

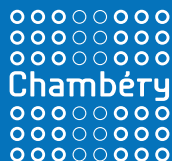
Semaine bleue à Chambéry

PROGRAMME

03/10/2022 → 08/10/2022

Changeons notre regard sur les aînés.

Brisons les idées reçues !



La Ville de Chambéry et ses partenaires vous proposent une programmation variée à l'occasion de la Semaine bleue : sept jours durant lesquels les retraités et les personnes âgées sont mis à l'honneur. Cet évènement national permet de sensibiliser le public sur leur contribution à la vie économique, sociale et culturelle ainsi que sur leurs préoccupations et difficultés.

Pour les acteurs qui travaillent régulièrement auprès des aînés, la Semaine nationale des retraités et personnes âgées leur offre la possibilité d'organiser des animations qui permettent de créer du lien entre les générations.

Lundi

03/10

Séance de Zentangle **Association Zen Dance**

Le Zentangle est une méthode de relaxation qui consiste à méditer en dessinant des motifs structurés et répétitifs.

Séance d'essai lundi 3 octobre de 9h30 à 11h, à la Maison des associations (salle E013).

*Sur inscription à l'accueil de la Maison des associations.
5 personnes maximum.*

Cours de gym santé **Association AEB Gym** **Chambéry**

A l'occasion de la Semaine bleue, c'est gratuit et sans inscription : il faut juste venir en tenue sportive, en chaussettes ou pieds nus et avec une bouteille d'eau !

Rendez-vous lundi 3 octobre de 9h30 à 10h30, dans les locaux de l'AEB Gym Chambéry, 2 631 avenue des Landiers.

Exposition « Le dahut, babette, des bêtes et autres illustrations »

Cité des arts

Découvrez les œuvres de Julie Wintz-Litty, illustratrice savoyarde qui nous emmène à la rencontre des habitants à pattes et à plumes de nos contrées et à travers les légendes locales !

Visite accompagnée par une médiatrice lundi 3 octobre, de 10h à 10h45 et de 11h à 11h45.

Dans le hall d'exposition de la Cité des arts.

10 participants maximum.

Mardi

04/10

Découverte d'une œuvre théâtrale

Cité des arts Découvrez une œuvre théâtrale en compagnie de Karine Vuillermoz, comédienne et enseignante en théâtre.

Rendez-vous mardi 4 octobre, de 18h15 à 20h15, à la Cité des arts (salle 215).

Inscriptions auprès de l'accueil de la Cité des arts au 04 79 60 23 70. 10 participants maximum.

Cours de couture

Association l'Alerte Gentianes

Pour apprendre à couper et à coudre des vêtements, rejoignez le groupe de couture de l'Alerte Gentianes !

Séance d'essai le mardi 4 octobre de 19h à 21h15, 99 rue Pasteur.

Cours de danses du monde

Association Too Cooleur

Avec l'association Too Cooleur, on danse avec ou sans pied, on chante les bonnes et les mauvaises paroles mais, surtout, on danse avec le cœur ! Séance de danse en compagnie de personnes en situation de handicap mental.

Mardi 4 octobre de 17h15 à 18h15 ou de 18h15 à 19h15, à la Maison des associations.

Inscription à l'accueil de la Maison des associations.

5 personnes par créneau.

Cours de gym sénior

Association l'Alerte Gentianes

Gym douce réservée à un public sénior.

Mardi 4 octobre de 10h à 11h, au gymnase de la Palestre.

Mercredi

05/10

Visite accompagnée de l'exposition *Two Mountains*

Musée des Beaux-Arts

Mercredi 5 octobre à 10h, au
musée des Beaux-Arts.
Inscriptions au 04 79 68 58 45.
25 participants maximum.

Blind test

Association La feuille de chou

Découvrez des chansons... à
l'aveugle !

Mercredi 5 octobre à 15h,
à la Feuille de Chou, 47 rue
Commandant Bulle.

Danse country

Association Zen Dance

Séance d'essai de danse
country pour faire comme les
cow-boys !

Mercredi 5 octobre de 9h30
à 10h30, à la Maison des
associations (salle H011).
Inscription à l'accueil de la Maison
des associations.
5 personnes maximum.

Atelier chant

Association Le relais du Covet

Mercredi 5 octobre à 14h, au relais
du Covet, 84 rue des Fleurs.
Inscription à l'accueil de la Maison
des associations.
6 personnes maximum.

Atelier de couture

Association Groupe folklorique les embrumes

Vous pourrez apprendre à faire
de la broderie sur châles, de la
dentelle à roue, des modesties
ou reprendre une coiffe abîmée.
Mercredi 5 octobre, de 14h30
à 16h, à la Salle Paul Battail de
Chambéry-le-Vieux.
Gratuit et ouvert à tous, animée
par Isabelle et Christiane.

Spectacle de danses folkloriques savoyardes

Association Groupe folklorique les embrumes

Assistez à la répétition du
spectacle, c'est ouvert à tous !
Mercredi 5 octobre à 16h - Goûter
offert à l'issue de la répétition.
Salle Paul Battail.

Jeudi

06/10

Chants

Cité des arts

Venez partager l'échauffement vocal avec les jeunes chefs de chœurs, découvrir comment leur professeure les forme à diriger des groupes de chanteurs et, pourquoi pas, si le cœur vous en dit, chantez quelques partitions sous leur direction !

Avec Pierre-Line Maire

Jeudi 6 octobre de 13h30 à 15h30, à la Cité des arts (salle 316).

Inscriptions auprès de la Cité des arts : 04 79 60 23 70.

10 participants maximum.

Arts martiaux

Association Võ Son Long Chambéry

Découverte, initiation et développement des arts martiaux traditionnels vietnamiens. Dans le cadre de la Semaine bleue, toutes les activités sont gratuites et sans inscription.

Jeudi 6 octobre de 19h30 à 21h, à La Nébuleuse, 185 rue Commandant Bulle.

Projection

Association V.E.L.O à vélo

Il n'y a pas d'âge pour voyager à vélo ! L'association vous propose un échange autour d'un film portant sur une randonnée de 9 jours effectuée au départ de Chambéry essentiellement sur voies vertes et véloroutes. Posez vos questions pour vous lancer dans l'aventure ou pour témoigner.

Jeudi 6 octobre à 17h, à l'amphi de la Maison des associations.

Cours de gym sénior

Association l'Alerte Gentianes

Gym douce réservée à un public sénior.

Jeudi 6 octobre de 10h à 11h, au gymnase de la Palestre.

Vendredi

07/10

Projection du film *The Duke* **Espace Malraux**

En 1961, Kempton Bunton, un chauffeur de taxi sexagénaire, vole à la National Gallery de Londres le portrait du Duc de Wellington peint par Goya. Il envoie alors des notes de rançon, menaçant de ne rendre le tableau qu'à condition que le gouvernement rende l'accès à la télévision gratuit pour les personnes âgées. Basé sur une histoire vraie.

En version française.

La projection sera suivie d'un moment convivial à 16h.

Vendredi 7 octobre à 14h15, à l'espace Malraux.

Tarif unique CinéMalraux : 2,50€

Soirée photos **Association Chasseurs d'Images 35/8**

Vous êtes invités à la soirée du club pour le visionnage de photos et de diaporamas réalisés par les membres du club.

Vendredi 7 octobre à 20h, à la Maison des associations (salle B011).

Café ambulant **Régie Coup de pouce**

Déambulation en vélo pour parler de la cohabitation intergénérationnelle.

Vendredi 7 octobre de 9h à 11h30.

Au départ de la mairie du quartier du Biollay.

Arrivée prévue square Maréchal Franchet d'Esperey (devant Aldi), devant le siège de la Régie Coup de Pouce.

Les collations sont offertes.

Cours de pilates **Association AEB Gym Chambéry**

C'est gratuit et sans inscription : il faut juste venir en tenue sportive, en chaussettes ou pieds nus et avec une bouteille d'eau.

Vendredi 7 octobre de 9h15 à 10h, dans les locaux de l'AEB Gym Chambéry, 2 631 avenue des Landiers.

Cours de gym sénior

Association l'Alerte Gentianes

Gym douce réservée à un public sénior.

Vendredi 7 octobre de 10h15 à 11h15, au gymnase de la Palestre.

Atelier Dessin/observation

Association Le Relais du Covet

Vendredi 7 octobre de 14h à 17h30, à la Maison des associations (salle CIII).

Inscriptions à l'accueil de la Maison des associations.

Danse country

Association Zen Dance

Séance d'essai de danse country pour faire comme les cow-boys !

Vendredi 7 octobre de 18h à 19h, à la Maison des associations (salle H011).

Inscription à l'accueil de la Maison des associations.

5 personnes maximum.

MAIS AUSSI



EXPO PHOTO

3 au 21 octobre 22

Vieillesse(s)



Entrée libre
du lundi au vendredi
à partir de 9h
67 place François Mitterrand
73000 Chambéry

Renseignements :
06 79 95 51 42
www.photilde.com

photilde
MATHILDE PARQUET

LA
BASE

Exposition Vieillesse(s)

La Base / Malraux

L'exposition *Vieillesse(s)* présentée par Mathilde Parquet est visible du 3 au 21 octobre aux horaires d'ouverture de la Base.
Lundi de 9h à 19h et du mardi au vendredi de 9h à 21h.

Ouverture le week-end si événement à La Base / Espace Malraux.

Entrée libre.

Une visite commentée en présence de l'artiste est prévue vendredi 7 octobre à 16h30.

Bibliothèque Georges Brassens

La bibliothèque vous propose une sélection thématique à découvrir sur place.

Mardi 11/10



Atelier de discussion et réflexion sur l'âgisme

**Mission égalité, ville inclusive et
lutte contre les discriminations
de la Ville de Chambéry**

*Mardi 11 octobre de 18h30 à 19h45,
à la MJC de Chambéry.*

*Sur inscription, à l'accueil de la
Maison des associations.*

20 personnes maximum.

Cours de couture

Association l'Alerte Gentianes

Pour apprendre à couper et à
coudre des vêtements, rejoignez
le groupe de couture de l'Alerte
Gentianes !

*Séance d'essai le mardi 11 octobre
de 19h à 21h15, 99 rue Pasteur.*

Samedi 15/10



SAMEDI 15 OCTOBRE

15H30 Conférence gesticulée

17H30 Groupe de parole non-mixité

MJC - BARTEM

Conférence gesticulée «Ridées mais pas fanées»

MJC Chambéry

Conférence gesticulée de
Marianne Blin.

*Samedi 15 octobre à 15h30, à la
MJC de Chambéry.*

Tarif unique : 5 €

*Réservation possible au
04 79 85 05 84.*

60 personnes maximum.



www.chambery.fr



@VilledeChambery