

UN PROGRAMME RICHE POUR LA SEMAINE BLEUE



© Anthony Prosper

Changeons notre regard sur les aînés, brisons les idées reçues est le thème de la Semaine bleue 2022. Dédiée à la valorisation de la place des aînés dans la vie sociale, elle fête cette année ses soixante-dix ans d'existence.

La Ville de Joigny a mis en place un planning d'animations gratuites, ouvert à tous les habitants de Joigny et de la communauté de communes du Jovinien âgés de 60 ans et plus à l'occasion de cette semaine pas comme les autres. Elle se déroule du 3 au 8 octobre. Le programme est particulièrement riche. Le voici.

LUNDI 3 OCTOBRE. Séance de **cinéma** au cinéma Agnès-Varda à 16h (film : Une belle course avec Line Renaud et Dany Boon). Sur réservation (03 86 92 48 08 ou 03 86 92 48 28). **Marche** de 4 à 5 km, rendez-vous à 14h30 devant la fontaine de la place du marché. Séance de découverte de l'**aïkido** à la salle omnisports, de 18h15 à 19h15. Sur réservation (06 18 53 32 67).

MARDI 4 OCTOBRE. Atelier intergénérationnel à la microcrèche Maria-Montessori, avec **chants et instruments de musique**, de 9h à 11h. Limité à quatre personnes. Contact : 03 86 63 38 94. Séance de **gym douce** à la salle de danse à 10h30, séance de **sport santé** à la salle omnisports à 15h, séance de **qi-gong** à la salle des Muses à 19h. **Aquagym** à la piscine

de 16h15 à 17h, sur réservation au 03 86 62 10 98. Initiation au **karaté** au dojo de l'ancien groupe géographique de 15h à 16h30. **Atelier « rester chez soi grâce aux services à domicile »** à la salle des commissions de la mairie de 9h à 12h.

MERCREDI 5 OCTOBRE. Rendez-vous à 14h30 devant la fontaine de la place du marché pour une **randonnée** de 8 à 9 km, sans réservation. De 9h à 9h45 et de 9h45 à 10h30, **sports seniors** au dojo.

JEUDI 6 OCTOBRE. Atelier intergénérationnel à la microcrèche Maria-Montessori, avec **chants et instruments de musique**, de 9h à 11h. Limité à quatre personnes. Contact : 03 86 63 38 94. Séance de **qi-gong** à la salle de danse à 10h, séance de **sport santé** à la salle omnisports à 15h, séance d'initiation au **karaté** à 17h15 au dojo. De 14h à 18h, **après-midi dansant** avec Florence Parisot dans les salons de l'Hôtel-de-Ville. Réservations, avant le 3 octobre, au 03 86 92 48 08 ou au 03 86 92 48 28.

VENDREDI 7 OCTOBRE. Séance de **gym santé** à 10h30 à la salle de danse.

SAMEDI 8 OCTOBRE. De 14h à 14h45, **aquagym** à la piscine sur réservation au 03 86 62 10 98.

