

LE COLLECTIF BÉNÉVOLE POUR ACCOMPAGNER LES AÎNÉS

Appel aux volontaires

Créé en octobre dernier par le CCAS, le centre hospitalier et le CIAS du grand Saumurois, le collectif de bénévoles réunit aujourd'hui sept personnes engagées auprès des aînés de Doué-en-Anjou.

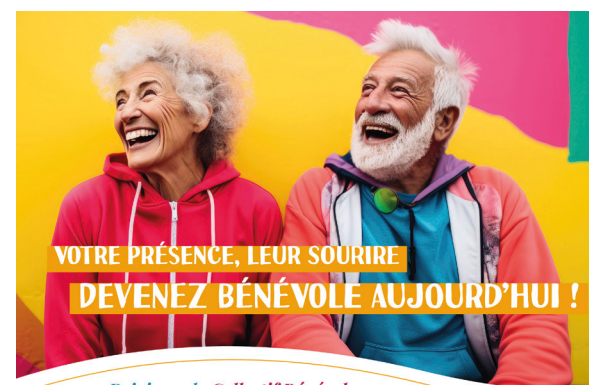
Selon leurs disponibilités, elles participent à des temps d'animation aux côtés des animatrices des structures ou rendent visite aux aînés à leurs domiciles pour offrir une présence et un moment d'échange.

Le 1^{er} octobre, les bénévoles bénéficieront d'une journée d'information sur les pathologies liées au vieillissement par le Centre Hospitalier et d'une présentation d'outils d'animation par Malakoff Humanis.

Pour compléter l'équipe, le collectif recherche d'autres bénévoles pour faire partie du groupe et partager des moments conviviaux avec les aînés et les bénévoles.

Pour rejoindre le collectif, contactez le CCAS.

 **INSCRIPTION : CCAS** | 02.41.83.98.46
accueil-ccas@doue-en-anjou.fr



**VOTRE PRÉSENCE, LEUR SOURIRE
DEVENEZ BÉNÉVOLE AUJOURD'HUI !**

*Rejoignez le Collectif Bénévoles
de Doué-en-Anjou pour apporter
des couleurs à la vie des aînés
qui ont tant à partager.*

Pourquoi devenir bénévole ?

- Partager des moments de convivialité et de rencontres,
- transmettre votre bonne humeur,
- se sentir utile en contribuant au bien-être chez les autres,
- participer au dynamisme de la vie locale.

Comment aider le collectif ?

- Visites amicales à domicile,
- participations aux sorties et animations pour les aînés.

Le collectif bénévoles porté par le CCAS, le Centre hospitalier et le CIAS Saumur Val de Loire vous attend !

Nous avons besoin de vous !
CCAS de Doué-en-Anjou
02 41 83 98 46 - accueil-ccas@doue-en-anjou.fr



LES ACTUS DU CENTRE SOCIOCULTUREL DU DOUESSIN

BIENVENUE À LA RETRAITE

Vous êtes récemment retraité ou vous préparez votre départ à la retraite ?

Le programme « Bienvenue à la retraite », organisé tous les jeudis du mois d'octobre, en partenariat avec l'Association de Santé d'Éducation et de Prévention sur les Territoires Pays de la Loire, vous accompagne pour aborder cette nouvelle étape avec sérénité et dynamisme.

Au fil de plusieurs séances, les participants échangent autour de thématiques telles que : démarches administratives et financières, bien-être, organisation de son temps, maintien d'une vie sociale active, santé, loisirs, projets personnels ou encore engagement bénévole.

Des activités ludiques, des ateliers participatifs et des temps de partage permettent à chacun de réfléchir à ses envies et de construire un quotidien épanouissant.

Programme définitif transmis prochainement.

RENDEZ-VOUS DES HABITANTS

Les inscriptions au programme « Les rendez-vous des habitants » auront lieu le jeudi 10 septembre à partir de 9h30 au centre socioculturel.

 **INFORMATION : Centre socioculturel du Douessin** | 5 place Justice de Paix
02.41.59.77.09

LA LETTRE DU CCAS AUX AÎNÉS



> SEPTEMBRE 2026 • N° 28

WWW.DOUE-EN-ANJOU.FR

ÉDITO : AGIR ENSEMBLE POUR BIEN VIEILLIR

Bien vieillir, c'est pouvoir continuer à vivre pleinement, en restant acteur de sa vie, entouré et accompagné lorsque cela est nécessaire. C'est l'ambition que porte la nouvelle équipe municipale.

Favoriser les rencontres, encourager les moments de partage, développer des actions pour vous accompagner au quotidien et proposer des solutions d'habitat adaptées afin de vivre en toute sécurité : tels sont les engagements que nous souhaitons concrétiser à Doué-en-Anjou.

Ces actions seront menées par le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS), en

partenariat avec les associations, les institutions et les acteurs locaux. Ensemble, nous voulons construire une politique de proximité, attentive aux besoins de chacun.

Bien vivre à Doué-en-Anjou, c'est faire vivre les valeurs de solidarité, de bienveillance et de lien entre les générations, dans chacune de nos communes déléguées.

Continuons ensemble à faire de Doué-en-Anjou une commune où il fait bon vivre, à tout âge.

Bruno Cheptou, Maire de Doué-en-Anjou
Amélie Chaudet, Adjointe aux affaires sociales

EXPOSITION « AU COIN DE LA RUE » AU CENTRE HOSPITALIER

- Gratuit - Du 28 septembre au 16 octobre en accès libre de 9h30 à 16h30

Grâce au partenariat entre les services patrimoine et archives, le CCAS de Doué-en-Anjou et le Centre Hospitalier, les Douessins pourront découvrir ou redécouvrir l'exposition des noms de rues au sein du Centre Hospitalier. L'occasion d'en faire un lieu d'échange et d'accueil d'événements.

 **EXPOSITION : Centre hospitalier** résidence du Petit Bois, 30ter rue St François

GOÛTER DANSANT AVEC LE CIAS SAUMUR VAL DE LOIRE

- Gratuit - Jeudi 5 novembre de 14h30 à 17h30 salle des fêtes de Douces

Un grand temps fort à destination des personnes âgées et de leurs aidants.

 **INSCRIPTION : CIAS/CLIC** |
02.41.83.22.20

MARCHÉ DE NOËL DU CENTRE HOSPITALIER

Le marché de Noël aura lieu samedi 28 novembre de 14h à 17h au sein de la Résidence du Petit Bois. Une dizaine d'exposants seront présents : vêtements, bijoux, miel, couture, chocolats, etc. L'occasion également de déguster des crêpes et de participer à une tombola !

 **INFORMATION : Centre hospitalier**
30ter rue St François | 02.41.83.46.10

LE DEUIL BLANC, COMPRENDRE UNE PERTE INVISIBLE UNE CONFÉRENCE POUR EN PARLER

- **Gratuit** - **Jeudi 17 septembre** de 14h15 à 16h15 maison de quartier de Soulangier, 86 rue René Gaudicheau

Votre proche n'est plus vraiment le même ?

Le deuil blanc, c'est cette perte ressentie lorsqu'un proche, un parent est touché par une maladie mentale (Alzheimer ou autre) et qu'il n'a plus la même présence mentale ou affective que par le passé.

Pour le proche, il s'agit parfois de devoir renoncer à ses plans d'avenir avec l'être cher, de perdre la qualité des échanges et de se retrouver seul à assumer les responsabilités de la vie commune.

Face à cela, vous ressentez des émotions, du chagrin ou encore de la culpabilité : vous êtes en deuil blanc.

INFORMATION :
Plateforme des aidants Accord'âges
02.41.89.55.10

UN MOMENT POUR LES AIDANTS ACCOMPAGNÉS DE LEUR PROCHE AIDÉ

- **Gratuit** -

Accord'âges accueille les aidants et leur proche aidé lors de temps dédiés.

Christelle Horreau, propose aux aidants un temps de détente et de relaxation afin d'apprendre à connaître et gérer ses émotions pour mieux savoir les contrôler.

Pendant ce temps, la personne aidée est accueillie dans une salle voisine par des professionnels (assistant de soins en gérontologie, infirmière) qui lui proposent une activité adaptée.

Au centre hospitalier, résidence du petit bois, 30 ter rue St François **les mardis 6 septembre, 6 octobre, 3 novembre et 1^{er} décembre** de 14h30 à 16h.

INSCRIPTION : Accord'âge | 02.41.89.55.10
coordination@accord-ages.fr

LES RENDEZ-VOUS DES AIDANTS

- **Gratuit** -

Vous accompagnez un proche âgé, malade ou en situation de handicap ? Les Rendez-vous des aidants proposent des temps d'échange, d'écoute et de soutien animés par une psychologue et une coordinatrice du CLIC Saumur Val de Loire.

Prochains rendez-vous à Doué-en-Anjou : **mercredis 9 septembre, 21 octobre et 9 décembre** de 14h30 à 16h30 salle Saint-Jean

INSCRIPTION :
CIAS/CLIC | 02.41.83.22.20

DE NOUVEAUX ATELIERS POUR PRENDRE SOIN DE SOI

- **Gratuit** - 12 séances **du 7 septembre au 7 décembre**

Le CCAS propose un nouveau programme « prenons l'âge du bon côté » mis en place par la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie. Ce programme est animé par des professionnelles de l'activité physique, de la diététique-nutrition et de la prévention santé spécialement formées.

Il est composé de 12 séances, à raison d'une par semaine à partir du 7 septembre. Le programme comprend des activités physiques adaptées et des ateliers alimentation qui alterneront entre séances collectives et séances individuelles afin de mieux évaluer vos besoins particuliers. Des outils sont remis aux participants leur permettant par la suite de réaliser ces séances en toute autonomie.

INSCRIPTION : CCAS
1 place Justice de Paix | 02.41.83.98.46

LES ATELIERS SOPHROLOGIE AVEC LE CCAS

- **3€ la séance** -

Les ateliers sophrologie proposés par le CCAS sont poursuivis en septembre.

La sophrologie permet en effet de réduire les tensions et de réduire le stress en utilisant la respiration, le mouvement et la visualisation positive. Différentes techniques de relaxation seront proposées pour améliorer son bien-être au quotidien.

En plus de Doué-la-Fontaine, un atelier sera proposé à Concourson-sur-Layon.

Les ateliers auront lieu :

les vendredis des semaines paires, salle St Jean à Doué-la-Fontaine à 14h00

les vendredis des semaines impaires, petite salle à côté de la salle des fêtes à Concourson-sur-Layon à 14h30

Les inscriptions pour les séances de septembre à décembre auront lieu au CCAS de Doué-en-Anjou. L'inscription pourra se faire pour une séance, plusieurs ou l'ensemble du trimestre.

INSCRIPTION : CCAS
1 place Justice de Paix | 02.41.83.98.46

