

PROGRAMME

#6

été 2020

# RDV

les rendez-vous du cias du blaisois

# RENCONTRES ET PARTAGE

## CAF'THÉ CRÉATIF

---

### **Partagez votre créativité, offrez votre savoir-faire !**

Selon vos envies, venez échanger vos compétences et partager vos idées créatives en couture, tricot, objets de décoration autour d'une tasse de café ou d'un mug de thé. Vous pourrez également apprendre à réaliser un masque en tissu avec et sans machine à coudre.

 *Tous les mardis, à partir de 14h00*

## LA P'TITE PAUSE

---

### **Rejoignez cet espace d'expression libre !**

Un lieu et un moment ouverts à tous où chacun peut se rencontrer et discuter autour d'un café.

 *Tous les jeudis, de 9h30 à 11h30*

## LES RENDEZ-VOUS DES VACANCES

---

### **Repas et plus si affinités !**

Venez avec votre pique-nique, nous vous offrons l'apéritif, le café en toute convivialité !

 *Tous les vendredis, à partir de 12h00*

## BARBECUE, JEUX ET HISTOIRES DRÔLES

---

### **Retrouvons-nous autour de grillades !**

Barbecue à disposition pour faire cuire vos grillades «contre une histoire drôle». nous nous occupons de l'apéritif, du café et de la bonne humeur !

 *Mardi 21 juillet, de 19h00 à 23h00*



### **Centre social La Chrysalide**

13 rue des Écoles à Vineuil

02 54 45 54 70

service.animation@ciasdublaisois.fr

**Horaires d'été :**

du lundi au vendredi,

de 14h00 à 18h00

# JEUX

## LA LUDO-À-EMPORTER

---

### **Jouez à volonté, chez vous!**

Venez emprunter jusqu'à 3 jeux pour vivre des moments de complicité et de convivialité en famille.

Adhésion annuelle : ● 3 € | ● 6 € | ● 12 € | ● 14 € (selon situation)



Tous les vendredis, de 16h30 à 18h00

## CHRYSLIDE SPEED RACE

---

### **Pilotez votre bolide à la force de l'index et devenez le champion de l'été !**

Course de voitures sur circuit électrique. À partir de 8 ans.



Mercredi 22 juillet, de 14h00 à 17h00

## TOURNOI DE FLÉCHETTES

---

### **L'été, en plein dans le mille !**

En famille, entre amis ou en individuel, venez vous challenger ! À partir de 8 ans.



Mardi 28 juillet, de 14h00 à 17h00

## À VOUS LA RÉPLIQUE ! QUIZZ

---

### **Connaissez-vous vraiment les répliques cultes du cinéma français et américain ?**

Ne ratez pas la séance pour le savoir !



Jeudi 30 juillet, de 14h00 à 17h00



**Toutes les animations sont gratuites**

**et sur inscription,**

**SAUF** «LE CAF'THÉ CRÉATIF»,

«LA P'TITE PAUSE»,

«LA LUDO-À-EMPORTER»

ET LES EXPOSITIONS.

# DÉCOUVERTE

## ZOOM SUR LA POLICE SCIENTIFIQUE

---

**Découvrez les techniques d'enquête utilisées par la police scientifique !**

#EXPOSITION

 du 20 au 31 juillet

#ATELIER «ENQUÊTE»

 Jeudi 23 et mercredi 29 juillet, de 14h30 à 16h30

## EXPOSITION PHOTOGRAPHIQUE DE GUILLAUME DECLERCK

---

**La beauté des fleurs, en toute intimité ! - Macrophotographie**

+ Vernissage mardi 4 août, à 17h00.

 Du 3 au 28 août

## LA NUIT DES ÉTOILES

---

**Une soirée d'été, la tête dans les étoiles !**

Rendez-vous à 20h à l'**Observatoire de Pruniers en Sologne**.

Prévoir pique-nique et couverture. À partir de 5 ans.

 Vendredi 7 ou samedi 8 août (selon météo)

# CRÉATION

## LA BULLE CRÉATIVE ET ARTISTIQUE

---

**Exprimez vos émotions par la création !**

 Jeudis 2, 9 et 16 juillet,  
de 15h00 à 16h30

## LAND ART

---

**Créatifs par nature !**

En famille, venez créer des œuvres d'art éphémères à partir d'éléments naturels (branches, feuilles, galets, écorces...) trouvés dans la nature.

 Mercredi 8 juillet,  
de 14h00 à 17h00

# BIEN-ÊTRE & DÉTENTE

## ATELIER DO IN

---

### Réveillez votre corps !

Venez découvrir avec vos enfants et petits enfants cette discipline japonaise issue de la médecine traditionnelle chinoise ! Petits exercices ludiques d'automassage, d'étirements et de respiration.

#EN FAMILLE  *Mardis 4, 11, 18 et 25 août, de 10h30 à 11h30, Parc de la Fosse Carrée à Vineuil*

#POUR TOUS  *Jeudis 6, 13, 20 et 27 août, de 10h30 à 11h30, Parc de la Fosse Carrée à Vineuil*

## LA PETITE BALADE

---

### À la découverte de Vineuil ... en marchant !

Balade d'environ 1 heure, au départ du centre social La Chrysalide.

 *Mercredis 5, 12, 19 et 26 août, de 9h00 à 10h00*

## SOPHRO NATURE

---

### Reconnectez-vous à l'essentiel !

Venez découvrir en milieu naturel quelques outils de la sophrologie que vous pourrez utiliser dans votre quotidien pour apprendre à gérer votre stress et vous reconnecter avec les sensations corporelles.

 *Jeudi 6 août, de 18h30 à 20h00, Parc de la Fosse Carrée à Vineuil*

## INITIATION À LA SYLVOTHÉRAPIE

---

### Énergie, grandeur nature !

Vivez un pur moment de bien-être, en vous réénergisant au contact des arbres et en éveillant vos sens.

 *Jeudi 13 août, de 18h30 à 20h00,  
Forêt de Saint-Gervais-La Forêt*

## RANDONNÉE PÉDESTRE

---

### Découvrez le territoire et

### détendez-vous en marchant.

Randonnée de 2 heures, autour de Blois.

 *Jeudi 27 août,  
de 18h30 à 20h00*

#### CIAS DU BLAISOIS

4 rue des Cordeliers - Blois  
02 54 57 41 20 - [www.ciasdublaisois.fr](http://www.ciasdublaisois.fr)

CRÉATION ET MISE EN PAGE : Solange GLEIZES  
IMPRESSION : Rollin imprimerie - 2 000 exemplaires  
CREDITS PHOTOS : Karl Fredrickson | Adobe Stock  
DÉPÔT LÉGAL : juin 2020