

EMPLOI

■ Assistante maternelle agréée à Créon, reste une place en semaine le lundi, mardi, jeudi et vendredi sauf vacances scolaires. Tél. : **07 85 98 72 87**.

VENTE

■ Espace 5 2015, 6 705km, 1^{ère} main, boîte automatique, blanc nacré, toutes options, pack techno, se gare seule et toit panoramique. Prix 27 000€. Tél. : **06 18 61 67 12**.

■ Vélo de course (Peugeot) en très bon état, 3 plateaux, 8 vitesses pignon. Prix : 350€ (à débattre) • VTT homme, très peu servi, vitesses aux poignées. Prix : 200€ (à débattre). Tél. : **06 07 06 67 30**.

■ Canapé + 2 fauteuils en cuir marron, 500€ (à débattre). Tél. : **06 79 26 89 52**.

■ Vélo d'appartement noir et blanc, taille moyenne, à 30€. Tél. : **06 17 08 04 53**.

RECHERCHE

■ Buffet bas couleur merisier ou

autre marron foncé de 1m45 maximum en longueur, profondeur de 30 à 40cm et hauteur 1m maximum Tél. **06 71 06 09 66** (laisser message).

LOCATION

■ Centre de Créon, maison mitoyenne, T4, 90 m², à vocation sociale, entièrement rénovée. Jardin et chai indépendants. Tél. : **06 75 53 61 50**.

■ Libre au 1^{er} juillet dans le centre de Créon, maison de caractère avec 4 chambres, salle à manger de 40 m², cuisine, cellier cave et jardinet. Loyer 1 050€ + 30€ ordures ménagères. Tél. : **06 59 10 33 76**.

CRÉON

H E B D O
V O T R E H E B D O M A D A I R E D E P R O X I M I T É



1757
VENDREDI
19 AVRIL 2019

ATELIERS VITALITÉ : DEVENEZ ACTEUR DE VOTRE SANTÉ

L'ASEPT Gironde, en partenariat avec le CCAS de la ville de Créon, propose aux seniors : « Un atelier Vitalité » **tous les mercredis de 14h30 à 17h du 15 mai 2019 au 19 juin 2019** à la Salle Bertal (11 rue du Docteur Fauché à Créon). Une bonne santé pour mieux vieillir : les ateliers ont pour objectif d'informer les seniors sur les « clés » du bien vieillir, tout en les aidant à adopter des comportements sains au quotidien.

L'atelier Vitalité, tout en donnant envie de changer de comportement, permet d'aborder les moyens d'agir soi-même au bénéfice de sa santé et ainsi répondre aux questions : « Que pouvons-nous faire pour notre santé et comment le faire ? ». Des conseils simples et pratiques sont présentés selon une méthode interactive, conjuguant contenu scientifique, animation et convivialité. Le cycle d'ateliers se déroule en 6 séances, à raison d'une séance de 2h30 par semaine, par petits groupes

Le programme : chaque séance hebdomadaire est organisée autour d'un thème particulier :

- « Mon âge face aux idées reçues » : Comment appréhender positivement cette nouvelle étape dans sa vie.
- « Ma santé : agir quand il est temps » : Les indispensables pour préserver sa santé le plus longtemps possible : dépistages, bilans, vaccins, traitements...
- « Nutrition, la bonne attitude » : pour adopter une alimentation variée et équilibrée qui allie

plaisir et santé.

- « L'équilibre en bougeant » Comment agir au quotidien pour préserver sa condition physique.
- « Bien dans sa tête » : pour identifier les activités qui favorisent le bien-être : sommeil, relaxation, mémoire...
- Dernier atelier au choix du groupe : « Un chez moi adapté, un chez moi adopté » ou « A vos marques, prêt, partez »

Prendre conscience des risques dans sa maison pour rendre son logement plus sûr ou des exercices physiques ludiques et accessibles à tous. Des rendez-vous synonymes d'échanges. Les ateliers se déroulent toujours dans des structures de proximité, afin de lutter contre l'isolement. Grâce à ces rencontres, les seniors peuvent tisser des liens et développer de nouvelles relations sociales. Et la bonne entente dans le groupe aboutit souvent à l'organisation d'autres modules, sur la mémoire, l'équilibre, le bien-être ou encore la nutrition...



Pour plus de renseignement ou consulter le planning de nos actions : rendez-vous sur notre site internet www.asept-gironde.fr et pour s'inscrire, contactez le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de la mairie de Créon au **05 57 34 54 41** ou **05 57 34 54 67**.

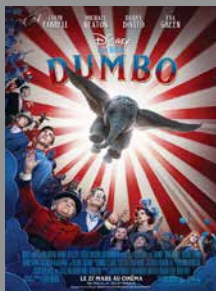
Clôture des inscriptions le vendredi 26 avril 2019.



☛ **DUMBO (VO/VF)**
Vendredi 19 à 14h30
Samedi 20 à 15h45
Dimanche 21 à 18h15
Mardi 23 à 14h

☛ **NOUS FINIRONS ENSEMBLE (AVANT-PREMIERE)**
Vendredi 19 à 18h
Samedi 20 à 21h
Dimanche 21 à 15h30
Lundi 22 à 14h30
Mardi 23 à 20h30

☛ **REBELLES (AVERTISSEMENT)**
Vendredi 19 à 21h
Dimanche 21 à 30h30
Mardi 23 à 18h



☛ **NOS VIES FORMIDABLES**
Samedi 20 à 18h30
Lund 22 à 18h

☛ **MON BÉBÉ**
Lundi 22 à 20h30

☛ **TITO ET LES OISEAUX**
Mardi 23 à 16h15

VOS SÉANCES DE CINÉMA SUR :
WWW.CINEMA-MAXLINDER.FR

🌀 AVANT, J'ÉTAIS VIEUX...

Pierre, sexagénaire à la retraite depuis peu, est un individu passablement irascible. Sa femme Hélène qui est encore en activité, en fait les frais au quotidien. Pierre passe ses journées en compagnie d'Étienne, un vieux complice célibataire à la retraite depuis deux ans. Ils se voient quasiment tous les jours. À la suite d'une séance de « méditation pleine conscience », où leur amie Isabelle les a inscrits, Pierre reçoit des visites imprévues de sa conscience, personnifiée par une jeune femme. Leurs échanges, bruts et sincères, sans filtres sociaux, vont amener Pierre à se remettre en question et changer sa vision de lui-même, des autres et de la vie. D'autant plus que son ami Étienne va beaucoup changer. Après tout ça, quel sera finalement le nouveau projet de vie de Pierre ?

Pour assister à ce spectacle musical :

Rendez-vous **le jeudi 16 mai** à 15h au centre culturel « les Arcades ».

L'accueil débutera à partir de 14h. Fin du spectacle prévue à 16h20 et collation offerte jusqu'à 17h. Sur réservation auprès du Centre Communal d'Action Sociale de la mairie de Créon au **05 57 34 54 41** ou **05 57 34 54 67**. Gratuit.



P R A T I Q U E

🌀 PRISE DE RENDEZ-VOUS EN LIGNE POUR VOS PIÈCES D'IDENTITÉ

La mairie s'est dotée d'une application dématérialisée pour prendre rendez-vous en ligne afin de déposer les dossiers de carte d'identité et/ou de passeport, sans avoir besoin de téléphoner à la mairie • <http://www.mairie-creon.fr>, à l'onglet « Titres identité » • ou <https://rendezvousonline.fr> Vous trouverez également tous les renseignements utiles à l'établissement des titres d'identité.

🌀 SITE INTERNET / SORTIR À CRÉON

Le site internet <http://www.sortiracreon.fr> vous propose la présentation des différents événements ouverts au public dans le domaine de la culture (spectacles, expositions, films, ateliers, conférences, rencontres, etc.). Des recherches par date mais également par thème, lieu, type de public ou association sont possibles.

WWW.MAIRIE-CREON.FR

🌀 CONSEIL MUNICIPAL

Prochain conseil municipal **le jeudi 23 mai à 20h15**, salle citoyenne (1^{er} étage de la mairie). Séance ouverte au public.

🌀 STOP À LA PUB - OUI À L'INFO PUBLIQUE

Tous les jours, nos boîtes aux lettres se trouvent assiégées par de nombreuses publicités qui finissent à la poubelle sans avoir été lues. Toute personne ne désirant plus recevoir d'imprimés publicitaires dans sa boîte aux lettres peut y apposer un autocollant « Stop à la pub - oui à l'info publique » indiquant son refus de recevoir ces imprimés non désirés mais de conserver les informations publiques locales. Pour obtenir cet autocollant, il suffit de vous adresser directement à la mairie.

🌀 SÉMOCTOM

Dans le cadre de la journée de la terre 2019, le SEMOCTOM organisera une distribution gratuite de compost dans ses déchèteries de Béguéy, Saint-Léon et Saint-Loubès (aux heures habituelles d'ouverture des déchèteries) **le samedi 20 avril 2019**. Dans la limite d'une petite remorque par foyer et des stocks disponibles, prévoir des outils pour charger et n'oubliez pas votre SEMOCODE. Plus de renseignements au **05 57 34 53 20**.

🌀 LES GRAINS DE SEL

Samedi 20 avril, 20h, à l'espace culturel « Les Arcades » venez découvrir la dernière création théâtrale « L'expérience » mise en scène par Céline LARNEY. Entrée à 5€, renseignements au **06 78 88 31 71** ou **06 66 26 35 65**.

🌀 LA LUDOTHÈQUE KALÉIDOSCOPE

Du 13 au 27 avril, la ludothèque se transforme en véritable chantier pour vous accueillir pendant ces vacances de Pâques ! Ce sera l'occasion de s'initier au métier de maçon en faisant des constructions en briques, de visser et dévisser des boulons ou autres, de découvrir des nouveaux jeux de construction... Au programme également, divers temps forts comme : • C Dimanche à la ludo ! **le 14 avril** de 15h à 18h • Début de soirée-jeux en famille **le 17 avril** à partir de 18h30 • Après-midi Joueurs Passionnés **le 26 avril** de 14h à 18h30 • Atelier Petite Enfance «

S.E.M.O.C.T.O.M.

🌀 ORDURES MÉNAGÈRES

- Secteur Nord : le lundi
- Secteur Sud : le jeudi
- Centre-ville : les lundis et jeudis

🌀 TRI SÉLECTIF

▶ SECTEUR NORD

CENTRE-VILLE (1)

collecte les **30/04, 14/05 et 28/05**.

▶ SECTEUR SUD (2)

collecte les **23/04, 7/05 et 21/05**.

Plan détaillé disponible à l'accueil de la mairie, sur www.mairie-creon.fr ou sur www.semocotom.com.

Hebdomadaire municipal d'information locale
Responsable légal de la publication : Pierre Gachet
© GRAPHISME : BAT.GRAPHIC - IMPRESSION : STUDIO EN VUE

Exploration Sensorielle » **le 27 avril** de 15h30 à 17h30 au Pout (sur inscription) • Initiation au jeu de rôle « Potager en danger ! » **du 15 au 19 avril** (sur inscription) • Création de personnages en Pixels (Xixels + perles à repasser) **du 23 au 26 avril**. Retrouvez tous nos jours et horaires d'ouverture vacances sur notre site internet <https://www.ludothequekaleidoscope.org> ou par téléphone au **05 56 23 33 53**.

🌀 ATELIERS JOBS D'ÉTÉ

La mission locale des Hauts de Garonne, la Cabane à Projets et l'Espaces Métiers Aquitaine (EMA) vous donnent rendez-vous les matinées des **16, 17 et 24 avril 2019** de 9h à 12h15 dans les locaux de La Cabane à Projets/EMA du Créonnais (32 rue Amaury de Craon à Créon) pour des ateliers jobs d'été (parfaire sa candidature, connaître les droits, etc.). Plus de renseignements au **05 57 34 42 52** ou **05 57 77 31 00**.

🌀 LES FILS D'ARGENT

Samedi 27 avril, à 14h30, à l'espace culturel « Les Arcades ». Loto à la landaise uniquement en bons d'achat pour 1 850€ dont 80€ - 100€ - 200€ et 9 séries de 120€ minimum. Carton spécial JOKER : 230€ minimum. Tombola, pâtisseries et buvette. Heure d'ouverture de la salle à 13h. Renseignements au **05 56 30 14 26**.

🌀 HANDBALL CLUB CRÉONNAIS

Pour la deuxième année consécutive, vide-grenier **le dimanche 28 avril** sur le parking de la salle Omnisports Ulli Senger + chemin de la Douve. Possibilité de s'inscrire sur emilienourry33@gmail.com ou au **06 76 68 89 63** (2€/m linéaire). Restauration possible sur place. Ouverture au public à 8h30.

🌀 LARURAL

5^{ème} Festival Chapitoscope ! **du 22 au 26 mai 2019** à La Sauve-Majeur. Devenez bénévoles et soutenez financièrement le festival : helloasso.com larural.fr. Plus de renseignements au **05 56 30 65 59**.

🌀 FCC CRÉONNAIS

Soirée disco du FCC Créonnais **le samedi 4 mai** à 19h. Repas préparé par un traiteur. Menu adulte (apéritif, couscous 3 viandes dessert café) à 16€ et menu enfant (poulet pomme de terre, dessert) à 8€. Ambiance assurée par DJ. Renseignements et inscriptions au **06 52 72 15 15** ou **06 20 96 76 71**.