

PROGRAMME D'ANIMATIONS *des Seniors* JANVIER-FÉVRIER 2020

À l'École Buissonnière
Courchevel Le Praz



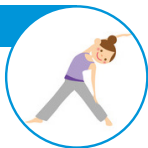
LES ACTIVITÉS ORGANISÉES PAR :

- LE CCAS
- LES ASSOCIATIONS (LA SAINT-BONNAISE ET LE RELAIS DES VILLAGES)

LUNDI MATIN

ÉVEIL CORPOREL
(Initiation à la gym douce)

Pensez à apporter un certificat médical



> Les lundis
2 horaires :
de 9h à 10h et de 10h à 11h
à l'École Buissonnière

LUNDI APRÈS-MIDI

RANDONNÉE
AVEC LA SAINT-BONNAISE



> Les lundis
Départ à 13h45
devant la fromagerie du Praz

MARDI APRÈS-MIDI

2^{ÈME} ATELIER « SOIGNER LES RHUMATISMES ET L'ARTHROSE AVEC LES HUILES ESSENTIELLES »

Chaque participant repart avec la préparation réalisée au cours de l'atelier.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE auprès de Isabelle Negrello
07 60 27 23 18 / alpesetnaturopathie@gmail.com

Attention : nombre de places limité - Prix : 15 euros/pers.

> Mardi 7 janvier
de 14h45 à 16h15
à l'École Buissonnière



COURCHEVEL

Contact : 06 31 82 94 50 ou 04 79 08 24 14
marie.blond@mairie-courchevel.com

MARDI APRÈS-MIDI

CONFÉRENCE « RÉFLEXOLOGIE »

financée par le CCAS

par Valérie Thiriet, réflexologue

INSCRIPTION OBLIGATOIRE auprès de Marie Blond



> Mardi 14 janvier
de 14h45 à 16h15
à l'École Buissonnière

ATELIER « RÉFLEXOLOGIE »

sur réservation

INSCRIPTION OBLIGATOIRE auprès de Valérie Thiriet,
réflexologue : 06 82 30 02 26 / val-t88@orange.fr

Attention : nombre de places limité - Prix : 10 euros/pers.

> Mardi 21 janvier
de 14h45 à 16h15
à l'École Buissonnière

CONFÉRENCE « DO IN - AUTO-MASSAGE »

financée par le CCAS

par Guilaine Parault

INSCRIPTION OBLIGATOIRE auprès de Marie Blond

> Mardi 4 février
de 14h45 à 16h15
à l'École Buissonnière

ATELIER « DO IN - AUTO-MASSAGE »

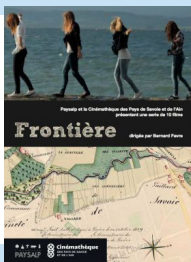
sur réservation

INSCRIPTION OBLIGATOIRE auprès de Guilaine Parault
06 01 28 04 01 / guilaine@aupieddesalpes.fr

Attention : nombre de places limité - Prix : 10 euros/pers.

> Mardi 11 février
de 14h45 à 16h15
à l'École Buissonnière

PROJECTION D'UNE SÉRIE DE FILMS DOCUMENTAIRES : « FRONTIÈRE »



> Les mardis 28 janvier
et 25 février
à l'École Buissonnière

MERCREDI MATIN

ATELIER DE CUISINE « PETIT MARMITON » Atelier intergénérationnel

avec les enfants de 3 à 6 ans de l'accueil de
loisirs et leurs animateurs.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE la semaine précédant
l'atelier, auprès de Marie Blond au 06 31 82 94 50



> Mercredi 15 janvier
de 10h à 11h30
Rendez-vous à l'École
Buissonnière



MERCREDI APRÈS-MIDI

JEUX DE SOCIÉTÉ SUR LE THÈME

« LES CONTEMPORAINS »

Atelier intergénérationnel

avec les enfants de 6 à 11 ans de l'accueil de loisirs et leurs animateurs.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE auprès de Marie Blond

Les enfants vous attendent avec joie et enthousiasme !



> Mercredi 12 février
de 15h à 16h15
Rendez-vous au groupe
scolaire du Praz



JEUDI MATIN

ÉVEIL CORPOREL

(Initiation à la gym douce)

Pensez à apporter un certificat médical



> Les jeudis de 9h à 10h
à Champétel

JEUDI APRÈS-MIDI

JEUX DE CARTES

AVEC LA SAINT-BONNAISE



> Les jeudis de 14h à 18h
à l'École Buissonnière

ACTIVITÉS DU RELAIS DES VILLAGES

> Les jeudis de 14h à 17h
à la salle communale de St-Jean

LA SAINT-BONNAISE TIRE LES ROIS

Réservation auprès de Marie-Claude Léger

> Jeudi 9 janvier à 12 h
à l'Alpinium

CONCOURS DE BELOTE AVEC LA SAINT-BONNAISE

> Jeudi 6 février à 14 h
à l'École Buissonnière

À VENIR : LOTO

Infos dans le programme de mars-avril 2020

> Jeudi 5 mars à 14 h
à l'École Buissonnière

VENDREDI MATIN

ATELIERS «REMUE-MÉNINGES ET

PETITES MAINS»

« Je booste ma mémoire »



> Les vendredis de 10h à 11h
à l'École Buissonnière

JOURNAL DES SENIORS

Avec vos propositions d'articles et vos idées à envoyer à Marie : marie.blond@mairie-courchevel.com

> Les vendredis 31 janvier
et 28 février
à l'École Buissonnière

À vos agendas !

LES ANIMATIONS ET ÉVÉNEMENTS SUR COURCHEVEL

VISITE GUIDÉE L'ART AU SOMMET

LES 2 ET 16 JANVIER ET LES 13 ET 27 FÉVRIER À 10H

Visite des sculptures monumentales de Richard Orlinski et des œuvres de street-art de JonOne, avec un guide conférencier de la Facim. Parcours pédestre facile et confortable au centre station. RDV devant l'Office de Tourisme de Courchevel 1850
GRATUIT - Sur réservation - places limitées

COURCHEVEL FÊTE LE NOËL ORTHODOXE

LUNDI 6 JANVIER DE 18H À 20H

Sur le front de neige de Courchevel 1850

MATCH DE HOCKEY

MARDI 7 ET SAMEDI 18 JANVIER À 19H30

À la patinoire olympique de Courchevel

LES VŒUX DU MAIRE À LA POPULATION

MARDI 14 JANVIER À 18H

À la salle polyvalente de l'Alpinium à Courchevel Le Praz

JOURNÉE SANTÉ

JEUDI 23 JANVIER, DE 12H À 19H

Point santé avec des spécialistes et cours de yoga gratuit de 10h à 11h.
Salle de la Croisette à Courchevel - GRATUIT - sans RDV

VISITES GUIDÉES DE COURCHEVEL 1850

LES MERCREDIS 8 ET 22 JANVIER À 10H

Histoire de la station, son architecture et portrait des personnages emblématiques de Courchevel, par un guide conférencier de la Facim - GRATUIT
Inscription auprès de Courchevel Tourisme

VISITES GUIDÉES DE COURCHEVEL LE PRAZ

LES MERCREDIS 15 ET 29 JANVIER À 10H

Le saut à ski et les Mondiaux de ski 2023, par un guide conférencier de la Facim - GRATUIT
RDV à l'Office de Tourisme du Praz (Alpinium)
Inscription auprès de Courchevel Tourisme

INAUGURATION DE L'ALPINIUM

JEUDI 6 FÉVRIER À 18H

À Courchevel Le Praz

SKI SHOW - MAGIC NIGHT

MARDI 11 FÉVRIER DE 18H45 À 19H30

à Courchevel Village

MARDI 18 FÉVRIER DE 18H45 À 19H30

à Courchevel Moriond

MARDI 25 FÉVRIER DE 18H45 À 19H30

à Courchevel 1850

COURCHEVEL «AU CŒUR DU FEU»

JEUDI 20 FÉVRIER DE 17H À 19H

Dans le cadre du Festival International d'Art Pyrotechnique, découvrez les coulisses du festival et l'histoire des feux d'artifice, avec un guide conférencier de la Facim et un artificier professionnel.
À Courchevel 1850 - GRATUIT

FESTIVAL INTERNATIONAL D'ART PYROTECHNIQUE

JEUDI 13 FÉVRIER DE 19H À 19H45

Sur le front de neige de Courchevel Moriond

JEUDI 20 FÉVRIER DE 19H À 19H45

Sur le front de neige de Courchevel 1850

JEUDI 27 FÉVRIER DE 19H À 19H45

Sur le front de neige de Courchevel Village



Retrouvez tous les événements, les expositions permanentes et plus d'infos sur :
www.mairie-courchevel.com
www.courchevel.com