

# Semaine Bleue : l'agenda

**LUNDI 30 SEPTEMBRE**

**15 h à 16 h**

## Atelier : Comment se relever du sol ?

**Animé par** : Perrine Balme Guegand, kinésithérapeute

**Où** : Salle Louaraz - Maison des Forges - 8, rue E.Tallard

**Inscription** : Mairie d'Allevard-les-Bains - 04 76 97 50 24

contact@allevard.fr - A l'accueil durant les horaires d'ouverture



**MARDI 1er OCTOBRE**

**15 h à 16 h**

## Atelier : initiation au yoga sur chaise

**Animé par** : Victor Rolland, professeur de yoga

**Où** : Salle Lilly Fayol - Maison des Forges - 8, rue E.Tallard

**Inscription** : Mairie d'Allevard-les-Bains - 04 76 97 50 24

contact@allevard.fr - A l'accueil durant les horaires d'ouverture



**MERCREDI 2 OCTOBRE**

**15 h à 17 h**

## Le jeux des jeux : rencontre intergénérationnelle autour d'un jeu de cartes : quizz sur le thème des jeux olympiques, suivi d'un goûter collectif

**Où** : La Pléiade - Salle de L'Atelier - 12, avenue Louaraz

**Inscription** : non nécessaire



*Toutes les activités sont gratuites*

# Semaine Bleue : l'agenda

La  
Semaine  
Bleue  
À tout âge, ensemble !

**JEUDI 3 OCTOBRE**

**14 h**

## Cinéma + goûter



Allevard  
LES-BAINS

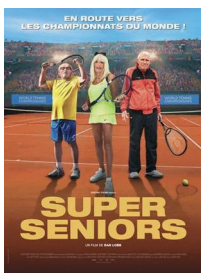
Une séance de cinéma vous est offerte avec à l'issue un goûter collectif  
Deux films vous sont proposées, à vous de choisir :

### Film «Fêlés» de Christophe Duthuron



*L'Arc-en-ciel est un authentique lieu associatif à Marmande qui accueille des personnes ordinaires mais violentées par la vie. Ses adhérents se soutiennent mutuellement dans leur lutte contre les difficultés quotidiennes. Quand on menace de les expulser, un élan de solidarité s'organise autour de Pierre, le fondateur, pour sauver cette maison d'accueil unique.*

### Film documentaire «Super Séniors» de Dan Lobb



*Quatre « Super Seniors » âgés de 82 à 95 ans se préparent pour les Championnats du monde de la Fédération Internationale de Tennis. Parmi eux se trouvent une Française et le joueur le plus âgé au monde. Ils veulent vivre pleinement leur vie, frappant des balles et gagnant des matchs. Des personnages hauts en couleurs nous prouvent que le jeu... est la vie.*

**A l'issue des séances, un goûter collectif vous sera offert par le Centre communal d'Action Sociale**

**Où :** Cinéma Bel'donne - square Menaggio

**Inscription :** non nécessaire

---

**VENDREDI 4 OCTOBRE**

**9h30 à 10h30**

## Atelier Sport-santé

**Animé par :** Carole de la Cruz, éducatrice sportive de la ville d'Allevard-les-Bains

**Où :** Dojo - Maison des Forges - 8,rue Etienne Tallard

**Inscription :** non nécessaire

*Toutes les activités sont gratuites*

