

Vendredi 21 octobre

à partir de 15h

Après-midi festif

Espace de la Vallée salle 200



## ★ «Le spectacle de Christian Félie»

★ Histoires drôles, sketches, jeux et chansons

★ Participation : 5 €

★ Inscription obligatoire avant le vendredi 14 octobre dernier délai  
auprès du service Vie Sociale 02 51 77 86 96

Merci de vous inscrire pour toutes les activités avant le vendredi 14 octobre au Service Vie Sociale - 6 rue de la Mairie - Tél 02 51 77 86 96  
ccas@sautron.fr.

### Attention :

Les horaires indiqués dans ce programme sont à respecter impérativement.

*Les activités sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. Des bénévoles se chargent de venir vous chercher et de vous raccompagner à votre domicile. Pour cela il suffit d'en faire la demande.*

*Ce programme est susceptible de subir des modifications de dernière minute, si tel était le cas nous vous remercions par avance de votre compréhension.*

# SEMAINE BLEUE des SENIORS

à destination des + de 60 ans

PROGRAMME  
de la semaine  
du 17 au 21  
octobre 2011

Rencontres  
et Loisirs



Ville de SAUTRON

La Ville et le C.C.A.S. de Sautron, en partenariat avec plusieurs associations sautronnaises, proposent aux retraités de plus de 60 ans une semaine de rencontre et de loisirs du 17 au 21 octobre 2011.



## Lundi 17 octobre

14h30

### «Et si on mangeait... tout simplement !»

**Conférence** par le docteur Marie-Line Eon, médecin nutritionniste.  
*Salle de la Blanchardière.*

## Mardi 18 octobre

14h00

**Randonnée pédestre** dans la Vallée du Cens organisée par la Randonnée Pédestre Sautronnaise (durée 2h environ).  
*Rendez-vous sur le parking en bas de la rue de la Vallée (à proximité des ateliers municipaux).*

Transport assuré. Randonnée accessible aux personnes à mobilité réduite.

14h30

**Comédie musicale sur le thème du voyage** présentée par les résidents du Domicile Collectif «Les Glycines» et avec la participation de la section Danse de l'AGDL.  
*Espace de la Vallée salle 200.*

## Mercredi 19 octobre

09h30

**Initiation à l'informatique et découverte de l'Internet** par Jean-Pierre Sanz et Elie Blin (conseillers municipaux de Sautron).  
*Rendez-vous à l'Espace Jeunes (1 rue de la Ferme).*  
*Inscription obligatoire auprès du Service Vie Sociale 02 51 77 86 96 avant le vendredi 14/10 dernier délai.*

11h00

**Cours de cuisine, «La cuisine de la mer»** par le Chef de la restauration municipale William Lehours, avec dégustation de la préparation.  
*Cuisine centrale (rue de la Rivière).*  
*Inscription obligatoire auprès du Service Vie Sociale 02 51 77 86 96 avant le vendredi 14/10 dernier délai.*

15h00

**Conférence interactive «Un voyage autour du Monde»** par Frédéric Vasse et sa famille. Au cours de cette rencontre originale, le public sera invité à choisir les histoires et les aventures de ce voyage familial hors du commun. Un goûter sera servi à la suite de cette rencontre.  
*Espace de la Vallée salle 200.*

## Jeudi 20 octobre

10h00

**Initiation à la gymnastique douce et au Gi Gong avec l'AGDL.**  
*Salle de la Blanchardière.*

14h00

**Visite du parc du Grand Blottreau et des serres d'agronomie tropicale.**  
*Rendez-vous et départ sur le parking du complexe sportif (face à l'Espace Phelippes Beaulieux).*  
Transport assuré.  
*Inscription obligatoire auprès du Service Vie Sociale 02 51 77 86 96 avant le vendredi 14/10 dernier délai.*

15h00

**Animation «Jeux mémoire» et partage d'un goûter.**  
*Domicile Collectif «Les Glycines».*

## Vendredi 21 octobre

10h00

**Atelier découverte « Bien-être et esthétique ».**  
*Salle de la Blanchardière.*  
*Inscription obligatoire auprès du Service Vie Sociale au 02 51 77 86 96 avant le vendredi 14/10 dernier délai.*

15h00

**Goûter en musique** avec Christian Félie (sketchs, jeux, chansons...)  
*Espace de la Vallée salle 200.*  
Participation : 5 €.