

La Semaine Bleue

À tout âge, ensemble !

Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

du 3 au 8
octobre 2022



Changeons
notre regard
sur les aînés

Brisons les idées reçues !



Les activités proposées au cours de la Semaine Bleue sont gratuites. Pour les activités concernées, pensez à vous inscrire en mairie ou au 03 25 79 05 10 !

**LES INSCRIPTIONS SERONT OUVERTES
À PARTIR DU LUNDI 26 SEPTEMBRE**

MARDI 4 OCTOBRE

Musée Vauluisant

Visite guidée du musée sur la bonneterie et arts champenois du XVe siècle.

📍 Rendez-vous sur place à 9h45, ou en minibus au départ de la salle Lacaille à 9h15.

📄 Inscriptions uniquement en mairie.

MARDI 4 OCTOBRE

Soin découverte au Lipstick Institut

Soin du visage ou manucure.

🕒 séance de 30 minutes, entre 14h et 18h selon disponibilités.

📄 Inscriptions uniquement en mairie.

MERCREDI 5 OCTOBRE

Nettoyage des Viennes

En partenariat avec l'association des Amis de la Coulée Verte et les jeunes du Fun'Ados.

📍 Rendez-vous à 14h derrière la mairie (près du bâtiment des Services Techniques).

📄 Ouvert à tous sans inscription.

JEUDI 6 OCTOBRE

Soin découverte au Lipstick Institut

Soin du visage ou manucure.

🕒 séance de 30 minutes, entre 9h et 12h selon disponibilités.

📄 Inscriptions uniquement en mairie.

JEUDI 6 OCTOBRE

Soin découverte au Lipstick Institut

Soin du visage ou manucure.

🕒 séance de 30 minutes, entre 14h et 18h selon disponibilités.

📄 Inscriptions uniquement en mairie.

VENDREDI 7 OCTOBRE

Cours de gym adapté

🕒 De 9h à 10h

📍 Rendez-vous en salle Lacaille

📄 Pour les nouveaux participants, inscriptions en mairie.

MERCREDI 5 OCTOBRE

Journée découverte d'Action Santé, mieux-être par l'Atelier des Petites Herbes

Journée conviviale à Vaujurennes, dans un cadre verdoyant de la forêt d'Othe. Découverte de l'association et atelier relaxation, sophrologie.

📍 Départ du Complexe Lacaille à 8h30.

🍴 Repas du midi offert.

📄 Inscriptions uniquement en mairie.

VENDREDI 7 OCTOBRE

Prévention routière

Une demi-journée dédiée aux automobilistes, avec rappel des principales règles de circulation, et du lien entre santé et conduite.

🕒 De 9h à 12h

📍 Salle des Arts Populaires (Complexe Lacaille)

VENDREDI 7 OCTOBRE

Marche conviviale

Une randonnée d'environ 7 km aux alentours de La Rivière-de-Corps.

📍 Rendez-vous à 14h devant la mairie.

📄 Ouvert à tous sans inscription.