

Ville de  
**Thann**



CENTRE SOCIO  
CULTUREL  
DU PAYS DE THANN



# LA SEMAINE BLEUE

**Du 04 au 10 octobre 2021**

**Ensemble,  
bien dans son âge,  
bien dans son territoire**

>> Programme d'animations à l'intérieur

**SEMAINE  
NATIONALE  
DES SÉNIORS**



silver  
**fourchette**

Réseau APA   
la Solidarité en +



## Lundi 04

### Venez découvrir la Sophrologie

Méthode d'entraînement du corps et de l'esprit pour développer sérénité et mieux-être

**10h > 11h** | au Centre Socio Culturel (13, rue Robert Schuman)  
Places limitées - Masque obligatoire - *Inscription obligatoire*

## Lundi 04 Mardi 05

### Action Sport Santé itinérant

Un éducateur sportif d'Indoor Santé, partenaire du réseau APA, proposera de définir votre niveau de forme ; prenez une demie heure de votre temps pour réaliser ce bilan et repartir avec des préconisations.

**10h > 18h** | Place Joffre Centre Ville  
Pass sanitaire obligatoire - *Inscription obligatoire*

Lundi 04 à 14h | Conférence de 45 minutes sur la thématique « *Alimentation et activité physique : comment atteindre ses objectifs ?* »  
à la salle des conférences de l'Hôtel de Ville  
Pass sanitaire obligatoire - *Inscription obligatoire*



## Mardi 05

### Atelier Toc Toque

Atelier cuisine animé par une diététicienne dans le cadre du programme de sensibilisation Silver Fourchette, qui promeut une alimentation gourmande, durable et équilibrée !

**10h > 12h** | au Panier de Rangen (Epicerie Sociale - 27, rue Henri Lebert)  
Places limitées - Pass sanitaire obligatoire - *Inscription obligatoire*

## Mercredi 06

### Graines de mots

Atelier d'écriture créative animé par Isabelle Foreau ; « Des mots, une vie, c'est tout ce dont vous aurez besoin pour écrire en atelier »

**9h30 > 12h** | au Centre Socio Culturel (13, rue Robert Schuman)  
Places limitées - Masque obligatoire - *Inscription obligatoire*

### Après-midi belote intergénérationnelle

**14h > 17h** | au Cercle Saint Thiébaud (22 rue Kleber)  
Places limitées - Pass sanitaire obligatoire - *Inscription obligatoire*

## Jeudi 07

### Balade Nature

Partez à la découverte du petit patrimoine et des paysages insolites autour de Leimbach - Animée par Frédéric Latasse  
*Balade de 5km, dénivelé de moins de 200m - Bonnes chaussures, tenue adaptée, eau*

**À partir de 14h** | Rendez-vous au Centre Socio Culturel (13, rue Robert Schuman), à 14h.  
Places limitées - *Inscription obligatoire*

### Atelier diététique et ludique

Conception d'un goûter et jeux intergénérationnels - Animé par Eva Loncarevic, diététicienne du réseau APA

**16h30 > 18h30** | au Centre Socio Culturel (13, rue Robert Schuman)  
Places limitées - Masque obligatoire - *Inscription obligatoire*

### Atelier « Wii-bowling »

Faites de belles parties de bowling virtuel tout en travaillant motricité et coordination.

**Accessible de 15h à 18h**  
à la médiathèque (8 rue Anatole Jacquot)  
Pass sanitaire obligatoire - *Entrée libre sans inscription préalable*

## Vendredi 08

### Venez découvrir la Sophrologie

Méthode d'entraînement du corps et de l'esprit pour développer sérénité et mieux-être

**14h > 15h** | à la résidence du Rosenbourg (7, rue de l'Engelbourg)  
Places limitées - Pass sanitaire obligatoire - *Inscription obligatoire*

## Samedi 09

### Seul(e) ou en famille, visitez les Jardins d'une Reine d'Egypte - Parc de Wesserling

Tarifs : **5€**/adulte, **3€**/enfant (4-17 ans), **gratuit** pour les moins de 4 ans

Départ à **13h30** devant le Centre Socio Culturel (13, rue Robert Schuman), passage Place du Bungert à 13h45, retour vers 17h30.

*Places limitées - Inscription obligatoire et règlement à l'accueil du Centre Socio Culturel*  
Goûter fourni - Masque obligatoire dans le bus - Pass sanitaire et masques non exigés dans le parc

## Les rendez-vous numériques

Installer une appli, découvrir des jeux pour stimuler sa mémoire

**Le 5, 6 et 8 octobre entre 15h et 18h à la médiathèque** (8 rue Anatole Jacquot)

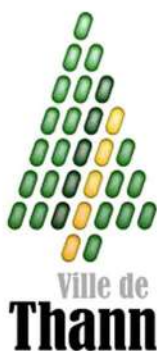
Sur rendez-vous 03 89 35 73 29, pass sanitaire obligatoire

## Informations complémentaires

Toutes les animations sont gratuites, à l'exception de la sortie du 09 octobre ; les mesures sanitaires peuvent être amenées à changer en fonction de l'évolution de la situation.

## Renseignements et inscriptions auprès du CCAS de la ville de Thann

**03.89.38.53.31 – [ccas@ville-thann.fr](mailto:ccas@ville-thann.fr)**



9 place Joffre 68800 Thann  
03.89.38.53.00  
[www.ville-thann.fr](http://www.ville-thann.fr)



13, rue Robert Schuman 68800 Thann  
03.89.35.71.20  
[www.cscpaysdethann.fr](http://www.cscpaysdethann.fr)

