

Les villes de BRESSON, EYBENS et POISAT proposent

La Semaine Bleue

À tout âge, ensemble !

Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

Bouger ensemble... pour entretenir la flamme !



Du 30 septembre au 5 octobre

BRESSON • EYBENS • POISAT



THÉ DANSANT ATELIERS DÉCOUVERTES FORUM • SPECTACLES

Ouvert à tous

RENSEIGNEMENTS

Bresson : village-bresson.fr • 04 76 25 26 61

Eybens : eybens.fr • 04 76 60 76 07

Poisat : ville-poisat.fr • 04 76 25 49 75



Soucieuses de la qualité de vie de leurs habitants, les communes de Bresson, Eybens et Poisat organisent ensemble la Semaine Bleue, multipliant ainsi les possibilités d'activités, de découvertes et de temps forts festifs.

En cette année olympique, le thème de la Semaine Bleue se tourne vers le mouvement et le sport comme levier du bien-être et de la santé.

Alors venez bouger dès l'ouverture pour le premier thé dansant intercommunal.

LUNDI 30 SEPTEMBRE

POISAT • ESPACE LÉO LAGRANGE

(2 place Georges Brassens)

14H30-17H30 • THÉ DANSANT

Animé par "Starck animation"

Entrée libre

MARDI 1^{ER} OCTOBRE

BRESSON • MAIRIE

(11 grande rue)

9H • ACCUEIL

9H30-10H45 • ATELIER GYM DOUCE

Avec l'association Lud'Anim

11H-12H • ATELIER NUTRITION

Entrée libre

**14H-16H • BALADE DÉCOUVERTE
DE LA FLORE COMESTIBLE
OU UTILE**

*Départ de la mairie • Gratuit sur inscription :
mairie@village-bresson.fr • 04 76 25 26 61*

MERCREDI 2 OCTOBRE

11H-12H • LECTURE DE TEXTES

DE CHRISTIAN BOBIN

EYBENS • MÉDIATHÈQUE

(Espace culturel Odysée)

89 avenue Jean Jaurès)

Par la comédienne Hélène Gratet.

Gratuit sur inscription à l'Odysée :

04 76 62 67 47

15H-17H • MERCREDI CRÉATIF

EYBENS • MDH LES COULMES

(10 place des Coulmes)

Création manuelle inspirée

par des textes de Christian Bobin

Entrée libre

JEUDI 3 OCTOBRE

POISAT • ESPACE LÉO LAGRANGE

(2 place Georges Brassens)

18H • "LE TEMPS D'AIMÉE" • THÉÂTRE

Aimée, octogénaire, doit quitter Tullins et prépare sa valise. Elle évoque sans aigreur son enfance et sa jeunesse.

Un spectacle écrit avec tendresse, humour et optimisme à partir de témoignages de Tullinois.

Durée 1h10 • Entrée libre

VENDREDI 4 OCTOBRE

EYBENS • GYMNASÉ ROGER JOURNET

(23 rue des Ruires)

14H-17H • FORUM

**"BOUGER ENSEMBLE POUR
ENTREtenir LA FLAMME"**

Démonstration, ateliers découvertes et stands d'information :

cirque doux, gym douce, sport santé...

Avec : l'Athlétic club d'Eybens (ACE),

À la découverte du cirque,

le service des Sports,

l'Université inter-âge (UIAD)

**Et aussi : la mutuelle
communale "Entrenous"**

Entrée libre

SAMEDI 5 OCTOBRE

EYBENS • ESPACE CULTUREL ODYSÉE

(89 avenue Jean Jaurès)

10H-12H • ATELIER LIGHT PAINTING

Un atelier à partager à 2 :

grand-parent/petit enfant (dès 8 ans)
aidé/aidant • bénévole/personne âgée

Inscription gratuite, en binôme :

Maison des habitants,

accueillmdh@eybens.fr • 04 76 60 76 07