

Septembre
2026

LE BAZOIS

Centre Social

MAG



Réalisation d'un graffiti par les ados et l'artiste Damien TISSIER
avec l'aide des Agents du Service Intercommunal d'Insertion
visible sur le local du S2I à Tamnay-en-Bazois
sur l'axe Château-Chinon - Nevers



Merci à la CCBLM
d'avoir rendu possible ce beau projet !

Centre Social

1 Bis rue de la Picherotte – 58110 Châtillon-en-Bazois

Du lundi au vendredi

De 9h00 - 12h15 à 13h30 – 17h00

Tél : 03.86.84.19.00



du Bazois



<http://csbazois.org>

Mail : contact@csbazois.org

EDITO

Bonjour à toutes et à tous,

A l'heure où nous écrivons ces lignes, le feu ravage encore une partie de la France, ayons donc une sincère pensée pour toutes les victimes de ce drame absolu. La solidarité des populations concernées montre combien le "vivre ensemble" est essentiel et mérite d'être encouragé.

Cet été caniculaire risque de se répéter et les conséquences aussi. Le Centre écrit donc son nouveau projet social, dans la poursuite du précédent, autour du développement durable. Notre avenir à tous est lié au changement de nos comportements envers la nature, base de la vie sur la planète.

Les enfants profitent encore de leurs vacances au sein du centre et en dehors : voyage en Italie, séjour à Vichy, baignade à Montapas, projet cabanes dans le jardin du Centre Social etc. Merci aux bénévoles encore impliqués cet été.

Les différentes activités pour la saison 2026/2027 redémarrent. Les problèmes techniques de l'espace aquatique sont en voie de résolution, l'embauche d'un maître-nageur reste d'actualité et nous avons bon espoir d'y tremper les pieds au printemps 2027.

Un nouveau conseil d'administration a été élu lors de la dernière AG, félicitations aux nouveaux membres. Son programme reste le même : modernisation, transparence de la gouvernance et maîtrise du budget malgré une baisse conséquente et continue des financements.

Cet été, nos collaboratrices(teurs) des différents services assurent leurs missions dans des conditions difficiles, nous les remercions pour leur dévouement et professionnalisme.

Bonne rentrée à tous, prenez soin de vous et prenons soin les uns des autres.



Anicet CHARPRENET Daniel RAYMOND

Sommaire

Editorial	2
Rifles	3
Membres du bureau	4
Club informatique / Résédia	5
Petite Crèche	6
Relais Petite Enfance	7
Animation Collective Familles	8
Lieu d'Accueil Enfants Parents Ludothèque	9
Accueil Collectif de Mineurs	10-11
Service d'Aide-Soignant et d'aide à domicile Portage de repas	12-13
Prévention Collective	14
Accueil de Jour	15
Activités adultes	16-17
France Services	18
Professionnels de santé	19
Agenda	20

Conception, réalisation, rédaction :

Anicet CHARPRENET, Daniel RAYMOND, Isabelle TROUVAY, Coline PERRIOT-LARIVE, Emilie VALLOT, Nadine JUIN, Céline HERBIN, Audrey TOURTEAUCHAUX, Magnolia CREPIN, Christine SAVE, Audrey NORBLIN-LAVAUULT, Emilie RAGOUT

Création graphique et mise en page : Tiphaine GILQUIN

Impression : Imprimerie Inore Groupe Impression

Photos : Jean-Louis RAMBERT, Centre Social



du Bazois

RIFLES



DU CENTRE SOCIAL DU BAZOIS

DIMANCHE
20 SEPTEMBRE
14H30

MJC DE
CHÂTILLON-EN-BAZOIS
(ACCUEIL DÈS 13H30)

RÉSERVATION POSSIBLE AU 03.86.84.19.00

BONS D'ACHAT :
50 € - 80 € - 100 €
150 € - 200 € - 300 €

Salon de jardin
Machine à glace
Poubelles garnies
Jambons / rosettes
...

Et de nombreux
autres lots !!

**CARTE CADEAU
D'UNE VALEUR
DE 500 €**

**Buvette
et Petite Restauration**

3 PARTIES GRATUITES
1.50 € LES 3 CARTES



Pour tous les usagers du service d'aide et de soins à domicile,
un transport peut être organisé pour profiter de cet après-midi



LES MEMBRES DU BUREAU



Co-Président

Anicet CHARPRENET



Co-Président

Daniel RAYMOND



1er Vice-Président

Michel MARIE



2ème Vice-Président

Christian RENARD



3ème Vice-Présidente

Patricia MICHEL



Trésorière

Dominique JOYEUX



Trésorier Adjoint

Sylvain BONNODOT



Secrétaire

Virginie MICHON



Secrétaire Adjoint

Jean-Louis RAMBERT



Membre

Isabelle CLOIX



Membre

Laurence SPANNAGEL



CLUB INFORMATIQUE du BAZOIS

Mardi de 16h30 à 19h
Jeudi de 17h à 19h

Maison des Générations
Salle Serge Roy

Le Club Informatique du Bazoïs reprendra ses cours
à partir du Jeudi 10 Septembre 2026

Il est ouvert à toutes les personnes qui souhaitent se familiariser ou enrichir leurs connaissances en informatique. Que ce soit avec un ordinateur, une tablette ou un téléphone portable, nous avons de plus en plus besoin de l'outil informatique pour effectuer nos démarches administratives.

Avec l'aide d'animateurs bénévoles et d'un conseiller numérique, différents ateliers sont proposés depuis l'initiation jusqu'à l'utilisation de logiciels spécifiques comme la transformation de photos, création de diaporamas, création de flyers (avec Canva), etc.

Renseignements :



03.86.84.19.00

Nouveau

À partir du 7 Septembre 2026, des séances d'Activité Physique Adaptée (APA) seront proposées à Châtillon-en-Bazoïs dans le cadre d'un partenariat entre le Centre Social du Bazoïs, la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé - CPTS - Morvan Santé et le réseau RÉSÉDIA.

Ces séances s'adressent notamment aux personnes souhaitant reprendre progressivement une activité physique, en particulier celles concernées par le diabète, l'obésité, l'hypertension artérielle ou une forte sédentarité.

Les séances animées par un enseignant en Activité Physique Adaptée du réseau RÉSÉDIA se dérouleront :

du 7 Septembre au 14 Décembre 2026

tous les Lundis de 11h à 12h

à la Maison de la Parentalité,

3 rue de la Picherotte à Châtillon-en-Bazoïs

Les participants seront accompagnés en petits groupes afin de favoriser une reprise adaptée, progressive et sécurisée de l'activité physique. L'objectif est de permettre à chacun de reprendre une activité physique de façon régulière et autonome, en facilitant, à la fin du programme, la poursuite de cette pratique au sein d'une association locale de gymnastique ou d'activité physique.

Modalités d'inscription :

Participation financière : 15 €

pour l'ensemble des 15 séances

(Certificat médical de non contre-indication nécessaire)

RÉSÉDIA
Réseau normand des acteurs du diabète et de l'obésité

MAISONS SPORT-SANTÉ
Envie d'Activité

Programme passerelle
Maison Sport-Santé 58

EN PARTENARIAT AVEC CPTS Morvan Santé SESA Morvan Bazoïs

LA MAISON SPORT SANTÉ 58 VOUS PROPOSE UN CYCLE D'ACCOMPAGNEMENT DE PLUSIEURS SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

"PAS À PAS, TROUVER DU PLAISIR DANS LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE!"

« L'UN DES OBJECTIFS DES SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE EST D'ACCOMPAGNER PROGRESSIVEMENT LES PATIENTS VERS UNE ASSOCIATION LOCALE DE GYMNASTIQUE OU D'ACTIVITÉ PHYSIQUE, AFIN QU'ILS PUISSENT POURSUIVRE UNE PRATIQUE RÉGULIÈRE ET MAINTENIR DURABLEMENT LES BÉNÉFICES ACQUIS. »

JOUR : LES LUNDIS
LIEU : CHÂTILLON-EN-BAZOIS
(CENTRE SOCIAL DU BAZOIS)
HORAIRE : 11H-12H
DE SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2026

CYCLE DE 15 SÉANCES
15€

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE AU 03.86.36.59.74

www:// RÉSÉDIA, MAISON SPORT SANTÉ

ars L'Assurance Maladie MINISTÈRE DES SPORTS, DE LA JEUNESSE ET DE LA VIE ASSOCIATIVE

Inscription :



03.86.36.59.74

La Maison de la Petite Enfance
située à

ALLUY

Jours et horaires d'ouverture :
7h30- 18h30 du Lundi au Vendredi

Mission principale :

Offrir les conditions propices à l'éveil et à la socialisation du jeune enfant de 3 mois à 3 ans

Public accueilli :

Les enfants dont les parents travaillent ou résident sur le territoire de la CCBLM en priorité

Equipe composée de
5 professionnelles de la petite enfance

**Inscription sur RDV avec la directrice,
Mme HERBIN :**
03.86.78.14.89 ou par mail
celine.herbin@csbazois.org

Des places sont disponibles en **accueil occasionnel**.

Ce mode d'accueil permet d'accueillir votre enfant de manière ponctuelle, selon les disponibilités liées aux absences d'autres enfants (maladie, congés, emplois du temps variable...). Ainsi, une place peut se libérer à court terme, et vous être proposée, parfois dès la veille pour le lendemain.

Si ce type d'accueil peut répondre à vos besoins, n'hésitez pas à prendre contact avec la directrice de la petite crèche.

Fête de Noël

Jeudi 17 Décembre

Pour l'ensemble des usagers des services petite enfance, avec la venue d'une troupe qui proposera un spectacle !

Les activités et animations ... à venir !

La poursuite des différents ateliers, de manière régulière : modelage, musique, motricité et livres. Les ateliers avec des intervenants permettent aux enfants de s'ouvrir à d'autres propositions, de faire d'autres découvertes.

Les temps festifs avec le RPE, tels qu'Halloween et la fête de Noël.



Bilan des actions réalisées depuis Janvier 2026

Nous proposons **des ateliers créatifs avec des intervenants extérieurs**, modelage avec de l'argile, des séances de psychomotricité, des temps autour du livre et de l'éveil musical. Chaque intervenant fait une proposition d'atelier aux enfants qui ont, ainsi, la possibilité de faire des découvertes dans différents domaines.

Toutes les activités du quotidien de la crèche, proposées par l'équipe éducative : peinture, pâte à modeler, transvasement, parcours de motricité, petits bricolages en fonction des saisons, cuisine, jeux d'eau ...

Les moments festifs avec les familles, la chasse aux œufs, Carnaval ou encore la Kermesse sur le thème du cirque avec un intervenant clown.

Le temps passerelle avec l'école d'Alluy, afin de proposer un temps d'adaptation pour permettre aux enfants de découvrir leur future école.

Les temps de partage, tels que la chasse aux petites bêtes qui s'est faite en partenariat avec le RPE et l'école maternelle d'Alluy. Ce fut l'occasion de partir à la découverte des insectes tous ensemble, dans la cour de la Maison de la Petite Enfance.

Une sortie au Dojo de la MJC, pour faire des explorations motrices avec les familles et les assistantes maternelles qui fréquentent le RPE.



L'AUTOMNE AU RPE



Retrouvons-nous le jeudi de 9h30 à 11h30, à la
Maison de la Parentalité

SEPTEMBRE



10 : Retrouvailles
17 : Sable au jardin
24 : Pomme de rainette et
pomme d'api (collage)

Lundi 14 : Bouge ton corps au Dojo



OCTOBRE

01 : Eveil musical avec Nadine Perette
08 : Atelier argile avec Natalia
15 : Karine de la Bibliothèque est chez nous !
22 : "On déchire" (papier déchiré)
29 : BOO ! jolie chauve souris, petit bricolage
d'Halloween ou animation avec la crèche
d'Alluy

Lundi 05 : Bouge ton corps au Dojo



IPMS : NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

Les Jeudis de 9h30 à 11h30 à La Maison de la Parentalité

Le RPE est ouvert aux assistantes
maternelles, parents, grands-parents,
où dans un lieu sécurisé, les tout-
petits sont invités à vivre de nouvelles
aventures. Chacun peut profiter d'un
moment agréable.

De nombreux ateliers sont proposés :
peinture, collage, motricité au dojo,
éveil musical, cuisine, balades...

Et pour vous accompagner au mieux, le
responsable du RPE est également disponible, sur
rendez-vous, pour répondre à toutes vos
questions concernant l'emploi d'une assistante
maternelle : conseils, liste pour vos recherches,
informations pratiques... un soutien personnalisé
pour vous guider sereinement dans votre rôle
d'employeur.

Relais
Petite Enfance

Partenariat RPE :

Mairie
de Châtillon-en-Bazois

Médiathèque
de Châtillon-en-Bazois

Petite Crèche d'Alluy

Ecole Maternelle d'Alluy

Club de Judo



Eveil musical



Transvasement



**Bouge ton
corps au dojo**



Atelier peinture



**Chasse aux
petites bêtes**

Soirée Solidaire

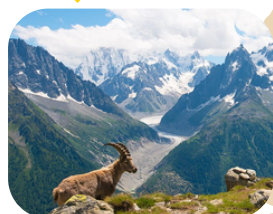


Samedi 10 Octobre 2026
à partir de 19h30
à la MJC de Châtillon-en-Bazois

Tartiflette et soirée dansante

**AU PROFIT DU
WEEK-END EN FAMILLE
À CHAMONIX**

DU SAMEDI 15 AU LUNDI 17 MAI 2027



Menu

Apéritif
Tartiflette / Salade
Dessert
Café

Fait par
le Cochon Nivernais

Adultes 20 €
4-12 ans 12 €
- 3 ans gratuit

Place limitée réservation
obligatoire avant le
27 Septembre 2026

06.69.40.67.03
ou
06.83.16.29.17

Partenaires
Event' Génie
Jenif' Hair Coiffure

Si vous aussi, vous souhaitez participer
à l'aventure et à ce prochain séjour



Rendez-vous
à la Maison de la Parentalité
le Lundi 28 Septembre à 18h30

Quelques photos des actions familles !

Partenariat jeux avec l'école d'Alluy, soirée jeux en famille, bouge ton corps en famille au dojo, comptines pleine de signes, deux familles organisatrices du vide grenier, atelier réflexologie au service des familles, espace familles lors de l'AG ...





Respirer et prendre du temps pour moi

LES ENFANTS PEUVENT ÊTRE ACCUEILLIS
À LA MAISON DE LA PARENTALITÉ
15 MIN AVANT L'ATELIER

SOPHROMAG (avec Magali sophrologue)
À la Maison des Générations

- Faire une pause pour soi
Samedi 26 Septembre de 10h à 12h
- Renforcer ma confiance parentale
Samedi 28 Novembre de 10h à 12h
- Créer un bien-être parental
Samedi 12 Décembre de 10h à 12h



ATELIER EN FAMILLE

"DU TEMPS POUR NOUS"

Atelier parents/enfants (à partir de 5 ans)



Samedi 10 Octobre
De 10h à 12h



à la Maison de la Parentalité

Atelier Céramique animé par
Naïs Miss Terres céramiste

Ateliers en familles à venir

Atelier de Noël

Samedi 19 Décembre
de 10h à 12h
à la Maison de la Parentalité



Bougies et mobiles qui sentent
bon Noël



Animation
Collective
Familles



LAEP

Lieu d'Accueil Enfants Parents

Le paradis des petites bulles
pour les familles (parents, grands parents, ...)

Sandrine et Karine vous accueillent dans un espace de jeu, de détente et de rencontre dédié aux tout-petits de 0 à 3 ans accompagnés par les parents, grands-parents, ...

Vous habitez le Bazois, vous n'avez pas de permis, ou de véhicule pour venir ? Appelez-nous la veille, pour organiser le transport

LES MARDIS DE 09H À 11H30 À LA MAISON DE LA PARENTALITÉ

Matinée portes ouvertes
Mardi 22 Septembre
de 09h00 à 11h30
à la Maison de la Parentalité



contact@csbazois.org



03.86.84.14.89



REPRISE LE
MARDI 08 SEPTEMBRE



IPNS : NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



du Bazois



**OUVERTE
À TOUS**

LUDOTHÈQUE

Un espace de rencontre, d'échange et de partage autour des jeux et des jouets. La Ludothèque se déplacera auprès des ACM, de l'Accueil de Jour, auprès des Séniors, des écoles du TABB et de Châtillon-en-Bazois, à la Petite Crèche et la Maison de la Parentalité.

**POUR LES
PETITS ET
LES GRANDS !**

PRÊT DE JEUX POSSIBLE :

ADHÉSION ANNUELLE

13€ résidents CCBLM

18€ résidents HORS CCBLM



03.86.84.19.00

Juliette TISSIER



IPNS : NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



QUELQUES PHOTOS DE LA PREMIERE SEMAINE DE L'ÉTÉ 2026



**Jeux d'eau et activités
manuelles pour les maternels**



Construction des Cabanes avec les Jardins de l'Aron pour les primaires



**Rénovation de la Crésonnière avec les Jardins
de l'Aron et activités aquatiques pour les ados**

ACCUEIL RENTRÉE SCOLAIRE 2026/2027

Accueil Collectif
de Mineurs

L'activité danse n'est pas reconduite à ce jour,
nous sommes à la recherche d'un(e) intervenant(e)

**MATERNEL
ET
PRIMAIRE**

**REPRISE
LE MERCREDI
02 SEPTEMBRE**

Mercredi

Tous les Mercredis
à l'Ecole Maternelle des Vignes
à Châtillon-en-Bazois pour les
maternels et à la Maison des
Génération pour les primaires.
Programme au trimestre avec
des Grands-Jeux, des Sorties,
des ateliers semi-directifs, ...
Repas fourni par les familles

🕒 08h-18h30 avec possibilité à 07h30 sur demande

**MATERNEL
ET
PRIMAIRE**

**REPRISE
LE MARDI
01 SEPTEMBRE**

Périscolaire

A la Maison de la Petite Enfance
à Alluy

Lundi, Mardi, Jeudi et Vendredi :
7h30 à 8h30 et 16h00 à 18h30

A l'Ecole des Vignes
à Châtillon-en-Bazois
Lundi, Mardi, Jeudi et Vendredi :
7h30 à 9h00 et 16h30 à 18h30

⚠️ Inscription obligatoire au périscolaire matin et soir

ADOS

**REPRISE
LE VENDREDI
04 SEPTEMBRE**

**Vendredis
et Samedis**

Le Vendredi des Ados
18h30 à 22h

Tous les Vendredis soirs
à la Maison des Génération
Salle ados, sortie, repas, atelier, ...

Le Samedi des Ados
1 samedi par mois

⚠️ Cotisation forfait salle ados obligatoire

**MATERNEL
ET
PRIMAIRE**

LES MERCREDIS

Anniversaire

Pour les anniversaires
forfait de 24 € + coût de la
journée d'accueil du
mercredi de l'enfant qui
fête son anniversaire

Tarif annuel du
forfait salle ados

QF < 700 € : 24 €

QF > 700 € : 29 €

Emilie VALLOT
Directrice des ACM



06.84.04.58.02



emilie.vallot@csbazois.org

Service de soins à domicile pour la réalisation d'actes de soins de nursing, réalisés par des Aides-Soignant(e)s



03.86.84.19.00



magnolia.crepin@csbazois.org



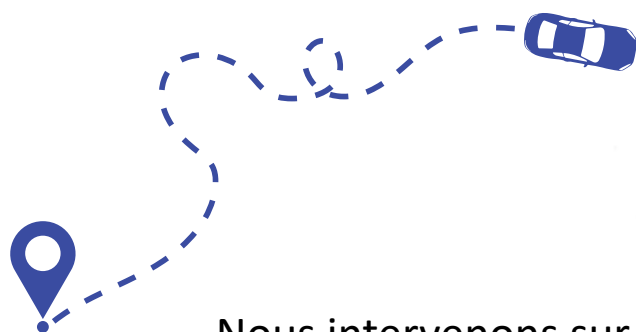
Le SSIAD intervient sur prescription médicale, prise en charge par la Caisse Primaire d'Assurance Maladie.

Nous disposons de 40 places dont 4 pour les personnes en situation de handicap.

L'équipe professionnelle a été renforcée
par deux nouvelles arrivées.
Nous leur souhaitons la bienvenue!!



Secteur d'intervention



Nous intervenons sur les
communes du canton de
Châtillon-en-Bazois
et le canton de Saint-Saulge .



Service Autonomie à Domicile (SAD Mixte)

Service
d'Aide à Domicile



Le service accompagne principalement les personnes âgées en perte d'autonomie et leurs aidants, afin de favoriser le maintien à domicile.

Le SAD mixte de Châtillon-en-Bazois est un dispositif local qui associe aide quotidienne et soins à domicile pour éviter ou retarder une entrée en établissement, en apportant une prise en charge coordonnée autour de la personne âgée ou dépendante.

- aide dans les actes de la vie quotidienne
- entretien du logement
- préparation des repas, accompagnement aux courses, rendez-vous médicaux, ...
- soutenir les proches aidants



- permettre aux personnes de rester chez elles dans de bonnes conditions
- préserver ou restaurer l'autonomie
- favoriser la coordination entre les différents intervenants impliqués auprès de la personne



christine.save@csbazois.org



03.86.84.19.00

Service Portage de Repas à Domicile

Des repas complets et équilibrés sont livrés directement au domicile des bénéficiaires les lundi, mercredi et vendredi.

Le tarif est de 14,30 € par repas.

Une aide pratique au quotidien et une présence régulière pour favoriser le maintien à domicile et lutter contre l'isolement.



audrey.lavault@csbazois.org



03.86.84.19.00



La Commission Personnes Retraitées fait partie intégrante du Centre social du Bazois. Elle est composée de bénévoles retraités, accompagnés par une animatrice référente. Ensemble, ils mettent en place des actions collectives de prévention à destination des habitants du territoire. Depuis plus de 15 ans, la commission propose des animations tout au long de l'année et contribue également aux ateliers Bons Jours. Véritable force de proposition, elle s'investit dans le développement de projets et d'initiatives favorisant le lien social, le partage et la lutte contre l'isolement.

Guinguette

Vendredi 18 Septembre à partir de 14h
avec Galina Accordéon
Au port ou à la MJC si mauvais temps
3€ adhérents - 5€ non adhérents

Journée des aidants

Vendredi 25 Septembre
au Château de la Vernée à Garchizy
de 10h30 à 17h

Un moyen de transport vous sera proposé



Semaine bleue du 5 au 9 Octobre

cinéma itinérant, atelier crochet,
intervention de la gendarmerie sur les
arnaques, journée intergénérationnelle,
après-midi jeux, sortie à Château-Chinon



Boccia

Tous les lundis
matins
(hors vacances)
animée par
handisport MJC



Atelier jeux

Le deuxième et le
quatrième lundi de
chaque mois
à la salle des projets,
participation **1.50 €**
par personne

Cabaret de Noël

Jeudi 17 Décembre
à partir de 14h
à la MJC de Châtillon-en-Bazois



Rétrospective depuis Janvier 2026



Mise en place
des ateliers **Boccia**
avec Handisport



Atelier théâtre avec les primaires et
les bénévoles, le spectacle a eu lieu
lors de l'AG du Centre Social le 20 Mai



Sortie dans le Morvan du 29 Mai :
28 personnes présentes. De très bons retours sur
cette journée très ensoleillée, enrichissante,
agréable avec de belles rencontres !

Fête du printemps du 27
Mars : 48 bénéficiaires
ont participé



Centre d'Examens de Santé
Yonne

Bilan de santé à Auxerre
12 personnes ont profité
de ces examens gratuits

L'Accueil de Jour

Accueil de Jour

L'Accueil de Jour est un lieu de vie chaleureux pour les personnes âgées en perte d'autonomie ou présentant des troubles de la mémoire. Une équipe de professionnels propose diverses activités (jeux de sociétés, activités manuelles, promenades, sorties, ...)

Des ateliers pour tous les goûts



Atelier Cuisine



Atelier Jardinage



Atelier Musique-Chant



Atelier Manuel



Les personnes âgées participent également aussi aux Ateliers Jeux organisés par la Commission Personnes Retraitées du Centre Social, ainsi qu'à l'atelier Boccia

**Vous souhaitez découvrir les Accueils de Jour de Châtillon-en-Bazois et de Saint-Honoré-Les-Bains, obtenir des renseignements ou visiter nos locaux ?
N'hésitez pas à nous contacter**



03.86.84.19.00



christine.save@csbazois.org

RENTREE
2026-2027



ACTIVITÉS

Sandie GOUSSOT

nouvelle animatrice pour les activités sportives
Nous lui souhaitons la bienvenue !



MARDI

10h15 à 11h15

Gym à intensité modérée

Activité physique sur musique pour les seniors actifs et ceux qui le sont moins, renforcement musculaire, cardio, abdos fessiers, gainage, stretch. L'activité est basée sur la pédagogie différenciée, à chacun son rythme, le tout dans la convivialité et la bonne humeur.

MJC de Châtillon-en-Bazois au Dojo



VENDREDI

14h à 15h

Acti' March'

Activité physique d'extérieur sur terrain plat non accidenté. Travail du cardio respiratoire et du renforcement musculaire personnalisé. A chacun son rythme, suivant le résultat des tests, mais basé sur la convivialité et la rencontre.

Pour être considérée comme une personne active, il faut faire 10 000 pas par jour pour un adulte et 6 000 à 9 000 pas pour un senior. Sachez que sur 1 heure, on fait 6 000 à 8 000 pas ! Cours adapté à chaque participant.

Départ de La Poste de Châtillon-en-Bazois

MARDI



09h à 10h

Gym adultes

Activité physique sur musique. Renforcement musculaire, cardio, abdos fessiers, gainage, stretching. C'est aussi un moment privilégié pour prendre soin de soi, pour décompresser dans une ambiance conviviale.

MJC de Châtillon-en-Bazois

JEUDI

19h30 à 20h30

JEUDI



10h15 à 11h15

Equilibre

Vous voulez conserver une activité physique ? Celle-ci sera adaptée à chaque personne suivant ses possibilités afin de lutter contre la sédentarité et l'isolement. Renforcement musculaire adapté, entretenir son équilibre, prévenir les chutes, jeux de mémoire, de visualisation et de réflexes, le tout dans une ambiance conviviale. Chacun fait ce qu'il peut.

MJC de Châtillon-en-Bazois au Dojo

Païement par trimestre

1 activité	42 €	3 activités	102 €
2 activités	72 €	4 activités	122 €

Païement à l'année

1 activité	115 €	3 activités	285 €
2 activités	205 €	4 activités	360 €

**Une séance
d'essai possible
par activité !**

Reprise des activités

Pour toute information :



03.86.84.19.00

ADULTES

L'activité danse n'est pas reconduite à ce jour,
nous sommes à la recherche d'un(e) intervenant(e)



LUNDI

**13h30
à
16h30**

Couture avec Mme RENARD

Venez passer un après-midi de partage et d'échanges autour de la couture, du tricot ...

1.40 € la séance

Maison des Générations
Reprise Lundi 7 Septembre

LUNDI



**19h
à
20h30**

Remise en forme - Musculation avec l'ADESS 58

Vous souhaitez pratiquer une activité physique ?

Venez nous rejoindre pour décompresser dans la bonne humeur.

Au programme : du renforcement musculaire et du cardio.

Tarif en fonction du nombre de participants

Salle de la Mairie rue Adrien Laurent
Reprise Lundi 7 Septembre

MERCREDI



**18h15
à
19h15**

TAO YIN - YOGA Chinois avec Mme PAVLISTA

Les exercices de Tao Yin se déroulent essentiellement en position assise ou couchée, favorisant ainsi une meilleure détente au niveau des articulations et des muscles de la colonne vertébrale. Cette profonde détente, associée à une respiration consciente, permet de libérer les tensions et de revitaliser les zones du corps fatiguées ou affaiblies. Une attention particulière est donnée aux muscles du périnée, afin d'entretenir le tonus et la souplesse des muscles du plancher pelvien. Ceci est un précieux atout pour prévenir les fuites urinaires.

Le Tao Yin est une pratique accessible à tous, pensez à vous munir d'un tapis de gymnastique.

Tarif en fonction du nombre de participants

MJC de Châtillon-en-Bazois au Dojo
Reprise Mercredi 09 Septembre



JEUDI



**14h30
à
16h30**

Dessin - Peinture avec Mme VILLANUEVA

Venez découvrir l'atelier d'arts plastiques avec le groupe dynamique et créatif. Que vous soyez débutants ou confirmés, que vous aimiez le figuratif ou bien l'abstrait, avec des conseils avisés, Isabelle s'adapte à votre niveau. Votre médium (crayons, aquarelles, acrylique, huile etc...) vous aide à progresser ou à évoluer à votre rythme dans la bonne humeur et la bienveillance.

12.50 € la séance

Salle d'activités adultes à la Maison des Générations
Reprise le Jeudi 10 Septembre



Semaine du 07 Septembre



contact@csbazois.org



Un ordinateur est
disponible
en accès-libre

Jeudi 08 Octobre
08h à 12h

Marché de Châtillon-en-Bazois
Place Pierre Saury

Journées

Portes

Ouvertes

**Venez
à notre rencontre
et échangeons
ensemble !**

Jeudi 15 Octobre
09h à 12h

Présence lors du
Relais Petite Enfance
à la Maison de la Parentalité

Nous vous accompagnons dans la réalisation de vos démarches administratives



Lundi : 09h à 12h – 14h à 17h
Mardi : 09h à 12h – 14h à 17h
Mercredi : 09h à 12h
Jeudi : 09h à 12h – 14h à 17h
Vendredi : 09h à 12h



03.86.84.19.00



franceservices@csbazois.org

Professionnels de santé exerçant à la Maison de Santé de Châtillon-en-Bazois

Médecin généraliste

Dr HESSEL Natascha

Consultation du Lundi au Jeudi et 1 Samedi par mois
09h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Prise de rendez-vous auprès du secrétariat

Lundi, Mardi, Mercredi et Jeudi

09h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

 09.67.47.64.17

Psychologue clinicienne Psychothérapeute

Mme RIVIER Elodie

*Prise de rendez-vous par mail, sur Doctolib ou sur
psychologue.rivier@gmail.com*

 06.29.87.36.87

Cabinet Infirmier

Mme GIRAUD Stéphanie et Mme DROIN Emilie

Tous les Jours sur rendez-vous

Prise de rendez-vous au

 03.86.76.06.35

Sage-femme

Mme QUINIOU Anne-Cécile

Consultations du Lundi au Vendredi,
créneaux variables entre 8h00 et 20h00

Permanence un samedi matin par mois,
réservée aux patientes déjà connues

Visites à domicile selon les besoins des patientes

Prise de rendez-vous sur Doctolib ou au

 06.38.84.89.80

Nouveau

Masseuse-kinésithérapeute

En Septembre 2026
Informations à venir

Vacation médicale ponctuelle

Afin de contribuer au maintien de l'accès aux soins sur le territoire, le Dr DAUTHIEUX Camille, médecin généraliste, a effectué une vacation de deux semaines, du 3 au 14 août 2026.

Cette intervention s'inscrit dans le cadre du dispositif « Médecin solidaire », issu du pacte de lutte contre les déserts médicaux. Ce dispositif vise à renforcer l'offre de soins dans les territoires identifiés comme prioritaires en favorisant une solidarité médicale territoriale.

Cette présence ponctuelle a permis de renforcer l'offre médicale de la MSP et de faciliter la prise en charge des patients durant cette période.

Nouveau

Cabinet Infirmier

Mme CHEMIN Céline et Mme TACYKIEWICZ Christel

Tous les Jours sur rendez-vous

Prise de rendez-vous au

 03.86.76.53.47

Nouveau

Diététicienne-nutritionniste du réseau RÉSÉDIA

Mme ROUSSEAU Hélène

1 Lundi ou Mardi par mois

Prise de rendez-vous au

 06.98.92.28.84

Nouveau

Ostéopathe

M. BAFFET Badis

À partir de début Octobre 2026

Consultation du Lundi au Vendredi

09h00 à 19h

Prise de rendez-vous au

 06.48.79.76.33

AGENDA DES ÉVÉNEMENTS

Septembre



- Lundi 7** Séance d'Activité Physique Adaptée
Reprise des Activités Adultes
- Mardi 08** Reprise du LAEP
- Jeudi 10** Reprise du Club Informatique
RPE - Retrouvailles
- Lundi 14** RPE - Bouge ton corps au Dojo
- Jeudi 17** RPE - Sable au jardin
- Vendredi 18** Prévention Collective - Guinguette
- Dimanche 20** Rifles
- Mardi 22** LAEP Portes ouvertes
- Jeudi 24** RPE - Pomme de rainette et pomme d'api (collage)
- Vendredi 25** Journée des Aidants
- Samedi 26** Animation Collective Familles - Sophromag

Octobre



- RPE - Eveil musical avec Nadine Perette **Jeudi 1er**
- RPE - Bouge ton corps au Dojo **Lundi 5**
- Semaine Bleue **Lundi 5 au Vendredi 9**
- RPE - Atelier argile avec Natalia **Jeudi 8**
- Journée Portes Ouvertes France Services **Samedi 10**
- Animation Collective Familles - Soirée solidaire **Jeudi 15**
- Animation Collective Familles - Atelier en Famille **Jeudi 22**
- RPE - Karine de la Bibliothèque est chez nous ! **Jeudi 29**
- Journée Portes Ouvertes France Services
- RPE - "On déchire" (papier déchiré)
- RPE - BOO ! Jolie chauve souris, petit bricolage d'Halloween

Novembre



- Samedi 28** Animation Collective Familles - Sophromag

- Animation Collective - Familles Sophromag **Samedi 12**

- Cabaret De Noël **Jeudi 17**

- Petite Crèche - Fête de Noël **Samedi 19**

- Animation Collective Familles - Atelier de Noël

Décembre



- Samedi 15 au Lundi 17 Mai** Week-End Familles Chamonix

2027

A bientôt dans le prochain Bazoïs !

