

OCTOBRE BLEU 2024 - « Bouger ensemble... pour entretenir la flamme ! »

Date	Animations proposées	Organisateur(s)	Lieu
Samedi 5 octobre	Ouverture Intergénérationnelle avec lectures et chorales - 14 h 30 - Espace verdure	Clrpa/Lagrange	Résidence Lagrange Gratuit
Dimanche 6 octobre	Fanfare éphémère et Duo visuel et burlesque (ouverture saison Boris Vian) aussi le 5.	Théâtre Boris Vian - Couëron	Théâtre Boris Vian 5€
Lundi 7 octobre	Pratiquer une activité physique pour rester en bonne santé (Kiné Ouest Prévention) 10h-12 h	Clrpa-Couëron	Salle de la Fraternité Couëron - Gratuit
Du 7 au 11 octobre	Performances de Collectionneurs - Trésors de vie (10h-12h/15h-19h)	Clrpa-Couëron	Expo - Cour carrée Tour à Plomb - Gratuit
Mardi 8 octobre	Foot en marchant - 10 h - CS René Gaudin	Concorde	Couëron - Gratuit
Mercredi 9 octobre	Atelier Bien-être santé (Kiné Ouest Prévention) 10-12 h	Clrpa-Couëron	Petite Salle de l'Estuaire - Gratuit
Jeudi 10 octobre	Après-midi dansant avec Mickaël Richard 14h30	Clrpa-Couëron	Salle de l'Estuaire 10€
Jeudi 10 octobre	Jeudi Ciné - Médiathèque	Médiathèque	Couëron - Gratuit
Vendredi 11 octobre	Découvrir Couëron avec un smartphone de façon ludique (Sciences et nature)	Clrpa-Couëron	Couëron - Gratuit
Samedi 12 octobre	La belle et la bête - Château de Goulaine Départ : 13h45 - Spectacle 15 h	Clrpa-Couëron	Château de Goulaine 31 €
Lundi 14 octobre	Tournoi de pétanque avec restauration 10- 17 heures	CSC Henri Normand	CSC Henri Normand 13 €
Mardi 15 octobre	Portes ouvertes Résidence autonomie du Lac - Forum seniors (Maison de l'habitant, l'Aide personnalisée à l'autonomie, Services et loisirs Clrpa-Couëron...) 10h-12h/14h-17h30	Clrpa/Adelis	Résidence autonomie du Lac Gratuit Couëron
Mercredi 16 octobre	Bien manger pour bien vieillir (avec le concours de l'association du Pain sur la Planche)	Clrpa-Couëron	CSC Pierre Legendre Gratuit
Jeudi 17 octobre	À nous les Bords de Loire ! Sports seniors - Contrôle technique gesticulé - Vélo cargo - Badminton - Basket - Jeux d'adresse - Jeux surdimensionnés. 11h-17h30	Clrpa-Couëron	Esplanade Jérémie Huguet - Couëron Gratuit
Jeudi 17 octobre	Portes Ouvertes Halte Relais Alzheimer	Clrpa-Couëron	Tour à Plomb, Gratuit
Jeudi 17 octobre	Rando Bien-Être - 14 h - Départ vélodrome	Concorde	Couëron - Gratuit
Jeudi 17 octobre	Apéro-Philo Grand parentalité - 18 h 30 Animé par les Éclairés du Bocal	CSC Legendre	CSC Legendre, Gratuit
Vendredi 18 octobre	Conférence sur le thème des aides à l'adaptation des logements au vieillissement. - 14 h - Truck logement Soliha	Conseil des Sages	Salle de l'Estuaire Gratuit
Mardi 22 octobre	Randonnée - Journée - St Sébastien/Loire	Clrpa-Couëron	Sud-Loire - 30€
Mercredi 23 octobre	Scrabble intergénérationnel duplicate - 14 h 30 Salle Santoline - Clrpa-Couëron	Clrpa-Couëron	Centre Pierre Legendre
Mercredi 23 octobre	Rallye surprise	Clrpa-Couëron	30 €
Jeudi 24 octobre	Journée spectacle « Marie Gueraillé »	Clrpa-Couëron	St Caradec - 69€
Vendredi 25 octobre	Lecture projetées intergénérationnelles	Clrpa-Couëron	Médiathèque, Couëron
Vendredi 25 octobre	Clôture - cinéma « Adopte un veuf » 14h30 Remise des médailles - 16h30	Clrpa/Lagrange	Résidence Lagrange Gratuit

17 SEPTEMBRE 2024 - INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES POUR TOUTES LES ACTIVITÉS - 9H30/12H
 CENTRES SOCIAUX CULTURELS PIERRE LEGENDRE ET HENRI NORMAND - COUËRON
 clrpac44@gmail.com - 02 40 85 01 65