

SEMAINE 2025 *Bleue*

À partir de 60 ans



**VIEILLIR :
UNE FORCE À
PARTAGER**

DU 06 AU 11 OCTOBRE

VISITES, ANIMATIONS, DÉCOUVERTES, ATELIERS ...

GRATUIT • Un transport est mis en place, sur inscription, pour les habitants du territoire

Renseignements et inscriptions : 04 73 97 19 67 / cias@comcom-csm.fr

**Combrailles,
Sioûle & Morge**
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

**Combrailles,
Sioûle & Morge**
CENTRE INTERCOMMUNAL
D'ACTION SOCIALE

Lundi 06 octobre

Conférence : Jeter en triant, c'est valorisant !

Salle des fêtes
Blot-l'Église
10h00 - 12h00

Jeter n'est pas une idée mais une nécessité.
Découvrez pourquoi bien trier est essentiel, avec
deux ateliers pratiques, dont un sur le compostage.
Animé par le SICTOM des Combrailles

Balade Patrimoine

RDV devant l'Église
Saint-Quintin-sur-Sioule
14h00 - 17h00

Suivez Renée Couppat et découvrez le patrimoine
de Saint-Quintin-sur-Sioule.
Animé par Renée Couppat, guide de pays

Mardi 07 octobre

Bus des Montagnes

Cournon d'Auvergne
8h00 - 17h00

En route pour le Sommet de l'élevage !
*Activité payante et sur réservation
auprès du service - Ouvert à tous*



Atelier sensoriel

EHPAD «Les Orchis»
Combronde
10h00 - 11h30

Venez faire fonctionner vos 5 sens au travers de parcours
sensoriel. Activité ludique et intergénérationnelle.
Animé par le Relais Petite Enfance

Initiation à l'informatique

Médiathèque
Combronde
14h00 - 16h00

Envie de (re)découvrir les bases de l'informatique ?
Cet atelier vous guide pas à pas : ordinateur,
organisation, sécurité...
Animé par le service Culture

Mercredi 08 octobre

Mousse Party !

Maison des jeunes
Les Ancizes-Comps
10h00 - 12h00

Atelier de fabrication de produits ménagers d'autrefois
Animé par le SYDEM Dômes et Combrailles

Spectacle "À nos aïeux"

Cinéma «La Viouze»
Les Ancizes-Comps
15h00 - 16h00

Lecture musicale empreinte de poésie et d'émotion,
conçue par Marina Kaspar et Maëly Ilasciuc.
Spectacle intergénérationnel par la Cie L'Écllosion

Jeudi 09 octobre

Dictée pour s'amuser

Médiathèque
Manzat
10h30 - 12h00

Venez sans fautes !
Animé par le service Culture

Activité Lü

EHPAD
Loubeyrat
14h00 - 16h30

Faites marcher vos neurones et votre corps avec les
différents jeux du mur interactif. **Nombre de places limité**
Animé par le service Enfance-Jeunesse

Médiation animale

EHPAD «Les Orchis»
Combronde
15h30 - 16h30

Profitez d'un moment de détente et de complicité auprès
de nos amis à quatre pattes. **Nombre de places limité**
Activité intergénérationnelle animée par Vianima

Découverte de l'Aquabike

Centre Aquatique
Saint-Georges-de-Mons
15h15 - 16h15

Boostez votre cœur sans brusquer votre corps, le
vélo aquatique pour un cardio tout en légèreté.
Animé par le service Sport

Vendredi 10 octobre

Découverte de la sophrologie

Salle des fêtes
Charbonnières-les-Vlles.
10h00 - 12h00

Éveillez vos sens avec des exercices de relaxation
par la respiration et des automassages.
Animé par Émilie Martel - sophrologue

Atelier Pâtisserie

Salle des associations
Mairie Gimeaux
10h00 - 12h00

Envie de mettre la main à la pâte ?
Rejoignez-nous pour un moment délicieux et
créatif autour de la pâtisserie !
Animé par le service Enfance-Jeunesse

Quizz musical

EHPAD «Le Montel»
Manzat
15h30 - 17h00

Saurez-vous reconnaître les musiques de vos
jeunes années ?
Animé par le service Culture

Et pour clôturer la semaine...

Samedi 11 octobre

Spectacle Marie d'L

Salle des fêtes
Blot-l'Église

À partir de 15h00

Lecture théâtralisée de l'album jeunesse *Marie d'L* de Laura Simonati. Inspirée de l'histoire vraie, de Maria Fassnauer, née en 1879 dans le Tyrol italien.
Par la Cie Le cRi et La Malette

**Pour vous inscrire, réserver le transport,
ou simplement pour des renseignements, c'est ici**

**Combrailles,
Sioule & Morge**
ENTRE INTERCOMMUNAL
D'ACTION SOCIALE

www.combrailles-sioule-morge.fr

cias@comcom-csm.fr

04 73 97 19 67

Création graphique : service communication de Combrailles, Sioule et Morge M.Varion
Annonceur : Centre Intercommunal d'Action Sociale de Combrailles, Sioule et Morge / Ne pas jeter sur la voie publique

