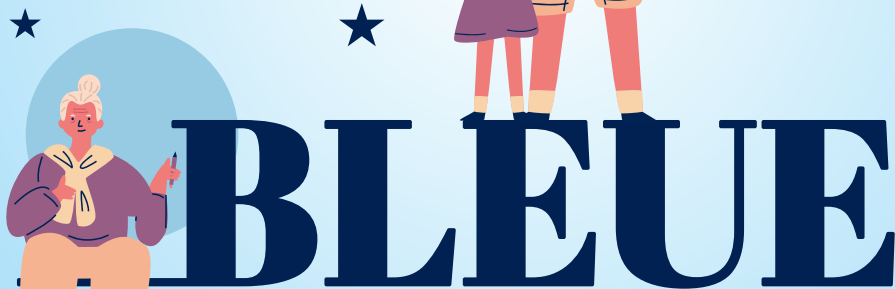




Relions tous les âges
dans des
territoires engagés !

Gratuit



à
Genay !

Du
5 au 10
octobre
2026



Édito

« Relions tous les âges dans des territoires engagés ! »

Chères Ganathaines, chers Ganathains,

Comme vous le savez déjà, votre équipe municipale croit depuis fort longtemps en la vertu du lien social. Même si ce terme est bien souvent galvaudé, il nous rappelle que nous sommes des êtres humains doués de sens et d'émotions tels qu'il est dangereux de ne plus être en lien. En 1941, dans ses écrits intitulés « Tel quel », le poète et essayiste français Paul Valéry disait « Un homme seul est toujours en mauvaise compagnie ».

C'est précisément pour endiguer cette solitude qui peut s'aggraver avec l'âge, qu'ici à Genay, nous vous proposons, aux hommes comme aux femmes, tout un programme tout le long de l'année et plus particulièrement à l'occasion de la Semaine Bleue.

Renforcement cognitif avec un loto convivial, dictée intergénérationnelle pour un partage de la connaissance, en toute simplicité.

Renforcement musculaire avec du yoga, de la gym'active.

Renforcement gustatif pour le plaisir des papilles !

Sans oublier de se protéger avec les bons gestes de sécurité et prendre soin de soi avec de bons produits cosmétiques locaux !

La palette est là, rendez-vous sur tous les ateliers et finissons en toute convivialité avec notre buffet festif, gustatif et culturel !

Je vous souhaite une belle semaine.

Au plaisir de vous croiser !

Avec vous,

Valérie Giraud, Maire de Genay

Lundi 5 octobre

Yoga sur chaises

9h30 - Salle Saint-Exupéry

Flavie Vautier vous propose de venir découvrir cette pratique douce, qui adapte les mouvements du yoga traditionnel en utilisant une chaise comme support principal.

Café - Loto

14h - Salle Saint-Exupéry

C'est le moment de faire carton-plein ! Nicole Durand, notre animatrice séniors vous propose un loto, autour d'un café accompagné de quelques gourmandises et des surprises à emporter !



Mardi 6 octobre

Gym'Active

10h - Salle Saint-Exupéry

Prévention, renforcement, cardio, Mathieu Dubuis vous propose différents circuits avec des accessoires pour gagner en énergie.

Conférence : Les bons gestes pour votre sécurité

14h - Salle Saint-Exupéry

Atelier animé par Maxime Robert, responsable de la Police Municipale de Genay.

Les thèmes abordés : les arnaques, les démarchages frauduleux...

Mercredi 7 octobre

Journée de partage entre générations

Atelier cuisine

10h - Salle Saint-Exupéry

Atelier de confection de gâteaux, biscuits et autres douceurs à partager au goûter, après une bonne dictée...



La grande dictée de la Semaine Bleue

14h - Salle Saint-Exupéry

Ne manquez pas cet événement national, convivial et intergénérationnel. La Grande Dictée est animée en direct par Philippe Dessouliers, auteur de textes de dictée et lauréat de la dictée de Pivot en 2002. Un moment de partage pour le simple plaisir de jouer avec les mots.

Vos petits-enfants peuvent vous accompagner! Après les corrections, place au goûter fait maison.

Jeudi 8 octobre

Promenade de tous âges dans nos territoires !

9h30 - Parking Mairie

Balade conviviale à la découverte de nos territoires.

Départ en mini-bus avec Mathieu Dubuis, animateur Junior/Sénior



Visite découverte de l'atelier de So Cosmétiques



14h, 14h30 et 15h (places limitées)

Chemin de la Cage, Neuville-sur-Saône

Sophie Vettesse nous fait découvrir son laboratoire, elle crée des cosmétiques authentiques, faits main, en utilisant des ingrédients naturels et respectueux de votre peau, de votre santé, mais aussi de la planète.



Vendredi 9 octobre

P'tit déj coup de cœur

9h30 - Médiathèque Alphonse Daudet

Vous êtes passionnés de lecture et vous souhaitez les partager ? Venez échanger sur vos lectures favorites et découvrir de véritables pépites. L'occasion aussi de parler musique, cinéma ou spectacle du moment autour d'un café.

Film « De la Comédie Française »



13h30 - Cinéma

La Passerelle

Départ à 13h -

Stade Claude

Perret

L'histoire loufoque et drôle d'une troupe de théâtre qui joue la pièce de Macbeth.



Samedi 10 octobre

Que la fête commence avec le Duo DOUBLE CHIC !

A partir de 11h - Salle Saint-Exupéry
Buffet festif en musique pour un moment joyeux et plein de complicité.
Un voyage musical où les voix s'entremêlent, où l'accordéon flirte

avec la guitare-synthé et où le public pourrait bien se retrouver à fredonner... voire à danser !

Inscription obligatoire



Les échappées musicales des élus, accompagnés par la Cécilienne, viendront sonner à votre porte pour enchanter votre après-midi.

Date	Matin	Après-midi
Lundi 05	9h30 : Yoga sur chaises Salle Saint-Exupéry	14h : Café Loto Salle Saint-Exupéry
Mardi 06	10h : Gym'Active Salle Saint-Exupéry	14h : Conférence : « Les bons gestes pour votre sécurité » Salle Saint-Exupéry
Mercredi 07	10h : Atelier Cuisine Salle Saint-Exupéry	14h : La grande dictée et goûter partagé Salle Saint-Exupéry
Jeudi 08	9h30 : Balade conviviale Départ Mairie place des Libertés	14h, 14h30, 15h : Visite de l'atelier de So Cosmétiques Chem. de la Cage, Neuville-sur-Saône
Vendredi 09	9h30 : P'tit déj coup de cœur - Médiathèque	13h30 : Film «De la Comédie Française» Départ 13h Stade Claude Perret Cinéma La Passerelle
Samedi 10	11h : Clotûre de la Semaine Bleue : Buffet musical - Salle Saint-Exupéry	

Toutes les activités sont sur inscription dans la limite des places disponibles.



= Possibilité de transport en mini-bus ou en car

Informations et Inscriptions
Mairie de Genay : 04 72 08 78 88
Pôle Parcours de vie
Nicole : 06 19 09 18 20

senior@villedegenay.com - contact@villedegenay.com