

Programme

Le collectif « Semaine Bleue » offre un accueil adapté selon le protocole sanitaire en vigueur. Passeport sanitaire requis.

* Ces animations nécessitent une inscription préalable, contactez le CIAS.

LUNDI 4 OCTOBRE

9H30 - Marches bleues Huismoises*, à la découverte des bords de Loire : une marche de 5/6 km et une marche adaptée aux personnes à mobilité réduite.

RV place de la mairie Huismes



15H - Atelier nutrition* «goûter et mots gourmands»

Animation ludique autour des expressions en cuisine, exploration nutritionnelle avec Anne Manteau, diététicienne et le CIAS - Hall ludothèque, espace Mendès France - Chinon

15H30 - Karaoké pour tous* et collation
EHPAD Le Prieuré St Louans Chinon



MARDI 5

10H - Atelier numérique* - mieux utiliser son smartphone et sa tablette tactile.
Médiathèque du Véron Avoine

11H - Lectures gourmandes pour réveiller les papilles, venez déguster les mots et savourer les textes choisis par les bibliothécaires du réseau des bibliothèques et de la DLLP - Résidence La Baronnière - Avoine

14H - Pause patrimoine zoom sur le Grand Carroi Le Carroi, musée d'arts et d'histoire - Chinon

14H >> 18H - Visite des musées et de leurs expositions - Gratuite
>> Voir au dos

15H - Cinéma - débat* « Un jour tu vieilliras » film de fiction, de Edouard Carrion, pour sensibiliser à la question des personnes âgées isolées. Par le CIAS.
Cinéma Le Rabelais Chinon



18H - Grand jeu en équipe pour une détente entre les générations par la ludothèque, CLAAC et CIAS - Centre intergénérationnel - Avoine

MERCREDI 6

9H - Marches bleues, une de 6/7 km environ et une de 9/10 km, durée de 2 heures : départ parking Picrouble Lerné, association des 2 villages.

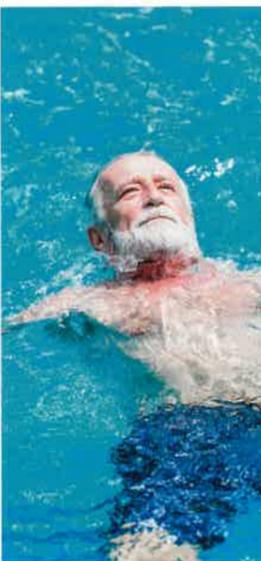
9H30 - Pour une aisance aquatique*, initiation et mise en confiance avec l'eau - Piscine Georges Daydé Chinon

10H30 - Tai Chi, Le souffle de la tortue
Espace Mendès France Chinon



14H - Atelier contes gourmands* Inventer une histoire, la raconter, sans oublier les surprises ! Avec le Centre Social du Véron, l'association en Faim de Conte et la médiathèque.
Centre social du Véron Avoine

15H - Chorale «A cœur joie»
EHPAD Les Groussins Chinon



JEUDI 7

10H - Atelier numérique* - Communiquer avec ses proches en visio.
Bibliothèque Le Patio Chinon

10H45 - Vélo pousse : balade vers le stand au marché de Chinon.
EHPAD Les Groussins Chinon

10H45 - Aqua gym adaptée* et détente
Piscine - Avoine



14H - Activités Physiques Plaisirs pour tous / Gym douce. Suivi d'une projection des meilleurs moments des JO d'hier à aujourd'hui et d'un goûter. Salle des fêtes St-Benoit-la-Forêt

14H30 - Lectures gourmandes pour réveiller les papilles, venez déguster les mots et savourer les textes choisis par les bibliothécaires du réseau des bibliothèques et de la DLLP - EHPAD Les Groussins - Chinon



20H - Conférence « La représentation de la femme dans l'art » - en lien avec l'exposition Chut de l'écoMusée - Animée par Sophie Payen, historienne de l'art et fondatrice de l'association « Les Muses de l'Hart ». Médiathèque - Avoine

VENDREDI 8

10H30 - Qi gong
Le souffle de la tortue
Salle de sports Beaumont-en-Véron

10H - Marche Athlétique comme «aux JO» 8/10 km **OU Marche douce** 2/4 kms, Échauffements, mises en mouvement avant la marche, étirements et petite relaxation après la marche.
RV salle Georges Mémin Chouzé-sur-Loire

11H30 - Pour tous : Apéro Quiz sur les JO
Salle Georges Mémin Chouzé-sur-Loire

15H - Peinture en bord de Vienne... avec l'atelier d'arts plastiques du Véron et le CLAAC - Jardin du Prieuré St Louans Chinon

15H - Lectures gourmandes pour réveiller les papilles, venez déguster les mots et savourer les textes choisis par les bibliothécaires du réseau des bibliothèques et de la DLLP - Résidence Les Bergers - Seully



SAMEDI 9

10H - Au plaisir des jeux petits et grands par la ludothèque de Chinon - Espace Mendès France - Chinon



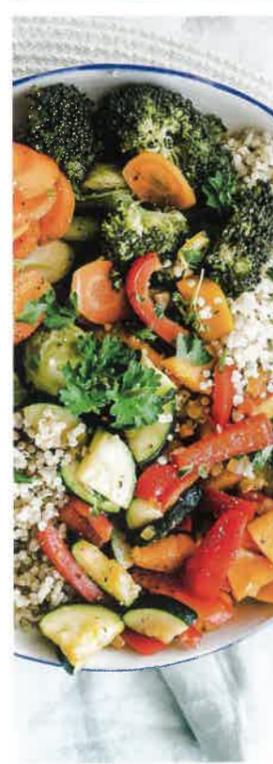
LUNDI 11

9H - Atelier numérique* - «Faire ses démarches administratives par Internet» par France Services.
CLAAC - Chinon

10H30 - Tai Chi, Séance de découverte. Le souffle de la tortue
USLD - Chinon



14H - «Paroles d'habitants : ma santé et moi». La santé c'est l'affaire de tous ! Tout en s'amusant, venez échanger, partager, donner des idées... avec le Contrat local de santé.
Salle des fêtes - Seully



JEUDI 14

9H - Atelier numérique* - «Faire ses démarches administratives par Internet» par France Services.
Centre social du Véron Avoine



15H - Lectures gourmandes pour réveiller les papilles, venez déguster les mots et savourer les textes choisis par les bibliothécaires du réseau des bibliothèques et de la DLLP - Résidence Les Charmes - Chinon



DIMANCHE 17



16H - « Demain j'arrête » spectacle familial par l'association Do Dièse.
Un spectacle original, drôle et émouvant qui permet d'ébranler nos convictions, susciter des questionnements, éveiller les consciences mais surtout donner de l'espoir ! Avec humour, audace, émotion, dérision, la joyeuse troupe de l'atelier scénique adulte se réjouit d'explorer et de vous livrer de véritables moments jubilatoires tout en gardant l'objectif de nous décomplexer de nos failles. Alors... L'addiction, s'il vous plaît !
Espace Rabelais - Chinon

