

# PROGRAMME D'ANIMATIONS *des Seniors*

## JANVIER - FÉVRIER - MARS 2022

École Buissonnière - Courchevel Le Praz



*Le maintien des animations est conditionné à la situation sanitaire.*

LES ACTIVITÉS ORGANISÉES PAR :

- LE CCAS
- LA SAINT-BONNAISE

Les animations proposées par le CCAS sont accessibles à tous les seniors **uniquement sur inscription et sur présentation du pass sanitaire** auprès de Marie Blond au 06 31 82 94 50

### LUNDI MATIN

- **ÉVEIL CORPOREL**  
(Initiation à la gym douce)

*Certificat médical obligatoire*



> Les lundis  
9h30-10h  
École Buissonnière

- **CYCLE DANSE EN LIGNE**

dans le cadre de l'éveil Corporel, avec Valérie Thiriet

> Lundi 7 février  
9h30-10h  
École Buissonnière

### LUNDI APRÈS-MIDI

- **RANDONNÉE**  
**AVEC LA SAINT-BONNAISE**

N'hésitez pas à rejoindre le groupe des marcheurs le lundi après-midi !



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

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



## MARDI APRÈS-MIDI

### • ATELIER CONFÉRENCE

#### « LES HUILES ESSENTIELLES ET LE SOMMEIL »

avec Isabelle Negrello

(participation de 10€ pour le flacon ou stick réalisé en atelier)



> 18 janvier - 14h45-16h15  
École Buissonnière

> 1<sup>er</sup> février - 14h45-16h15  
Salle Saint-Jean - La Perrière

### • CONFÉRENCE « BALADE GOURMANDE EN SAVOIE »

Présentée par David Dereani, guide conférencier de la Fondation Facim  
Conférence suivie d'une bouchée sucrée à déguster



> 25 janvier  
14h45-16h15  
École Buissonnière

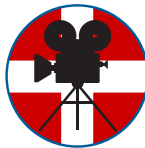
### • CONFÉRENCE « À L'ASSAUT DES FORTIFICATIONS »

Présentée par David Dereani, guide conférencier de la Fondation Facim



> 8 mars  
14h45-16h15  
Salle Saint-Jean - La Perrière

### • CYCLE CINÉMA DOCUMENTAIRE : « SAVOIE MÉMOIRE D'UN PAYS »



- **Mardi 4 janvier :**  
Épisodes 1, 2, 3
- **Mardi 2 février :**  
Épisodes 4, 5, 6
- **Mardi 2 mars :**  
Épisodes 7, 8, 9
- **Mardi 22 mars :**  
Épisode 10 suivi d'un échange
- **Mardi 18 janvier :**  
Épisodes 1, 2, 3
- **Mardi 8 février :**  
Épisodes 4, 5, 6
- **Mardi 15 mars :**  
Épisodes 7, 8, 9
- **Mardi 30 mars :**  
Épisode 10 suivi d'un échange



> 4 janvier,  
> 2 février,  
> 2 et 22 mars  
14h45-16h15  
École Buissonnière

> 18 janvier  
> 8 février,  
> 15 et 30 mars  
14h45-16h15  
Salle Saint-Jean - La Perrière

## JEUDI MATIN

- **ÉVEIL CORPOREL**  
(Initiation à la gym douce)

*Certificat médical obligatoire*



> Les jeudis  
9h-10h  
Champérel

- **CYCLE DANSE EN LIGNE**

dans le cadre de l'éveil Corporel, avec Valérie Thiriet

> Jeudi 10 février  
9h-10h  
Champérel

## JEUDI APRÈS-MIDI

- **LOTO ET CONCOURS DE BELOTE**  
**AVEC LA SAINT-BONNAISE**

à l'École Buissonnière

## VENDREDI MATIN

- **RENCONTRES DU VENDREDI MATIN**

Autour des souvenirs et du patrimoine local  
avec David DEREANI



> 14 et 28 janvier & 25 mars  
9h-11h - École Buissonnière

> 11 février, 4 et 18 mars  
Salle Saint-Jean - La Perrière

- **SOS INFORMATIQUE**

Aide individuelle : Bien utiliser son ordinateur  
ou son smartphone (boîtes e-mail, transférer  
et stocker ses photos, installer et utiliser des  
logiciels usuels gratuits, utiliser les réseaux  
sociaux : WhatsApp, etc.)



> 7 et 21 Janvier & 4 février  
École Buissonnière

> 21 janvier, 11 et 25 mars  
Salle Saint-Jean - La Perrière  
**Permanence 9h-11h**  
**Uniquement sur RDV**

**Attention ce n'est pas une assistance technique de votre  
appareil !**

**Pas de wifi possible à la salle Saint-Jean - Connection  
internet sur vos téléphones)**

## VENDREDI APRÈS-MIDI

- **THÉ'LECTURES**

4 rencontres en 2021 et 2022



> 14 janvier  
14h45-16h - Médiathèque  
de l'Alpinium

## Les rendez-vous exceptionnels

- **LA SAINT-BONNAISE TIRE LES ROIS**

> 11 janvier -aux Peupliers

# À vos agendas !

## LES ANIMATIONS ET ÉVÉNEMENTS À COURCHEVEL

### • CONCERT DE JAZZ

**LUNDI 2 JANVIER - 18H45**

Auditorium Gilles de La Rocque au Jardin Alpin  
Courchevel 1850

### • COURCHEVEL FÊTE LE NOËL ORTHODOXE

**JEUDI 6 JANVIER, À PARTIR DE 17H15**

Courchevel 1850

### • LES VŒUX DU MAIRE À LA POPULATION

**MERCREDI 12 JANVIER À 18H**

Ineos Club House Courchevel (nouveau bâtiment du  
Club des sports) - Courchevel 1850

### • VISITES GUIDÉES DE COURCHEVEL 1850

**LES MERCREDIS 12 ET 26 JANVIER, 9 ET 23 MARS  
DE 10H À 12H**

Visite de Courchevel, le stade de slalom et les  
Mondiaux 2023, clin d'œil à l'«Ineos Club House  
Courchevel», par un guide conférencier de la Facim  
GRATUIT - Inscription auprès de Courchevel Tourisme

### • VISITES GUIDÉES L'ART AU SOMMET

**LES 13, 20 ET 27 JANVIER, 3, 10, 17 ET 24 FÉVRIER, 3,  
10, 24 ET 31 MARS, DE 10H À 12H**

Visite des sculptures de Michel Bassompierre et  
Richard Orlinski, et d'une exposition de visuels grand-  
format de 5 artistes contemporains : Hom NGuyen,  
Roberta Coni, Gabriel Moreno, Noé Two et Matéo,  
avec un guide conférencier de la Facim. Parcours  
pédestre facile et accessible en centre station.  
RDV sur la place devant le chalet de Courchevel  
Tourisme (1850)

### • CHAMPIONNAT DE FRANCE DE HOCKEY SUR GLACE

**Samedi 15 JANVIER - à 20h30**

Patinoire du Forum - Courchevel 1850  
Division 2 (HCMP vs Toulouse)

### • SOIRÉE DES 75 ANS DE LA STATION

**SAMEDI 29 JANVIER**

Ineos Club House Courchevel (nouveau bâtiment du  
Club des sports) - Courchevel 1850

### • RETRANSMISSION DES JEUX OLYMPIQUES DE PÉKIN

**DU 5 AU 20 FÉVRIER**

À Courchevel 1850 (épreuves dans lesquelles  
participent les sportifs de Courchevel)

### • SPECTACLES SUR GLACE

**LES 7, 14, 21 ET 28 FÉVRIER**

Patinoire du Forum - Courchevel 1850  
Organisés par le Club de patinage

### • FESTIVAL INTERNATIONAL D'ART PYROTECHNIQUE

**JEUDI 10 FÉVRIER À PARTIR DE 18H45**

Front de neige de Courchevel Village

**JEUDI 17 FÉVRIER À PARTIR DE 18H45**

Front de neige de Courchevel 1850

**JEUDI 24 FÉVRIER À PARTIR DE 18H45**

Front de neige de Courchevel Moriond

**MARDI 1<sup>ER</sup> MARS À PARTIR DE 16H30**

Bord du lac de Courchevel Le Praz

**MERCREDI 2 MARS À PARTIR DE 18H45**

Front de neige de Courchevel La Tania

**JEUDI 3 MARS À PARTIR DE 18H45**

Front de neige de Courchevel 1850

Clôture et remise des prix du festival

### • SKI SHOW - MAGIC NIGHT

**MARDI 8 FÉVRIER À PARTIR DE 18H30**

À Courchevel Moriond

**MARDI 15 FÉVRIER À PARTIR DE 18H30**

À Courchevel Village

**MARDI 22 FÉVRIER À PARTIR DE 18H30**

À Courchevel 1850

### • COURCHEVEL « AU CŒUR DU FEU »

**JEUDI 17 FÉVRIER, MARDI 1<sup>ER</sup> ET JEUDI 3 MARS  
DE 16H30 À 18H30**

Découvrez les coulisses du Festival International  
d'Art Pyrotechnique, par un guide conférencier de la  
Facim et un artificier professionnel - GRATUIT

### • VISITES GUIDÉES DE COURCHEVEL LE PRAZ

**LES MERCREDIS 19 ET 30 MARS DE 10H À 12H**

Les rues anciennes, le saut à ski et les Mondiaux  
de ski 2023, par un guide conférencier de la Facim  
GRATUIT - Inscription auprès de Courchevel Tourisme  
**DU LUNDI 14 AU JEUDI 17 MARS DE 14H À 16H**

Visites spéciales Finales de la Coupe du Monde de ski  
alpin. RDV Courchevel Tourisme Le Praz à l'Alpinium.

Retrouvez tous les événements et + d'infos :  
[www.mairie-courchevel.com](http://www.mairie-courchevel.com) / [www.courchevel.com](http://www.courchevel.com)