

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](http://www.combrailles-sioule-morge.fr)  
[cias@comcom-csm.fr](mailto:cias@comcom-csm.fr)  
04 73 97 19 67

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

# 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](mailto:cias@comcom-csm.fr)



## 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-Quentin-sur-Sioule

14h00 - 17h00

Suivez Renée Couppat et découvrez le patrimoine  
de Saint-Quentin-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-Villes.

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 Cimeaux

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*