

# LA SEMAINE BLEUE

## FICHE D'INSCRIPTION

Nom : .....

Prénom : .....

Téléphone : .....

### Fiche d'inscription à retourner en mairie avant le 30 septembre 2020.

Cochez les cases d'activités auxquelles vous souhaitez participer,  
faites de même dans le programme afin de savoir à quelles activités vous êtes inscrits.

Madame Laurence Hochard, service Animation, vous recontactera pour validation de toutes vos inscriptions.

#### Lundi 5 octobre

- 9h30 à 10h30 Initiation tai chi chuan pour tous
- 14h à 15h Le sommeil avec l'âge
- 15h à 16h Le sommeil avec l'âge

#### Mardi 6 octobre

- 10h à 11h30 La rentrée littéraire
- 12h Le Déjeuner zen de Marcelo
- 14h à 15h Atelier swissball
- 15h à 16h Atelier forme équilibre

#### Mercredi 7 octobre

- 9h30 à 10h30 Atelier marche nordique
- 11h à 12h Séance d'initiation à la sophrologie
- 14h à 15h Qu'est ce que la micronutrition ?

#### Jeudi 8 octobre

- 10h à 11h Visite de la brasserie la Séquière
- 12h Le repas bio de Sarah
- 14h à 15h30 Atelier fabrication produits naturels

#### Vendredi 9 octobre

- 9h30 à 10h30 Formation 1<sup>ers</sup> secours
- 11h à 12h Formation 1<sup>ers</sup> secours
- 14h à 15h Prévention routière
- 15h à 16h Balade à vélo
- 17h Clôture de la Semaine bleue