

JEUDI 9 OCTOBRE



9H15

INITIATION SPORTIVE

Complexe Anne de Bretagne

Découverte de la Gym Douce



14H30-16H30

VÉLO ADAPTÉ

Foyer de la Perrière

Testez les vélos adaptés.

VENDREDI 10 OCTOBRE



10H-12H

INFORMATION ET PRÉVENTION

PAR LA GENDARMERIE

Salle du Conseil - Mairie

La Brigade Territoriale de Gendarmerie présentera les défis liés à la sécurité routière pour les seniors et vous informera concernant les changements de réglementation du code de la route.

Inscription auprès de la Mairie

SAMEDI 11 OCTOBRE



9H-10H30

MARCHE BLEUE

Départ Parvis de la Mairie

Parcourez la commune avec le **Club de l'Amitié** et l'association **l'Air de rien** via un sentier pédestre accessible. Un circuit de 5 km environ vous sera proposé.

Inscription auprès de la Mairie

LES PARTENAIRES



VIEILLIR UNE FORCE À PARTAGER!



La
Semaine
Bleue

À tout âge, ensemble!

Organisée à Héric par le CCAS

DU 4 AU 11 OCTOBRE

Mairie d'Héric - 2 rue Saint Jean
02 40 57 96 10
www.heric.fr



SAMEDI 4 OCTOBRE

15H00

SPECTACLE

Salle polyvalente - Mairie

La Médiathèque vous propose d'assister au spectacle *La Robe à Fleur* de la Compagnie La Gamine.

Ce spectacle interactif est une parenthèse chaleureuse où le public est invité à chanter au coude à coude et à valser, « le cœur rempli de fleurs » !

Dès 8 ans - Durée : 1h
Gratuit, sous réservation auprès de la Médiathèque : 02 40 57 96 01

LUNDI 6 OCTOBRE

14H45-17H30

CINÉ GOÛTER

Cinéma Le Gén'éric

Film *La Ferme des Bertrand* de Gilles PERRET
Séance à 15h, suivie d'un goûter

Tarif unique : 5€
(règlement sur place)
Inscription auprès de la Mairie

MARDI 7 OCTOBRE

09H-10H30
& 10H30-12H

ATELIER NUMÉRIQUE

Salle du Conseil - Mairie

Apprenez à vous protéger contre le démarchage téléphonique

Inscription auprès de la Mairie

14H-17H

MINI FORUM

Salle polyvalente
Mairie

Mobilité, services, mutuelles, activités, adaptation du logement, tests visuels ...

Rencontrez les structures qui vous accompagneront dans le futur.

14H-17H

TEST AUDITIF

Espace
Phonème,
1 rue Saint-Pierre

Sur rendez-vous auprès du professionnel :
02 40 47 61 37

MERCREDI 8 OCTOBRE

10H30-12H

DICTÉE POUR PETITS ET GRANDS

Salle du Conseil - Mairie

Testez vos connaissances en orthographe et grammaire face aux autres générations !
1 place de cinéma offerte aux enfants participants !

Ouvert aux adultes et aux enfants dès le CM2
Sur inscription

14H-17H

RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONS

Salle polyvalente - Mairie

L'après-midi consacré à des jeux, des ateliers créatifs avec les jeunes du centre de loisirs et du Conseil Municipal des Jeunes.

Goûter offert par le CMJ