

TOILE DE GRAINES

Centre d'animation
de la Vallée



ESCALE

Quinzaine de découverte
8ÈME ÉDITION - DU 7 AU 19 OCTOBRE 2024

Cultivons nos liens
pour faire germer nos projets !

ESCALE...

Le Centre d'Animation de la Vallée
Toile de Graines
vous propose une nouvelle ESCALE
du 7 au 19 octobre
à destination des habitants
des 4 communes
de l'Entente vallée

(Beaufort-en-Anjou, La Ménitère, Mazé-Milon, Les Bois d'Anjou).

Une quinzaine de jours
pour découvrir votre territoire,
y pratiquer des activités
et faire des rencontres
en toute convivialité !

Partenaires & Bénévoles DE LA QUINZAINES ESCALE

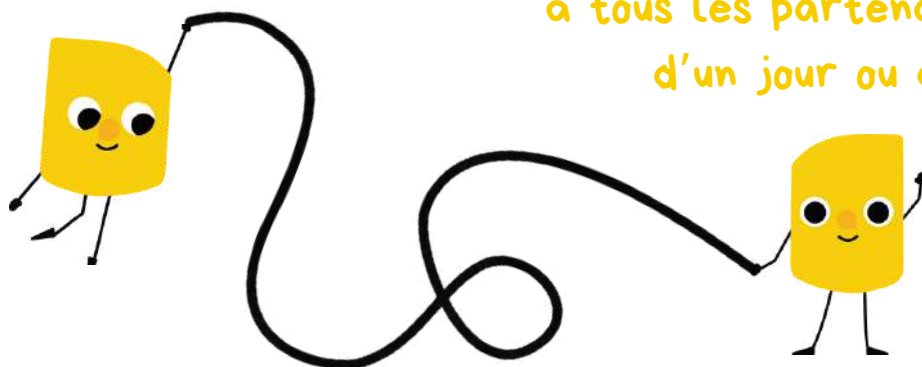


Depuis 8 ans, ce temps fort rassemble de nombreux
partenaires du territoire
(institutions, associations, entreprises, artistes, etc.),
partenaires financiers
(les 4 communes de l'Entente Vallée, la CARSAT, la Conférence des financeurs, la CAF)
mais aussi de nombreux bénévoles qui font d'ESCALE
un moment d'échanges et de partages entre habitants.

Si vous souhaitez vous aussi, vous engager
dans cette quinzaine ou la prochaine édition,
prenez contact avec l'accueil du Centre d'Animation.

MERCI

à tous les partenaires & bénévoles
d'un jour ou de toujours !



Cultivons nos liens pour faire
germer nos projets !

Inscriptions 2024

À partir du 9 septembre 2024

à Toile de Graines
2 rue de Lorraine à Beaufort-en-Anjou
02 41 79 74 73
centre.animation.sociale@beaufortenanjou.fr



Des stands au plus proche de vous

Au forum des associations

Samedi 7/09 de 10h à 18h
au Complexe du clos à Mazé-Milon

Au Marché des associations

le 14/09 de 10h à 12h
à la Menitré

Sur les marchés locaux

Mercredi 11/09 de 10h à 12h
à Beaufort

Vendredi 13/09 de 10h à 12h
à Mazé-Milon

Vendredi 13/09 de 17h à 19h
au Drive de Saint-Georges-du-bois

Transport

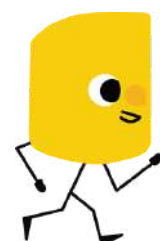
Vous souhaitez participer
à un atelier mais vous n'avez
pas de solution de transport ?

Dites-le nous !

Selon la situation nous vous
proposerons des solutions :

Covoiturage entre participants ,
Transport solidaire avec nos
bénévoles, Transport à la demande
avec Aléop !

C'est parti !



Lundi 7 octobre



Aqua santé

Proposé par Pharéo

🕒 9h15-10h



Piscine Pharéo
rue des Esquisseaux
à Beaufort



Révision code de la route

Animé par Jean-Marc, bénévole

🕒 10h - 12h



Salle des fêtes
6 Rue de Saint Sicot
à St Georges du Bois



Initiation aux gestes d'auto-défense

Proposé par AccCorps EssenCiel
& Sport et loisirs

🕒 14h - 15h30



au Dojo
allée du clos
à Mazé-Milon



Moment de bien-être détente entre auto-massage assis et reflexologie

Animé par Martine et Myriam

🕒 15h30 - 17h



Salle de la Toue
1 rue Jeanne de Laval
à La Menitrie



Gym d'entretien

Animé par Manon de Dynamic Gym

🕒 19h - 20h



au Dojo
rue des Esquisseaux
à Beaufort

Mardi 8 octobre

Avancer en âge et penser son habitat de demain

Temps d'échanges et de sensibilisation sur
les différentes formes d'habitats existants

Proposé par Habit'âge

🕒 10h - 12h

📍 Habit'âge

3 chemin des Acacias
à Fontaine-Guérin



Bande Dessinée

Venez découvrir l'atelier Kawa, lieu
dédié à la BD et la création graphique

Proposé par Atelier Kawa

🕒 10h-12h

📍 Atelier Kawa

2 rue de Verdun
à Mazé-Milon



Marche santé

Proposé par Beaufort Rando 49

🕒 14h - 16h

📍 Au départ de Toile de
Graines

2 rue de Lorraine
à Beaufort



Art floral

Venez créer une
composition florale

Animé par Régine, bénévole

🕒 14h30 - 17h

📍 Salle de la Toue

1 rue Jeanne de Laval
à La Menitré



Couture

venez partager un
moment de loisirs en
fabriquant un accessoire
zero déchet !

Proposé par Toile de Graines

🕒 17h - 19h

📍 CAV Toile de Graines

2 rue de Lorraine
à Beaufort



Mercredi 9 octobre



Balade au marché et atelier cuisine

Animé par Régine, bénévole

🕒 8h50 - 14h

📍 à la Résidence des champs de la ville à Beaufort

Face à la maladie, prendre soin de soi

Atelier de sophrologie qui s'adresse aux personnes touchées par un cancer, il est organisé par Les Battantes

Animé par Anne, sophrologue

🕒 10h - 12h

📍 Salle Marc Leclerc
Place Jeanne de Laval à Beaufort



Atelier mémoire rencontres et convivialité

Animé par Corine de l'UCY

🕒 14h - 16h

📍 Les Jardins d'Iroise
Salle Le Logis
24 Grand'Rue à Brion



À la découverte des légumineuses

Venez découvrir des sources naturelles de protéines végétales et réaliser une délicieuse recette à base de légumineuses

Proposé par l'ESBY

🕒 14h30 - 16h30

📍 à l'EHPAD Marc Leclerc
1 rue Joliot Curie à la Ménitrie



Atelier mosaïque

Animé par Solène, artiste

🕒 9h30 - 12h30

📍 à l'Atelier du Rempart
Place de l'usine à Gaz à Beaufort



Initiation à la calligraphie latine

Animé par Raymonde, bénévole

🕒 14h30 - 16h

📍 à la Médiathèque La Bulle
16 rue de Verdun
Mazé-Milon



Sortie Longe côte à Pornichet
Marche aquatique en mer, encadré par une bénévole titulaire du Brevet Fédéral de Longe Côte et petite randonnée l'après midi

Proposé par Beaufort Rando #19



L 6h30 - 17h30

📍 départ en train de la gare de la Menitrié

€ 5 - 10 €

Jeudi 10 octobre



Yoga

Animé par Brigitte, bénévole

L 10h - 11h15

📍 Salle Marc Leclerc
Place Jeanne de Laval à Beaufort



Marche cool & classique

En forêt de Fontaine-Guérin

Proposé par RYFA #19

L 13h30 - 16h30

📍 Départ de Toile de Graines
2 rue de Lorraine à Beaufort

À la découverte des légumineuses

Venez découvrir des sources naturelles de protéines végétales, et réaliser une délicieuse recette à base de légumineuses

Proposé par l'ESBY

L 14h30 - 16h30

📍 à l'EHPAD Les Mélézes
14 rue de l'hôpital à Beaufort



Danse de salon

Débutante ou confirmé.e, venez partager un moment de convivialité

Animé par Monique et Philippe, bénévoles

L 19h - 20h30

📍 Salle des Loisirs à Brion
227 Route des Mandottières
Les Bois d'Anjou

Vendredi 11 octobre

Sortie Longe côte à Pornichet
Marche aquatique en mer, encadré par une bénévole titulaire du Brevet Fédéral de Longe Côte et petite randonnée l'après midi

Animé par Beaufort Rando 49

🕒 6h30 - 17h30

📍 départ en train de la gare de la Menitré

💶 5-10 €



Itinéraire bis

Atelier "désintox"

Comment faire le tri entre information insolite, parodie, fake news et théorie du complot? Découvrez comment décrypter l'information sur le web!

Animé par Report'cité

🕒 10h - 12h

Espace culturel

10 place du colonel Léon Faye à La Menitré

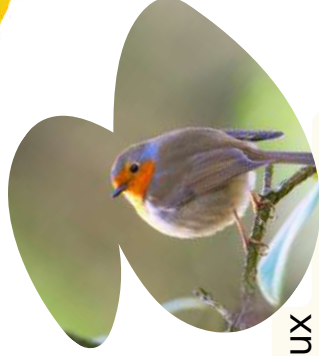


Découverte des oiseaux
Exposition, découverte d'applications nature, échanges autour de l'ornithologie

Animé par un bénévole LPO et Aurore animatrice numérique

🕒 14h - 16h

📍 à la Bibliothèque Municipale
Place de la République
à Beaufort



Atelier bricolage

Un objet à réparer ? Besoin d'apprendre des techniques de bricolage ? Envie de démarrer un projet bricolage mais vous avez besoin de conseils? Rejoignez nous !

Animé par le repair café de la Vallée

🕒 14h - 16h

📍 4 route du château à Mazé-Milon



Initiation danse: marche-paso double
Danse d'inspiration espagnole

Animé par Monique et Philippe, bénévoles

🕒 16h - 17h

📍 Salle des Loisirs à Brion
227 Route des Mandottières
Les Bois d'Anjou



Samedi 12 octobre

Mon jardin, ma ville

Temps fort festif et ludique qui donne à voir les initiatives locales en matière de végétal et d'environnement et invite les visiteurs à la découverte.

Stand Toile de Graines et de nombreux partenaires du territoire



🕒 14h - 17h

📍 Salle Bellevue
à Fontaine-Milon

Marche famille de 6 km à la découverte des oiseaux

à Vivy, base de loisirs
Réserve ornithologique
des Monteaux

Proposé par Beaufort rando #19 et la LPO



🕒 13h30 - 16h

📍 Départ de Toile de Graines
2 rue de Lorraine
à Beaufort



Initiation au tissage

Proposé par Patin couffin etc

🕒 14h - 17h

📍 Musée Joseph-Denis
5 place Notre-Dame
à Beaufort

Dimanche 13 octobre

Cuisine de plantes sauvages

Profitez de l'automne pour partir à la rencontre des plantes sauvages de saison le long des sentiers et apprenez à les utiliser dans la cuisine de tous les jours !

Proposé par Nature ancestrale



🕒 14h - 16h30

📍 Préau Chaumière -
Eco Parc de Gée

Lundi 14 octobre

Tricot

Débutant.e ou confirmé.e, venez partager ce loisirs en toute convivialité !

Animé par *Mauricette*, bénévole



10h - 12h



Les Jardins d'Iroise,
salle le Logis
24 Grand'Rue
à Brion

Du théâtre pour les séniors dites-vous?

Venez partager un moment de lâcher prise en toute convivialité !

Animé par *Caroline de la Cie Scène de théâtre*



10h - 12h



Salle des Tisserands
rue des Tisserands
à Beaufort

Marche méditative

Animée par *Hélène Baudouin*



10h30 - 11h30



à Fontaine Guérin



Fabrication de cosmétique maison

Confection d'un cosmétique composé d'ingrédients naturels à base d'huiles essentielles

Proposé par *l'ESBY*



14h30 - 16h30



à l'EHPAD Jeanne Delanoue
15 rue Paul richou
à Mazé-Milon

Sport adapté

Venez entretenir votre forme physique, Yohann, l'éducateur sportif s'adapte à votre condition !

Animé par *Yohann de Sport et loisirs*



à repréciser



à Beaufort



Prévention des chutes, se préparer à demain

Venez échanger et tester le simulateur de vieillissement

Proposé par *présence verte*



14h30 - 16h30



Espace culturel
à la Méritré



Mardi 15 octobre

Face à la maladie, prendre soin de soi

Cet atelier s'adresse aux personnes touchées par un cancer, l'accueil des participants se fera dans la bienveillance et la discrétion de chacun.e.
L'atelier est organisé par Les battantes

Animé par Nathalie, socio-esthéticienne

🕒 10h - 12h

📍 Résidence des Champs de la ville
à Beaufort



Dictée géante intergénérationnelle

Venez vous tester !

Proposé par la MFR de Gée

🕒 10h - 11h30

📍 à préciser à l'inscription



Visite de la caserne des pompiers

suit d'un échange autour des bonnes attitudes à adopter !

Animé par le Capitaine de la caserne

🕒 16h30-17h30

📍 Centre d'incendie et de secours
28 chemin des Esquisseaux
à Beaufort

Atelier Surprise !

Venez vous laisser surprendre par une proposition mystère...

Proposé par le Jardin de ma cousine

🕒 14h30 - 16h30

📍 Au Jardin de ma cousine
44 bis rue des Vendellières
à la Métré



Marche cool 8km & classique 11 km à St Pierre en Vaux

Proposé par Beaufort Rando 49

🕒 13h30 - 17h


📍 Départ de Toile de Graines
2 rue de Lorraine
à Beaufort



Mercredi 16 octobre

Découverte sensorielle des plantes sauvages
Balade sensorielle, en quête des pouvoirs cachés des plantes locales. Sureau noir, carotte sauvage, reine des prés, vous passez sans doute à côté...

Proposé par Nature ancestrale


 10h - 11h30

 Parc des Marais
Route l'Épinay
à Beaufort



**Atelier mémoire
rencontre et convivialité**

Animé par Corinne de l'UCVY

 10h - 12h


 à l'Espace Culturel
La Ménitrie



**Visite du nouveau Fournil
des Bois d'Anjou**

Venez découvrir le métier de boulanger et la fabrication de pain à l'ancienne au feu de bois !

Animé par les gérants-boulangers artisans


 16h-17h30


 Fournil l'Authentique d'Anjou
12 Grand'Rue
à Brion



Jeux de société

Proposé par ludothèque La cabane à jeux


 14h - 16h

 à la salle de la chapelle
15 rue de Verdun
Mazé-Milon



**Initiation à la
calligraphie**

Animé par Raymonde, bénévole

 14h30 - 16h

 à la Médiathèque La Bulle
16 rue de Verdun
Mazé-Milon

Jeudi 17 octobre



Aqua gym

Proposé par Pharéo

L 9h15-10h

📍 Piscine Pharéo rue des Esquisseaux à Beaufort



Balade à la découverte des champignons

En forêt de Chandelais et encadré par un pharmacien

Proposé par RYA 49

L 13h30 - 16h30

📍 Départ de Toile de Graines 2 rue de Lorraine à Beaufort



Atelier jeux de mots

Animé par Sandrine, d'aid'âge

L 10h - 12h

📍 à l'EPHAD Jardins d'Iroise 24 Grand'Rue à Brion



Visite et dégustation

La Fabrique des bières d'Anjou Animée par Amélie

L 11h - 12h

📍 1 bis rue de la Gare à la Menitrière

€ Participation libre au chapeau



À la découverte des légumineuses

Venez découvrir des sources naturelles de protéines végétales, et réaliser une délicieuse recette à base de légumineuses

Proposé par ESBY

L 14h30 - 16h30

📍 à l'EHPAD Jeanne Delanoue 15 rue Paul richou à Mazé-Milon

Séance cinéma Un p'tit truc en plus

Film réalisé par Artus avec Artus, Clovis Cornillac. Synopsis : Pour échapper à la police, un fils et son père en cavale sont contraints de trouver refuge...

Proposé par Grand Ecran

L 17h30 - 19h30

📍 Cinéma-théâtre Place Notre Dame à Beaufort

€ 5€



Vendredi 18 octobre



Visite guidée au Musée Joseph Denais suivi d'un atelier

Animé par Jean-Marc, bénévole

🕒 10h - 12h

📍 Place Notre Dame à Beaufort

€



Atelier numérique : Consommer local

Venez vous familiariser avec les drives de votre territoire et découvrir comment commander.

🕒

10h - 12h

Animé par Aurore

📍

6 Rue de Saint Sicot
St Georges du bois
Les Bois d'Anjou



Les sites utiles pour les démarches seniors

Animé par Nadège & Alice, Conseillères France Services

🕒 14h - 15h30

📍 Espace culturel
10 place du Colonel Léon Faye
à La Ménitrie



“Souffler sur les braises” Spectacle théâtre la Jeune plume suivi d'un débat

16 tranches de vie, 16 facettes d'humanité à 20 ans puis... Plusieurs décennies plus tard. Des vies d'amour, de couple, de secrets et de retrouvailles. Annie, Bernard, Jacqueline, Pierre et les autres ont aimé, ont douté, ont appris. Des chemins croisés, entre épreuves de la vie et tendre entente au quotidien. Le spectacle pose la question du désir, du consentement, des habitudes de vie, des sacrifices...

Animé par les Tortues blondes et Habitatage

🕒

16h - 18h

📍

Cinéma Théâtre
Place Notre-Dame
à Beaufort

€

Participation libre au chapeau



Yoga du rire

Venez partager un moment de convivialité, de lâcher-prise et faire le plein de positif !

Animé par Julie

🕒

18h15 - 19h15

📍

Salle Marc Leclerc
2ème étage
des Halles
Beaufort

Samedi 19 octobre



Itinéraire bis

“Découverte du métier de journaliste”

C'est quoi une information? Comment l'obtenir, la vérifier, la traiter? Dans un univers médiatique bouleversé par les puissances de l'argent, des réseaux sociaux ou de l'IA, venez appréhender l'univers journalistique.

Animé par Report'cité

L 10h30 - 12h

📍 Bibliothèque Municipale
Place de la République
à Beaufort



Initiation à la Marche nordique

Proposé par Beaufort rando #19

L 14h - 15h30

📍 Préau de la Chaumière
Eco-parc de Gée



Atelier cuisine intergénérationnel

Préparons le buffet de clôture de la quinzième ESCALE

Animé par Toile de Graines

L 10h - 12h

📍 à la salle Résidence des
Champs de la Ville
Beaufort



*A ne pas
manquer!*
LA CLOTÛRE ESCALE

Apéro convivial

Proposé par Toile de Graines

L 18h - 20h

📍 aux Halles
Place Jeanne de Laval
à Beaufort

i Chaque participant est invité à rapporter un plat à partager!



“Souffler sur les braises” Spectacle théâtre la Jeune plume suivi d'un débat

16 tranches de vie, 16 facettes d'humanité à 20 ans puis... plusieurs décennies plus tard. Des vies d'amour, de couple, de secrets et de retrouvailles. Annie, Bernard, Jacqueline, Pierre et les autres ont aimé, ont douté, ont appris. Des chemins croisés, entre épreuves de la vie et tendre entente au quotidien.

Le spectacle pose la question du désir, du consentement, des habitudes de vie, des sacrifices...

Animé par les Tortues blondes et Habitat'age

L 16h - 18h

📍 Cinéma Théâtre
Place Notre Dame
à Beaufort

€ Participation libre
au chapeau

**H
O
R
A
I
R
E
S**

Lundi	9h - 12h30	13h30 - 17h
Mardi	9h - 12h30	13h30 - 17h
Mercredi	9h - 12h30	13h30 - 17h
Jeudi	9h - 12h30	Fermé
Vendredi	9h - 12h30	13h30 - 17h



Retrouvez nos programmes d'activités via le QR code



Retrouvez nos actualités via notre page Facebook *Toile de Graines - Centre d'Animation*

CAV Toile de Graines

Au Forum- 2 rue de Lorraine

49 250 Beaufort en Anjou

Tel: 02 41 79 74 73

centre.animation.sociale@beaufortenanjou.fr

ils soutiennent le CAV Toile de Graines

