

**JEUDI 03 OCTOBRE**  
**DE 14H30 À 15H30**

**Art Floral.**

**Sur inscription au 04 74 98 30 30**

Proposé et offert par l'EPHAD KORIAN.

**À 18H00**

**“Heroïnes” - Spectacle de la Dieselle Compagnie**

**Inscription gratuite.** Une cagnotte pour la Ligue contre le cancer sera mise en place dans le cadre d'Octobre Rose.

CCAS Tel : 04 74 98 31 10 [social@villars-les-dombes.fr](mailto:social@villars-les-dombes.fr)

**VENDREDI 04 OCTOBRE**

**À 9H00**

**Séance aquagym.**

**Inscription à la piscine Nauti-Dombes.**

Tarif 5€.

192, avenue des Nations 01330 Villar-les-Dombes  
Tel: 04 28 66 01 30

### **RENSEIGNEMENTS**

CCAS Villars-les Dombes  
04 74 98 31 10  
[social@villars-les-dombes.fr](mailto:social@villars-les-dombes.fr)



Né pas jeter sur la voie publique. Imp. Multitude - 01400 CHATILLON - Création graphique Vanessa Bochatay El.

30 SEPT > 06 OCT

LE PROGRAMME

2024

# La Semaine Bleue

à Villars-les-Dombes

Bouger ensemble...  
pour entretenir la flamme !



## PROGRAMME DES ACTIVITES

**LUNDI 30 SEPTEMBRE**  
**À 9H00**

Rendez-vous devant l'entrée du Parc des oiseaux avec le service Ain Sport Santé **pour une marche.**

**Inscription gratuite.** CCAS Tel : 04 74 98 31 10  
social@villars-les-dombes.fr

**DE 14H00 À 16H00**

**Découvrons ensemble les plantes qui peuvent nous faire du bien.** Dégustations de tisanes, fabrication de baumes à base de plantes, automassage des mains. Au Centre Social Colibri.

**Inscription gratuite.** Au Centre Social Colibri sur place ou par tel : 04 74 98 12 34

**MARDI 1er OCTOBRE**

**De 9h00 à 9h50**

**Initiation Country**

**De 10h00 à 10h50**

**Initiation Zumba Seniors**

*Proposé et offert gratuitement par Dombes Gym Détente*

**Sans inscription** dans la limite des places disponibles. Salle polyvalente.

**MARDI 1er OCTOBRE**  
**DE 13h00 à 17h00**

**Sortie Musée de la Soierie**

*Départ du parking de la Halle des sports*

**Sur inscription en mairie le 20 septembre et le 24 septembre de 9h à 12h.**

Limité à 50 places. Tarif 5 €.

Paielement par chèque.

Uniquement pour les villardois de + de 60 ans.

**MERCREDI 02 OCTOBRE**

**À 15H00**

**Tricot papote à la médiathèque.**

Envie d'un moment convivial autour d'une pelote de laine ?

La médiathèque vous propose un temps d'échange et de partage intergénérationnel avec les tricoteuses du comité des fêtes de Villars-les Dombes dans le cadre de la semaine bleue en partenariat avec le CCAS.

**Gratuit. Sur inscription à la médiathèque.**

Tel: 04 74 98 26 95

**JEUDI 03 OCTOBRE**

**De 9h00 à 9h50**

**Pilates**

**De 10h00 à 10h50**

**Renforcement musculaire Seniors**

*Proposé et offert gratuitement par Dombes Gym Détente*

**Sans inscription** dans la limite des places disponibles. Salle polyvalente.

