

# LA ville EN COULEURS

Du 24 au 28 août

## ACTIVITÉS CULTURELLES

### • METTONS DES COULEURS AUX FENÊTRES

Ajouter des couleurs – signes d'espoir et de solidarité – aux fenêtres, balcons, terrasses, jardins... pour mettre des couleurs dans la ville, dans la vie ? Tous les Stéphanois, les structures municipales, les commerçants sont invités à participer sous toutes les formes possibles : foulards, dessins, pots de fleurs... afin que chaque foyer devienne un lieu d'animation coloré.



## POINT SOLIDAIRE

JEUDI 27 AOÛT  

CRÉATION D'UN JEU DE SOCIÉTÉ  
DE 9 H 30 À 12 H

Atelier de création d'un jeu de société dont le thème

est « redonner des couleurs à sa ville ». Chaque jeudi matin de l'été, la ludothèque accompagne une démarche collective de création ludique.

**Ludothèque. À partir de 10 ans, animation réservée aux adhérents. Inscriptions au 02.32.95.16.25 ou [ludotheque@ser76.com](mailto:ludotheque@ser76.com)**

## LOISIRS D'ÉTÉ

TOUT L'ÉTÉ  
EXPOSITION « ABSTRACTIONS » 

Exposition de l'atelier photo du centre socioculturel-Prévoist sur les fenêtres de la maison du citoyen. Une plongée dans le domaine de l'abstraction, du minimalisme...

**Place Jean-Prévoist. Visite libre.**

LUNDI 24 AOÛT

RANDONNÉE PÉDESTRE | DE 9 H À 11 H  

La pratique de la marche améliore la résistance de l'organisme à l'effort. Discipline praticable toute sa vie, sans esprit de compétition, adaptée à chacun.

**Rendez-vous en forêt sur le parking de la Sapinière à côté de la maison des forêts. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**

ACTIVITÉS MANUELLES 0/3 ANS  

DE 10 H 30 À 11 H 30

Activités manuelles avec un enfant et son parent ou son assistante maternelle sur le thème des couleurs (réalisation de fleurs en divers matériaux).

**Bibliothèque Louis-Aragon. Inscriptions la semaine précédente au 02.35.66.86.10.**

CARDIO TRAINING | DE 12 H À 12 H 30  

Améliore l'endurance cardiovasculaire, affine et sculpte la silhouette.

**Parc omnisports Youri-Gagarine, solarium de la piscine Marcel-Porzou. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Rendez-vous devant l'entrée de la piscine. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**





# LA ville EN COULEURS

# LOISIRS D'ÉTÉ

GRATUIT

 LE PORT DU MASQUE EST OBLIGATOIRE POUR LES PLUS DE 11 ANS.

 INTÉRIEUR  EXTÉRIEUR  NOMBRE DE PERSONNES MAXIMUM

-  ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET MANUELLES
-  ACTIVITÉS LUDIQUES
-  ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE
-  DIVERS

## MARDI 25 AOÛT

### GYMNASTIQUE DOUCE | DE 10 H À 11 H

Travail de l'ensemble du corps avec différents exercices permettant un maintien du tonus musculaire, de l'équilibre, de la mémoire et de la coordination.

**Parc omnisports Youri-Gagarine, Cosum, salle d'arts martiaux. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**



### ACTIVITÉS MANUELLES 0/3 ANS

#### DE 10 H 30 À 11 H 30

Activités manuelles avec un enfant et son parent ou son assistante maternelle sur le thème des couleurs (réalisation de fleurs en divers matériaux).

**Centre socioculturel Jean-Prévoist. Inscriptions la semaine précédente au 02.35.66.86.10.**



### PEINDRE DEHORS | DE 15 H À 16 H 30

Peindre dehors, sur différents sujets en lien avec la nature. Peindre, dessiner, observer en libérant son geste.

**Place Jean-Prévoist. Atelier pour les adultes. Inscriptions auprès du centre au 02.32.95.83.66.**



### CARDIO TRAINING

#### DE 18 H À 18 H 30 OU DE 19 H À 19 H 30

Améliore l'endurance cardiovasculaire, affine et sculpte la silhouette.

**Parc omnisports Youri-Gagarine, solarium de la piscine Marcel-Porzou. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Rendez-vous devant l'entrée de la piscine. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**



## MERCREDI 26 AOÛT

### MARCHE NORDIQUE | DE 9 H À 11 H

Renforcement musculaire et cardiovasculaire. Conception de la marche beaucoup plus active.

**Rendez-vous en forêt sur le parking de la Sapinière à côté de la maison des forêts. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Venir avec ses bâtons. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**



### TOURNOI « TAKE IT EASY » | DE 10 H À 11 H 45

Jeu de tirage de tuiles colorées qui reprend le principe du loto.

**Ludothèque. À partir de 10 ans, animation réservée aux adhérents. Inscriptions au 02.32.95.16.25 ou ludotheque@ser76.com**



### JEUX | DE 13 H 20 À 15 H 20

#### OU DE 15 H 40 À 17 H 40

« Corinth » est un jeu en roll and write où vous devrez construire le plus grand port ! Dans « Twisty », les joueurs devront récupérer le plus vite possible, un maximum de cubes !

**Ludothèque. À partir de 10 ans, animation réservée aux adhérents. Inscriptions au 02.32.95.16.25 ou ludotheque@ser76.com**



### SALLE D'APPAREILS

#### DE 14 H À 15 H OU DE 15 H 30 À 16 H 30

Apprentissage des exercices de renforcement musculaire et de cardio, via des exercices individuels avec les machines ou au poids du corps.

**Parc omnisports Youri-Gagarine, salle de musculation de la piscine Marcel-Porzou. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Uniquement pour les 12/17 ans. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**



### CARDIO TRAINING | DE 19 H À 19 H 30

Améliore l'endurance cardiovasculaire, affine et sculpte la silhouette.

**Parc omnisports Youri-Gagarine, solarium de la piscine Marcel-Porzou. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Rendez-vous devant l'entrée de la piscine. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**



## JEUDI 27 AOÛT

### DE LA TERRE À L'ASSIETTE

#### DE 9 H 30 À 16 H

L'association Le Champ des possibles propose de découvrir l'agriculture urbaine avec la visite du site de Repainville et de récolter les légumes nécessaires à la réalisation d'une recette réalisée au cours d'un atelier cuisine. La demi-journée sera clôturée par la dégustation de la recette pendant un repas partagé avec l'ensemble des participants.

**Jardin de l'association Le Champ des possibles sur le site de Repainville. Rendez-vous à 9 h 30 devant le Périph'. Inscriptions auprès du Périph' au 02.32.95.17.45.**








# LA *ville* EN COULEURS

## LOISIRS D'ÉTÉ

GRATUIT

 LE PORT DU MASQUE EST OBLIGATOIRE POUR LES PLUS DE 11 ANS.

 INTÉRIEUR  EXTÉRIEUR  NOMBRE DE PERSONNES MAXIMUM

-  ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET MANUELLES
-  ACTIVITÉS LUDIQUES
-  ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

### JEUDI 27 AOÛT (SUITE)

#### RELAXATION/STRETCHING | DE 10 H À 11 H

Amélioration de la souplesse et du tonus musculaire. Pratique douce, essentielle pour retrouver détente et bien-être.

**Parc omnisports Youri-Gagarine, Cosum, salle d'arts martiaux. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**



#### ATELIER BIEN-ÊTRE | DE 9 H À 11 H 30

Moment de détente pour découvrir différentes astuces coiffure.

**Tour Calypso, rue Eugénie-Cotton. Inscriptions au 06.79.08.56.23.**



#### JEUX

#### DE 13 H 20 À 15 H 20 OU DE 15 H 40 À 17 H 40

Dans « Alhambra », les meilleurs architectes d'Europe se donnent rendez-vous pour construire les plus beaux édifices ! Dans « Takenoko », vous devrez prendre soin d'un bébé panda qui a tout le temps faim !

**Ludothèque. À partir de 10 ans, animation réservée aux adhérents. Inscriptions au 02.32.95.16.25 ou ludotheque@ser76.com**



#### CARDIO TRAINING | DE 12 H À 12 H 30

Améliore l'endurance cardiovasculaire, affine et sculpte la silhouette.

**Parc omnisports Youri-Gagarine, solarium de la piscine Marcel-Porzou. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Rendez-vous devant l'entrée de la piscine. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**



#### JEUX SUR CONSOLE | 14 H

Tournoi par équipes de jeux sur console : Fifa 20, Mario Kart, Call of Duty... Durée : 1 h 30 à 2 h selon le jeu. **Bibliothèque Elsa-Triolet. Réservé aux 11-16 ans. Inscriptions obligatoires au 02.32.95.83.68.**



#### CARDIO TRAINING

#### DE 17 H 30 À 18 H OU DE 18 H 30 À 19 H

Améliore l'endurance cardiovasculaire, affine et sculpte la silhouette.

**Parc omnisports Youri-Gagarine, solarium de la piscine Marcel-Porzou. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Rendez-vous devant l'entrée de la piscine. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**



#### ATELIER FLORAL | DE 14 H À 15 H 30

Réalisation de compositions florales.

**Place Jean-Prévost. Sur inscription auprès de la division du développement social au 06.79.08.56.23.**



#### SOIRÉE ACCORDÉON | DE 18 H À 20 H

Concert de musique folk celtique et chanson française interprété par Éric Saunier (Foumagnac) au cœur de Thorez.

**Animation sur l'esplanade, au niveau des bâtiments. Inscriptions auprès du centre socioculturel Georges-Brassens au 02.32.95.17.33.**



### VENDREDI 28 AOÛT

#### RANDONNÉE PÉDESTRE | DE 9 H À 11 H

La pratique de la marche améliore la résistance de l'organisme à l'effort. Discipline praticable toute sa vie, sans esprit de compétition, adaptée à chacun.

**Rendez-vous en forêt sur le parking de la Sapinière à côté de la maison des forêts. Ne présenter aucune contre-indication à la pratique d'activités sportives. Sur inscription à l'accueil de la piscine au 02.35.66.64.91.**

