

# PROGRAMME D'ANIMATIONS GRATUITES

« BOUGER ENSEMBLE...  
POUR ENTREtenir LA FLAMME ! »



La  
Semaine  
Bleue  
À tout âge, ensemble !

DU 6 AU 18 OCTOBRE 2025  
POUR LES 60 ANS ET +

 CERTAINES ACTIVITÉS SONT POUR TOUTE LA FAMILLE

## VOLGELSHEIM



# PROGRAMME D'ACTIVITÉS

## Toutes les animations sont gratuites

A compléter et déposer en mairie pour valider l'inscription,  
ou directement sur internet : [semainebleue.68600.fr](http://semainebleue.68600.fr)



## SEMAINE 1

### Lundi 6 octobre

**L1 10 h / 11 h :**   
**Pilates**  
**au DOJO de Volgelsheim**  
Animé par la Gymnastique  
Volontaire de Volgelsheim **10**

**L2 14 h / 15 h**   
**Création d'un jeu de cartes**  
**avec les élèves de l'école**  
**maternelle A. DUMAS 20**

**L3 14 h / 16 h :**  
**Massage et esthétique**  
**(créneaux de 40 mn à choisir lors**  
**de l'inscription)**  
Animés par Arrêt Beauté et A'Hotu Massage **6**

**L4 14 h / 17 h : 1**   
**Découverte des couleurs**  
**(fabrication des mélanges,**  
**harmonies des couleurs)** **8**  
Animée par Benoît ROTH

### Mardi 7 octobre

**Ma1 9h30 / 12 h :**  
**Mandala**  
Animé par la Médiathèque de Biesheim **8**

**Ma2 11h30 / 13h30 :**  
**Dégustation d'un repas**  
**fait avec les élèves**  
**du collège et les Chefs**  
**au Restaurant La Boîte à Sel**  
Animée par Xavier et Patrice HENNY **15**

**Ma3 14 h / 16 h :**  
**Peinture d'un bouclier**  
**romain en bois**  
Animée par le Musée Gallo Romain  
de Biesheim **10**

**M4 15 h / 16h30 :**   
**Bien Être Santé Taïso**  
**au DOJO de Volgelsheim**  
Animé par le Club d'Aïkido de Kunheim **10**

**Ma5 17 h / 18 h :**  
**Tir à l'arc**  
**au Complexe Sportif**  
**(Entrée par l'arrière du bâtiment)**  
Animé par les Archers de Volgelsheim **10**

### Mercredi 8 octobre

**Me1 9h30 / 12 h :**  
**Mandala**  
Animé par la Médiathèque de Biesheim **8**

**Me2 10 h / 12 h :**   
**Balades en triporteur**  
**(créneaux de 40 mn à choisir**  
**à l'inscription)**   
**au Périscolaire**  
Animées par "A vélo sans âge" de Biesheim

**Me3 13h30 / 16h30 :**   
**Balades en triporteur**  
**(créneaux de 40 mn à choisir**  
**à l'inscription)**   
**au Périscolaire**  
Animées par "A vélo sans âge" de Biesheim

**Me4 14 h / 16 h :**  
**Art floral**  
**attention atelier debout**  
**(prévoir couteau, ciseau, sécateur**  
**et colleuse si possible)**  
Animé par l'Eglantine **10**

**Me5 17h30 / 18h30 :**   
**Pilates**  
**au DOJO de Volgelsheim**  
Animé par Gymnastique  
Volontaire de Volgelsheim **10**



### LÉGENDE



ACTIVITÉ POUR TOUTE LA FAMILLE



INDIQUE LE NOMBRE DE PLACES



ACTIVITÉ RÉALISÉE À LA SALLE DES FÊTES  
1 RUE DE LA CLEF DE SOL



ACTIVITÉ RÉALISÉE À LA  
GIRANDIERE - 5 RUE DES APPELÉS



ACTIVITÉ RÉALISÉE DANS UN LIEU DIFFÉRENT (INDIQUÉ DANS LA CASE)

# PROGRAMME D'ACTIVITÉS

## Toutes les animations sont gratuites

A compléter et déposer en mairie pour valider l'inscription,  
ou directement sur internet : [semainebleue.68600.fr](http://semainebleue.68600.fr)



### Jeudi 9 octobre

**J1** 9h30 / 12h :  
**Mandala**

Animé par la Médiathèque de Biesheim

8

**J2** 14 h / 15 h :  
**Gymnastique Douce**  
**au DOJO de Volgelsheim**

Animée par la Gymnastique  
Volontaire de Volgelsheim

10

**J3** 14 h / 17 h : **2**  
**Initiation à la peinture de**  
**paysage – aquarelle et**  
**crayon aquarellable**

Animée par Benoît ROTH

8

**J4** 17 h / 18 h :  
**Yoga intergénérationnel**  
**au Périscolaire**

Animé par Lorna NOURRICE

8

### Vendredi 10 octobre

**V1** 9 h / 10 h :  
**Création d'un jeu de cartes**  
**avec les élèves de**  
**l'école élémentaire**  
**les Frères GRIMM**

20

**V2** 10h30 / 11h30  
**Dictée intergénérationnelle**  
**au collège de Volgelsheim**  
**(deux groupes)**

RDV devant le portail de l'entrée principale

24

**V3** 14 h / 16h30 :  
**Pétanque**  
**au Parc André MANN**

Animée par Michel IMHOFF

11

**V4** 13 h / 16h30 :  
**Conférences interactives**  
**sur le thème**  
**"Ma mémoire, sa mémoire,**  
**comment la préserver ?**  
**Repérer sans dramatiser !"**

Animées par Mme JERONIMO, Neuropsychologue  
et le Docteur MICHEL, Gériatre

Les résultats de la dictée seront donnés lors de la cérémonie de clôture  
le 22 octobre à 17h00 à la salle des fêtes.

L'ÉGLANTINE FLEURS  
LICAUSI RACHEL  
4, rue du marché  
68600 NEUF-BRISACH  
03.89.72.82.29  
rursitenberger.rachel@orange.fr

L'ÉGLANTINE FLEURS  
ARTISAN FLEURISTE  
www.leglantine.fr



# PROGRAMME D'ACTIVITÉS

## Toutes les animations sont gratuites

A compléter et déposer en mairie pour valider l'inscription,  
ou directement sur internet : [semainebleue.68600.fr](http://semainebleue.68600.fr)



## SEMAINE 2

### Lundi 13 octobre

**L5 9 h / 10 h :**   
**Création d'un jeu de cartes avec  
les élèves de l'école élémentaire  
Charles PERRAULT 20**

**L6 10 h / 11 h :**   
**Pilates  
au DOJO de Volgelsheim**  
Animé par Gymnastique  
Volontaire de Volgelsheim **10**

**L7 14 h / 16 h :**  
**Vannerie**  
 **FORCE DANS LES POIGNETS**  
Animée par Sophie BADER  
et Jean-Claude BIELLMANN **6**



### Mardi 14 octobre

**Ma6 9h30 / 11h30 :**   
**Atelier créatif**  
Animé par Laetitia Fleuranceau **10**

**Ma7 14 h / 16 h :**  
**Peinture d'un bouclier  
romain, en bois**  
Animée par le Musée Gallo Romain  
de Biesheim **10**

**Ma8 15 h / 16h30 :**   
**Bien Être Santé Taïso  
au DOJO de Volgelsheim**  
Animé par le Club d'Aikido de Kunheim **10**



### Mercredi 15 octobre

**Me6 9h30 / 11h30 :**   
**Activités au cœur de la nature  
à la Plaine de Jeux  
+ pique-nique**  
Animées par Eliane HEYER, Maïté et Malek **20**

**Me7 9h30 / 12 h :**   
**Impression végétale**  
Animée par la Médiathèque de Biesheim **8**

**Me8 14 h / 16h30 :**   
**Pétanque  
au Parc André MANN**  
Animée par Michel IMHOFF **10**

**Me9 14 h / 16 h :**   
**Atelier créatif**  
Animé par Laetitia Fleuranceau **10**

**Me10 17h30 / 18h30 :**   
**Pilates  
au DOJO de Volgelsheim**  
Anime par Gymnastique  
Volontaire de Volgelsheim **10**

### LÉGENDE



ACTIVITÉ POUR TOUTE LA FAMILLE



INDIQUE LE NOMBRE DE PLACES



ACTIVITÉ RÉALISÉE À LA SALLE DES FÊTES  
1 RUE DE LA CLEF DE SOL



ACTIVITÉ RÉALISÉE À LA  
GIRANDIERE - 5 RUE DES APPELÉS



ACTIVITÉ RÉALISÉE DANS UN LIEU DIFFÉRENT (INDIQUÉ DANS LA CASE)

# PROGRAMME D'ACTIVITÉS

## Toutes les animations sont gratuites

A compléter et déposer en mairie pour valider l'inscription,  
ou directement sur internet : [semainebleue.68600.fr/](http://semainebleue.68600.fr/)



### Jeudi 16 octobre

**J5 9h30 / 12h :**   
**Impression végétale**  
Animée par la Médiathèque de Biesheim **8**

**J6 10 h / 12 h :**   
**Atelier cuisine**  
Animé par la famille HENNY **18**

**J7 14 h / 15 h :**   
**Gymnastique douce  
au DOJO de Volgelsheim**  
Animée par la Gymnastique  
Volontaire de Volgelsheim **10**

### Vendredi 17 octobre

**V5 9h30 / 12h :**   
**Impression végétale**  
Animée par la Médiathèque de Biesheim **8**

**V6 14 h / 15 h :**   
**Création d'un jeu de cartes avec  
les élèves de l'école maternelle  
Charles PERRAULT** **20**

**V7 14 h / 16 h :**  
**Massage et esthétique  
(créneaux de 40 mn à choisir  
lors de l'inscription)**  
Animés par Arrêt Beauté et A'Hotu Massage **6**



**Mercredi 22 octobre à 17h à la salle des fêtes**  
**cérémonie de clôture**  
**et projection des photographies et vidéos**



**Talon à compléter pour une personne :**

**NOM :** .....  
**Prénom :** .....  
**Adresse :** .....  
**N° téléphone :** .....  
**E-mail :** .....



