

La Semaine bleue

Semaine nationale des retraités et des séniors.
« Vieillir : une force à partager ! »

du 1er au 13 octobre
journée découverte à Anduze

activités physiques

spectacle

visite guidée

balades

bowling

foire internationale

cinéma

réunion d'information

concert

Inscriptions

04 67 55 89 75
animation@ville-jacou.fr

programme
détaillé au dos



Programme

MERCREDI 1ER OCTOBRE

Réunion d'information « Démarchages et arnaques » proposée par la Police Municipale
Rendez-vous à 14h30 – Espace République.

VENDREDI 3 OCTOBRE

Séance cinéma : Amélie et la métaphysique des tubes

Découvrez ce film d'animation adapté du roman d'Amélie Nothomb !

Rendez-vous à 18h15 à La Passerelle. Règlement sur place 5€.

SAMEDI 4 OCTOBRE

• **Rentrée littéraire avec la librairie L'Epluche- livres**

Rendez-vous à 15h à la médiathèque.

• **Concert de Magda Mango, un groupe de musique festive et chaleureuse qui évoque toute la saveur des Caraïbes**

Rendez-vous à 17h à la médiathèque. Sur réservation auprès de la Médiathèque au 04 67 55 89 15.

LUNDI 6 OCTOBRE

Initiation à la pétanque et aux boules Lyonnaises

Avec l'Amicale Bouliste et Sport Boules. De 14h30 à 16h30.

Rendez-vous à 14h30 sur le terrain de boules - face au Tram. Gratuit sur inscription.

MARDI 7 OCTOBRE

Journée exotique à la bambouseraie

• Découverte guidée du parc de la Bambouseraie d'Anduze, déjeuner au restaurant L'Essentiel et visite des Cévennes en train à vapeur

Rendez-vous à 8h sur le parking Gabriel Boude. Transport en bus. Retour prévu vers 18h.

58€ par personne (chèque à l'ordre de : Régie Générale de Recettes Jacou). Inscription avant le mercredi 24/09.

MERCREDI 8 OCTOBRE

• **Atelier de danse contemporaine « MOVERE DANCE »**

Entrez ludiquement et collectivement dans la danse ! Échauffement basé sur un travail de conscience corporelle et temps d'improvisation fondé sur les sensations, les états du corps, la musicalité, le rapport à l'espace...

De 10h à 11h – Parvis de la mairie (repli dans la salle de danse en cas de pluie). Gratuit sur inscription.

• **« Balade bucolique en campagne vel'oldies »**

Entre le lac du Crès, Teyran et le parc Bocaud. Balade de 10km environ. Organisée par la municipalité avec vélocité.

Rendez-vous à 14h sur le parking du centre œcuménique avec votre vélo en état de marche. Gratuit sur inscription.

JEUDI 9 OCTOBRE

• **Atelier de médiation du rire et de relaxation**

Découverte du Yoga du rire avec G. Francine et C. Vernet « Souffle et Relaxation ».

De 10h à 12h. Rendez-vous à la salle Annexe. Prévoir une tenue ample. Gratuit sur inscription.

• **Bowling de la Pompignane**

Transport en Mini bus et covoiturage. Prévoir des chaussettes.

Rendez-vous à 13h45 devant l'ancienne Mairie. Gratuit sur inscription - Effectif limité.

VENDREDI 10 OCTOBRE

• **Découverte guidée des grands lieux de l'histoire et de la médecine de Montpellier**

Avec l'Office de Tourisme de Montpellier

Rendez-vous à 8h45 au terminus Tram. Gratuit sur inscription- Effectif limité.

• **Aquagym**

Initiation et découverte de l'aquagym dans le petit bassin. Encadrée par un maître-nageur qualifié de l'établissement Alex Jany- Métropole. Séance de 16h à 17h. Port du bonnet de bain obligatoire et douche savonnée préalable à l'accès au bassin.

Rendez-vous à 15h45 directement à la piscine. Gratuit sur inscription- Effectif limité.

• **Spectacle familial : La dompteuse de bulles par la Cie L'envers du Monde**

Rendez-vous à 18h15 à La Passerelle. Règlement sur place 10€.

LUNDI 13 OCTOBRE

Foire internationale de Montpellier : venez découvrir la Polynésie !

Au programme : artisanat traditionnel, danses et musiques tahitiennes, gastronomie locale, présentation de la biodiversité exceptionnelle de cette région... Des artisans polynésiens seront présents pour partager leur savoir-faire ancestral, notamment dans l'art du tatouage traditionnel, la sculpture sur bois, la confection de bijoux en nacre et perles...

Rendez-vous à 9h30 sur le parking de l'ancienne mairie, transport en mini bus et covoiturage à organiser. Retour vers 17h. Gratuit sur inscription.



Places limitées. Inscriptions obligatoires avant le mercredi 24 septembre
Service « Animation Intergénérationnelle », 04 67 55 89 75
animation@ville-jacou.fr





FICHE D'INSCRIPTION - SEMAINE BLEUE

Du 1er au 13 octobre 2025

A retourner à la mairie au plus tard le mercredi 24/09

Aucune inscription ne sera validée sans le règlement

En cas de désistement, aucun remboursement ne sera possible pour la sortie en Cévennes

NOM / PRÉNOM

Personne 1 :Tel

Personne 2 :Tel

RÉUNION D'INFORMATION « Démarchage et arnaques »
Mercredi 1er /10 OUI NON ... Participant(s)

CINÉ
Vendredi 3 /10 OUI NON ... Participant(s)
Païement sur place

RENTRÉE LITTÉRAIRE
Samedi 4 /10 OUI NON ... Participant(s)

CONCERT
Samedi 4 /10 OUI NON ... Participant(s)

INITIATION A LA PÉTANQUE
Lundi 6/10 OUI NON ... Participant(s)

JOURNÉE EXOTIQUE A LA BAMBOUSERAIE
Mardi 7/10 OUI NON
Nombre de participantsx 58 € =
Règlement par chèque (à l'ordre Régie Générale de Recettes de Jacou)

ATELIER DE DANSE COMTEMPORAINE
Mercredi 8/10 de 10h à 11h OUI NON ... Participant(s)

BALADE EN VÉLO
Mercredi 8/10 OUI NON ... Participant(s)

ATELIER YOGA DU RIRE
Jeudi 9/10 OUI NON ... Participant(s)

BOWLING
Jeudi 9/10 OUI NON ... Participant(s)
Véhicule personnel OUI NON
Combien de places sont disponibles ? places

DÉCOUVERTE GUIDÉE Histoire de la Médecine
Vendredi 10/10 OUI NON ... Participant(s)

AQUAGYM
Vendredi 10/10 OUI NON ... Participant(s)

SPECTACLE FAMILIAL
Vendredi 10 /10 OUI NON ... Participant(s)
Païement sur place

FOIRE EXPO DE MONTPELLIER
Lundi 13/10 OUI NON ... Participant(s)
Véhicule personnel OUI NON
Combien de places sont disponibles ? places

Entourer la bonne réponse