

Semaine Nationale des retraités et personnes âgées



La
**Semaine
Bleue**
À tout âge, ensemble !

Du 3 au 11 octobre 2026



SAMEDI 3 OCTOBRE

14h30 - CONCERT
À l'auditorium de Dijon
Départ du Centre Social à 13h



LUNDI 5 OCTOBRE

9h30 - RELAXATION ASSISE
avec Nadia

14h30 - YOGA ASSIS
avec Céline



MARDI 6 OCTOBRE

9h30 - ATELIER NUMÉRIQUE SUR L'IA
avec Elisa et Julie, Conseillères Numérique

14h - ATELIER NUMÉRIQUE : PRÉVENTION ET SÉCURITÉ
avec l'équipe France services

MERCREDI 7 OCTOBRE

9h - ATELIER BOUGIE
avec Océanne

14h - RELAXATION ASSISE
avec Nadia



JEUDI 8 OCTOBRE

10h - CRÉATION FLORALE
À la Villa Bella des Croisettes
avec Emma



VENDREDI 9 OCTOBRE

ATELIERS CRÉATIFS

- 9h - Petit cadre rond
- 10h - Porte clé
- 11h - Porte serviette
avec Marie-Christine

À partir de 10h - MASSAGE ASSIS
avec Beate

14h30 - SPECTACLE DE MAGIE
Au Pantographe de Venarey
Départ du Centre Social à 14h

SAMEDI 10 OCTOBRE

- À partir de 9h
- MASSAGE DU VISAGE
avec Célia
 - MASSAGE ADAPTÉ
avec Océanne
 - MASSAGE DU CUIR CHEVELU
avec Anne-Marie

À partir de 10h - MASSAGE PLANTAIRE
avec Beate



**Centre Social
Simone VEIL**
SEMUR-EN-AUXOIS



Tous les ateliers sont gratuits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE AU 06 34 09 83 39

Semaine Nationale des retraités et personnes âgées



La
**Semaine
Bleue**
À tout âge, ensemble !

Du 3 au 11 octobre 2026



SAMEDI 3 OCTOBRE

14h30 - CONCERT
À l'auditorium de Dijon
Départ du Centre Social à 13h



LUNDI 5 OCTOBRE

9h30 - RELAXATION ASSISE
avec Nadia

14h30 - YOGA ASSIS
avec Céline



MARDI 6 OCTOBRE

9h30 - ATELIER NUMÉRIQUE SUR L'IA
avec Elisa et Julie, Conseillères Numérique

14h - ATELIER NUMÉRIQUE : PRÉVENTION ET SÉCURITÉ
avec l'équipe France services

MERCREDI 7 OCTOBRE

9h - ATELIER BOUGIE
avec Océanne

14h - RELAXATION ASSISE
avec Nadia



JEUDI 8 OCTOBRE

10h - CRÉATION FLORALE
À la Villa Bella des Croisettes
avec Emma



VENDREDI 9 OCTOBRE

ATELIERS CRÉATIFS

- 9h - Petit cadre rond
- 10h - Porte clé
- 11h - Porte serviette
avec Marie-Christine

À partir de 10h - MASSAGE ASSIS
avec Beate

14h30 - SPECTACLE DE MAGIE
Au Pantographe de Venarey
Départ du Centre Social à 14h

SAMEDI 10 OCTOBRE

- À partir de 9h
- MASSAGE DU VISAGE
avec Célia
 - MASSAGE ADAPTÉ
avec Océanne
 - MASSAGE DU CUIR CHEVELU
avec Anne-Marie

À partir de 10h - MASSAGE PLANTAIRE
avec Beate



**Centre Social
Simone VEIL**
SEMUR-EN-AUXOIS



Tous les ateliers sont gratuits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE AU 06 34 09 83 39