

GRATUIT

**OUVERT AUX
60 ANS ET PLUS**

**DU 03 AU 09
OCTOBRE 2022**

**ATELIERS
SPORT
BIEN-ÊTRE
CONFÉRENCES
ANIMATIONS**


**La
Semaine
Bleue**

À tout âge, ensemble !

PRO GRA MME

Lundi 3 octobre

10h-11h30

Ping séniors avec l'USOM
Tennis de table
Halle Bérégovoy
2-6 rue Calmette
Entrée libre

10h45-11h45

Initiation Qi Gong avec
l'USOM Gymnastique
Carrefour socioculturel et
sportif
rue Ambroise Croizat
Entrée libre

14h30-16h30

Animation Jeux de société
avec Être et Jouer
Foyer Clair Soleil
10 rue Valleuil
Entrée libre

Mardi 4 octobre

10h-12h

Café forum : présentation
des différents services
adressés aux séniors
mondevillais : CCAS, sport,
transition écologique,
médiathèque, France
Services, Maison de la
Justice, appli Senior
Connect...
Quai des Mondes
4 rue Calmette
Entrée libre

14h30-16h

**Portes ouvertes au Club de la
Joie de vivre et animations
Prévention routière** par la
Police Municipale (Quizz,
jeux...)
Centre Jeanne Viel
6 chemin de la Cavée
Entrée libre

Mercredi 5 octobre

10h30-12h

Atelier PIED (Programme
Intégré d'Équilibre
Dynamique) : amélioration de
votre équilibre et prévention de
vos chutes avec l'USOM gym
Centre Jeanne Viel
6 chemin de la Cavée
Entrée libre

14h-17h

**Portes ouvertes aux Jardins
partagés TOUT' Y POUSSE
du centre-ville**
Espace vert Farré

15h-18h

**Animation Blind test &
crêpes** par le Service
Jeunesse
Local du Service Jeunesse
rue du 19 mars 1962
Entrée libre

Jeudi 6 octobre

10h-11h30

Initiation Sophro-mémoire
Espace Letellier
rue du 19 mars 1962
Sur inscription au 02 31 35 52 51
ou sylvie.laplanche@mondeville.fr

15h

**Défilé de chapeaux réalisés
par les résidents**
EHPAD La Source
111 rue Émile Zola
Entrée libre

18h45-19h45

Initiation Pilates avec
l'USOM gymnastique
Salle Lemarchand
1 rue Albert Bayet
Entrée libre

Vendredi 7 octobre

10h30-11h30

Conférence sur la Nutrition
par l'ASEPT Normandie
Carrefour socioculturel et
sportif
rue Ambroise Croizat
Entrée libre

19h

**Théâtre "À la bière fraîche".
Comédie - Les Compagnons du
Biez.** Lionel, restaurateur de
l'auberge "À la bière fraîche"
reçoit sa belle-mère pour la 1ère
fois à l'occasion de ses
fiançailles. Mais rien ne se
passera comme prévu...
Salle des fêtes
route de Rouen
Entrée libre

Samedi 8 octobre

10h-17h

**Animations "Manger bon,
sain & local"**
Les Jardins d'Arlette
14 rue Calmette
Entrée libre

11h-14h

Visite des Jardins d'Arlette
Entrée libre



VILLE DE
mondeville

www.mondeville.fr ——— f t @