mars / 1er avril / 13 mai / 10 juin et
9 juillet 2027

À VOS CÔTÉS, AU QUOTIDIEN



TRANSPORT SOLIDAIRE

VOUS AVEZ DES DIFFICULTÉS POUR VOUS DÉPLACER ?
DES BÉNÉVOLES SE MOBILISENT POUR VOUS EMMENER
À DES RENDEZ-VOUS, CHEZ DES AMIS...
VOUS POUVEZ AUSSI DEVENIR BÉNÉVOLE !



VISITEURS - VISITÉS

VOUS SOUHAITEZ UNE VISITE À DOMICILE POUR
DISCUTER, FAIRE UNE PROMENADE, LIRE, PRATIQUER
UN JEU DE SOCIÉTÉ...
REJOIGNEZ LE RÉSEAU VISITEURS - VISITÉS POUR LE
PLAISIR D'ÉCHANGER.

ADHÉSION OBLIGATOIRE
LORS DE L'INSCRIPTION

10€ INDIVIDUELLE ET 15€ FAMILIALE
(Valable de septembre 2026 à août 2027)

Ensemble, soyons actifs et solidaires !

ACTIVITÉS SPORT BIEN-ÊTRE DE NOS PARTENAIRES



GYM SUR CHAISE

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE, ENCADRÉE PAR
DES ÉDUCATEURS ET DES ÉTUDIANTS DE
L'ÉCOLE DECOUVERTE SPORTS BOCAGE.

Renseignements EDS DU BOCAGE : 06 36 06 17 75



KARATÉ BIEN-ÊTRE

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE, POUR PRENDRE
CONSCIENCE DE SON CORPS AUTREMENT
(ÉQUILIBRE, COORDINATION, CONCENTRATION,
MÉMORISATION, GESTION DE L'ÉNERGIE,
RESPIRATION). REJOIGNEZ LE GROUPE, DÉTENTE
ASSURÉE ! ENCADRÉE PAR DES DIPLÔMÉS.

Renseignements Karaté Club de Cerizéen : 06 75 91 85 83

MAIS AUSSI...



UN PROGRAMME EST PROPOSÉ CHAQUE MOIS POUR DES
PERSONNES RETRAITÉES SOUHAITANT PARTICIPER EN GROUPE
AUX SORTIES CONVIVIALES, DE LOISIRS, CULTURELLES, À DES
ANIMATIONS DE PRÉVENTION ET INTERGÉNÉRATIONNELLES.

N'hésitez pas à suivre notre actualité !

UNE ENVIE, UN PROJET ? CONTACTEZ-NOUS !



CENTRE SOCIOCULTUREL DU CERIZEEN
RÉSIDENCE DU BOCAGE

9 rue du Pas des Pierres - 79140 CERIZAY



05-49-80-57-63



contact@cerizeen.csc79.org



RETRAITÉS

*Comment se distraire
près de chez vous !*



CONFÉRENCE DES FINANCEURS DE LA PRÉVENTION
DE LA PERTE D'AUTONOMIE EN DEUX-SÈVRES





TEMPS D'UN CAFÉ

DES TEMPS DE RENCONTRE SONT ORGANISÉS DANS PLUSIEURS COMMUNES POUR PERMETTRE À CHACUN D'ÉCHANGER, DE PARTAGER ET DE DISCUTER AUTOUR D'UNE BOISSON CHAUDE ET D'UNE THÉMATIQUE COMMUNE.

Tous les mois de 15h à 17h

• **A Courlay** le 1^{er} lundi de chaque mois
(Salle des Commissions)



7 sept / 5 oct / 2 nov / 7 déc 2026 / 4 janv /
1er fév / 1er mars / 5 avril / 3 mai / 7 juin
et 5 juillet 2027

• **A Combrand** le 1^{er} vendredi de chaque mois
(Village La Fontaine)



11 sept / 2 oct / 13 nov / 11 déc 2026 /
8 janv / 12 fév / 12 mars / 9 avril / 14 mai /
11 juin et 9 juillet 2027

• **A La Forêt/Sèvre** le 2^o lundi de chaque mois
(à la bibliothèque)



14 sept / 12 oct / 9 nov / 14 déc 2026 /
11 janv / 8 fév / 8 mars / 12 avril / 10 mai /
14 juin et 12 juillet 2027

• **A Brétignolles** le 2^o mardi de chaque mois
(Salle des Commissions)



8 sept / 13 oct / 10 nov / 8 déc 2026 /
12 janv / 9 fév / 9 mars / 13 avril / 11 mai /
8 juin et 13 juillet 2027

• **A Cerizay** le 3^o lundi de chaque mois
(Salle Victor Hugo)



19 oct / 16 nov / 21 déc 2026 / 18 janv /
15 fév / 15 mars / 19 avril / 21 juin et
19 juillet 2027



CHAUFFE CITRON

2 €
la séance

PRÉVENTION MÉMOIRE LUDIQUE ET CULTURELLE. VENEZ
CHATOUILLER VOTRE CURIOSITÉ, VOTRE CONCENTRATION
ET VOTRE MÉMOIRE !

**Le 1^{er} mercredi de chaque mois
de 10h30 à 11h45**



7 oct / 4 nov 2026 / 2 déc. 2026 / 6 janv /
3 fév / 3 mars / 7 avril / 5 mai et 2 juin
2027

ACTIV'MÉMO

6 €
l'année

VENEZ STIMULER VOS NEURONES !
EXERCICES LUDIQUES POUR TRAVAILLER LA MÉMOIRE,
L'ATTENTION, LA CONCENTRATION ET FAVORISER LES
ÉCHANGES.

**Le 3^o mercredi de chaque mois
de 10h30 à 11h45**



16 sept / 14 oct / 18 nov 2026 / 16 déc 2026
20 janv / 10 fév / 17 mars / 28 avril /
19 mai et 16 juin 2027

DIMANCHE DÉTENTE

21 €
l'année

BELOTE, SCRABBLE ET AUTRES JEUX : VENEZ
PASSER UN APRÈS-MIDI DÉTENTE ET CONVIVAL AU
CENTRE SOCIOCULTUREL.

**Les dimanches de 14h15 à 18h
Salle Marie-Charlotte Marot**

TAC TIK

1 €
la séance

VENEZ PARTAGER UN MOMENT LUDIQUE AUTOUR DU
TAC TIK, EN TOUTE CONVIVIALITÉ.
APPORTEZ VOTRE JEU.

**Le 4^o lundi de chaque mois
de 14h15 à 17h**



28 sept / 23 nov 2026 / 25 janv / 22 mars /
26 avril / 24 mai et 28 juin 2027

BOWLING

5 €
sur place

UNE SORTIE PLACÉE SOUS LE SIGNE DE LA
DÉTENTE, DU JEU ET DE LA BONNE HUMEUR.

**Le mardi à 14h30 au CSC
ou 15h sur place à Bressuire**



13 oct / 15 déc 2026 / 09 fév /
06 avril et 15 juin 2027

Inscriptions : une semaine à l'avance au Centre
Socioculturel. Merci de respecter votre inscription.
Les dates des activités peuvent être modifiées si
nécessaire.