

CANTON S'BOUGE

...avec les associations !

18ème ÉDITION

2024



**DU 31 AOÛT AU 22
SEPTEMBRE**

3

semaines d'animations gratuites

pour tester de nouvelles animations sur votre territoire

1

journée solidaire

1

forum intercommunal des associations

MALANSAC

**Récolte des pommes de terre
et des oignons**

Suivie d'une soirée frites maison

Samedi 31 août (14h30-22h)

Caringa

POK Cultures collectives et solidaires

Démonstration d'Aïkido

Mardi 3 septembre (19h-21h)

Dojo de la salle omnisports

Aïkido Club de Malansac

Portes ouvertes

Selon planning, du 5 au 22 septembre

Association sportive Pierokamali

Atelier "Parler parentalité"

Jeudi 5 septembre (20h-21h30)

Espace Prendre Soin

Association Laïma

Crêpes et cocktails party (11-17 ans)

Mercredi 11 septembre (14h-17h)

Bourg de Malansac (cherche le camion !)

CS Éveil

Initiation à la sophrologie

Mercredi 11 septembre (9h30-10h45/
17h30-18h45/ 19h-20h15)

Centre Associatif de Malansac

Association Laïma

**Portes ouvertes avec jeux sportifs
et rencontres avec les chèvres**

Mercredi 11 septembre (16h30-19h)

A Holian

Glazig

Démo et initiation aux percussions

Jeudi 12 septembre (19h30-21h30)

15 rue de la Gare

Batucansak

**Atelier "Bouge ton corps pour
bouger ton cerveau"**

Mercredi 11 septembre (17h-18h)

Espace Prendre Soin

Association Laïma

Portes ouvertes

Vendredi 13 septembre

18h-20h30

1, place des Fours à pots

Association Laïma

Répétition ouverte à tous

Lundi 16 septembre (14h-15h30)

Centre Associatif de Malansac

Chorale Sainte-Cécile

Séance collective de Do In, étirements et relaxation

Mardi 17 septembre (9h, 10h30 et 18h30)

Centre Associatif de Malansac

Sur réservation (06 89 80 64 01 ou les5mouvements@gmail.com)

Association les 5 mouvements



ST GRAVÉ

Crêpes et cocktails party (11-17ans)

Mercredi 18 septembre (14h-17h)

Bourg de St Gravé (cherche le camion !)

CS Éveil

Café Bricole

Samedi 21 septembre (9h30-12h)

Salle Jean de la Bouillerie

CS Éveil

PLUHERLIN

Portes ouvertes

du 5 au 22 septembre

Horaires selon planning

Pierokamali

Crêpes et cocktails party (11-17ans)

Vendredi 20 septembre (17h30-19h30)

Foyer des jeunes

CS Éveil

QUESTENBERT

Visite des cabines de projection pendant les séances

Sur inscription (projection@iris-cinema-questembert.com)

A 17h - le 31 août, le 1er septembre, et les 7et 8 septembre

Iris Cinéma (Questembert)



LIMMERZEL

Goûter et découverte des actions famille du Centre Social Éveil

Mercredi 28 août (15h-17h)
8, rue de la métairie
CS Éveil

Masterclass de Gymnastique Rythmique avec la présence d'une gymnaste internationale

Samedi 31 août et dimanche 1er septembre (9h30-12h30 et 14h-17h30)
(uniquement le matin pour le dimanche)
Pierokamali

Portes ouvertes

du 5 au 22 septembre
Horaires selon planning
Pierokamali

Initiation à la sophrologie

Jeudi 12 septembre (9h30-10h45)
Salle de Brespan
Laïma

Séances de découverte du Badminton

Lundis 9 et 17 septembre (19h-21h30)
Séances de découverte du Tennis de table et du Badminton

Jeudis 12 et 19 septembre (19h-21h30)
Salle des sports
Limerzel Sports et Loisirs

Après-midi Habitants

Vendredis 13 et 20 septembre (14h-17h)
8, rue de la Métairie
CS Éveil

Portes ouvertes "projet d'habitat participatif"

Samedi 21 septembre (14h-18h)
11, L'île Bodien
L'Île aux Béguins

Une vélo école pour adultes, ça vous tente ?

Remise en selle, initiation pour adultes sur vélo classique ou électrique
Rejoins-nous pour en discuter, mieux comprendre ce que c'est et la construire ensemble
Samedi 21 septembre (15h-16h30)
8, rue de la Métairie
CS Éveil



CADEN

Découverte et initiation au badminton

Adultes : tous les mardis (20h) et tous les jeudis (19h) de septembre

Jeunes : tous les mardis (18h) de septembre

Salle omnisports

Association de Badminton de Caden

Portes ouvertes

Du 5 au 22 septembre

Horaires selon planning

Pierokamali

Crêpes et cocktails party (11-17 ans)

Vendredi 13 septembre (17h-19h)

Bourg de Caden (cherche le
camion !)

CS Éveil

Initiation au golf

Samedi 21 septembre

10h-12h / 14h-17h

Golf de Caden

**Association Sportive
Golf de Caden**

Réunion d'information

Mercredi 11 septembre / 18h30

Salle des moulins

Initiation à la couture

(*gratuit, sur inscription*)

Mercredi 11 septembre 19h

Salle des Moulins

La Causette des Cousettes

Initiation au scrabble

Mercredi 25 septembre (14h15)

Salle des Moulins

Scrabble Cadenais

Spectacle-Conférence gesticulée "Qu'est-ce qu'on mange ce soir ?"

Pour une façon politique d'aborder la question de l'alimentation

Vendredi 6 septembre (20h-22h30)

Théâtre de Caden

Infos : CS Éveil (02.97.66.24.63)



9ème JOURNÉE SOLIDAIRE



**SAMEDI 7
SEPTEMBRE**

Salle des sports de **CADEN** de 10h à 17h

Donnez, prenez, partagez ! *Entrée libre et gratuite*
Une journée pour se retrouver, échanger, partager, astuces et bons plans...

Ateliers participatifs et ludiques
Nieux manger pour tous.les : comment faire ?

Animé par Laure Auzeil, ingénieure nutritionniste et diététicienne

10h-12h

REPAS PARTAGÉ

13h

UN MOMENT CONVIVIAL OUVERT À TOUS

Il suffit de ramener un plat à partager, sucré ou salé !

Échanges, animations et discussions
autour des questions liées à l'alimentation

14h-17h

ZONE DE GRATUITÉ

Donnez une seconde vie aux objets, luttiez contre le gaspillage : amenez ce que vous voulez ou rien du tout, repartez avec ce qui vous semble utile ou ce qui vous plaît !

Important : les objets doivent être en bon état.

Les gros meubles ne sont pas acceptés.

Espace petites annonces sur place.

10h-17h



18ème FORUM INTERCOMMUNAL DES ASSOCIATIONS

DIMANCHE 8
SEPTEMBRE

Salle des sports de **CADEN** de 10h à 17h

Programme

Une journée festive à vivre en famille

10H : INAUGURATION

11H30 : APÉRO offert par le centre
social EVEIL

14H : SÉANCE DE DO IN

15H : DÉMO DE GYMNASTIQUE

16H : SPECTACLE GUIMO
SWING

Humour, jongleries (boule de cristal,
massues, diabolos, gobelets, torches
enflammées...), équilibre sur
monocycle géant... et plus si
affinités !

Zone de Gratuité

Stands des associations du
territoire

Initiation au badminton

Jeu concours organisé par
le Scrabble Cadenais

Animations et échanges
participatifs sur l'habitat

Atelier sophrologie

Initiation à la capoeira

Buvette et restauration sur place



Canton s'bouge en un clin d'œil

Samedi 31 août	Dimanche 1 septembre	Mardi 3 septembre	Jeudi 5 septembre	Samedi 7 septembre	Dimanche 8 septembre	Lundi 9 septembre	Mardi 10 septembre	Mercredi 11 septembre
<p>Masterclass de gymnastique rythmique LIMERZEL</p> <p>Visite du cinéma Iris QUEST.</p>	<p>Masterclass de gymnastique rythmique LIMERZEL</p> <p>Récolte de pommes de terre et oignons MALANSAC</p> <p>Visite du cinéma Iris QUEST.</p>	<p>Démonstration d'Aïkido MALANSAC</p> <p>Découverte et initiation au badminton CADEN</p>	<p>Atelier Parler parentalité MALANSAC</p> <p>Découverte et initiation au badminton CADEN</p>	<p>Journée solidaire CADEN</p> <p>Visite du cinéma Iris QUEST.</p>	<p>Forum des associations CADEN</p> <p>Visite du cinéma Iris QUEST.</p>	<p>Découverte du badminton LIMERZEL</p>	<p>Découverte et initiation au badminton CADEN</p>	<p>Réunion d'information et initiation à la couture CADEN</p> <p>Initiation à la sophrologie MALANSAC</p> <p>Atelier Bouge ton corps... MALANSAC</p> <p>Crêpes et cocktails party MALANSAC</p>
Jeudi 12 septembre	Vendredi 13 septembre	Lundi 16 septembre	Mardi 17 septembre	Mercredi 18 septembre	Jeudi 19 septembre	Vendredi 20 septembre	Samedi 21 septembre	Mardi 24 septembre
<p>Démo et initiation aux percussions MALANSAC</p> <p>Découverte et initiation au badminton CADEN</p> <p>Découverte du tennis de table et du badminton LIMERZEL</p> <p>Initiation à la sophrologie LIMERZEL</p>	<p>Portes ouvertes Espace Prendre Soins MALANSAC</p> <p>Après-midi Habitants LIMERZEL</p> <p>Crêpes et cocktails party CADEN</p>	<p>Répétition publique de la chorale Sainte Cécile MALANSAC</p>	<p>Séance collective de Do In, étirements et relaxation MALANSAC</p> <p>Découverte du Badminton LIMERZEL</p>	<p>Crêpes et cocktails party ST GRAVÉ</p>	<p>Découverte et initiation au badminton CADEN</p> <p>Découverte du tennis de table et du badminton LIMERZEL</p>	<p>Crêpes et cocktails party PLUHERLIN</p> <p>Après-midi habitants LIMERZEL</p>	<p>Portes ouvertes association L'île aux beguins LIMERZEL</p> <p>Rencontre autour d'une vélo école pour adultes LIMERZEL</p> <p>Café Bricole ST GRAVÉ</p>	<p>Découverte et initiation au badminton CADEN</p>

Contact et renseignements

Centre social Eveil

8 rue de la Métairie - 56220 LIMERZEL

eveilcentresocial@orange.fr - 02.97.66.24.63

<https://eveilcentresocial.org>

