

## A vos agendas !

DATE	HEURE	ANIMATIONS
V 16/01	10h à 11h30	Bulle de yoga
V 13/02	14h30 à 16h30	Bulle d'oxygène
V 13/03	10h30 à 11h30	Bulle de Pilates
V 10/04	14h30 à 16h30	Bulle d'oxygène
Me 20/05	15h à 16h	Spectacle: Léon et Lisette
V 12/06	14h30 à 16h30	Bulle d'oxygène
V 18/09	10h30 à 11h30	Bulle de Pilates
Ma 06/10	14h30 à 17h	Créations en laine cardée
Me 07/10	14h30 à 17h	Créations en laine cardée
V 13/11	14h30 à 16h30	Bulle d'oxygène
V 11/12	14h30 à 16h30	Confection de fondants parfumés

Les activités et animations sont sur réservation. Elles sont gratuites, offertes par le Département, la CFFPA (commission des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie).



Le matériel des activités créatives est fourni. Pas besoin d'en apporter.

### Heures d'ouverture

Lundi, mardi et vendredi : 16h30 à 18h30  
Mercredi : 10h à 12h et 14h à 18h30  
Samedi : 9h30 à 12h

### Plus d'informations sur :

Site de Lusigny-sur-Barse  
[www.lusigny-sur-barse.fr](http://www.lusigny-sur-barse.fr)

Facebook  
[www.facebook.com/labulleurusigny](https://www.facebook.com/labulleurusigny)

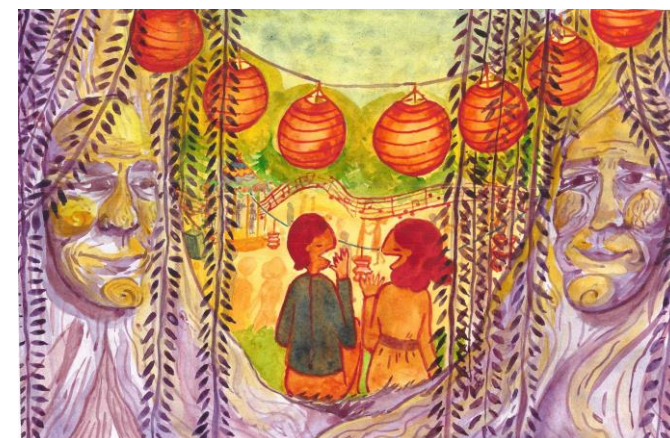
Médiathèque de l'Aube  
[www.mediatheque.aube.fr](http://www.mediatheque.aube.fr)

### Médiathèque La Bulle

2 rue Georges CLEMENCEAU - 10270 Lusigny-sur-Barse  
03 25 73 28 16 – [mediatheque@lusigny-sur-barse.fr](mailto:mediatheque@lusigny-sur-barse.fr)  
 [labulleurusigny](https://www.facebook.com/labulleurusigny)



## Médiathèque La Bulle Animations seniors 2026



Spectacle Léon et Lisette, Yara

## Bulle de Yoga

Avec Priscilla Lanier  
Professeur de Yoga

Cet atelier s'adapte à tous les corps.  
Mouvement, respiration et vitalité  
Au milieu des livres

Sur chaise et tapis.  
Tapis fourni, il est possible d'apporter le sien.

Vendredi 16/01  
de 10h à 11h30



## Bulle de Pilates



Avec Camille Lantenois  
du Studio Sylva

Cet atelier favorise votre mobilité, votre équilibre et votre détente, tout en partageant un moment convivial et sensoriel au milieu des livres.

Les mouvements sont simples, accessibles à tous, et peuvent se pratiquer assis ou debout, sans prérequis sportif.

Vendredis 13/03 et 18/09  
de 10h30 à 11h30

## Bulle de conte: Léon et Lisette

Avec Yara Lune, conteuse

Mais comment faisaient-ils sans téléphone portable ? Lorsque Léon rencontre Lisette en 1945, l'armistice vient d'être signée et les nouvelles circulaient encore dans les lavoirs et dans les bars ! Voici leur histoire, leurs bêtises, leurs facéties et leurs espoirs... Ce grand conte est l'occasion de parler de ce qu'ont vécu nos aînés et des changements incroyables de notre monde en moins d'un siècle... mais aussi de la vieillesse, de l'isolement... et d'ouvrir un temps d'échange et de parole avec le public.

Vous pouvez venir avec vos petits-enfants à partir de 8 ans.

Mercredi 20/05,  
de 15h à 16h



## Bulles d'oxygène

Avec Fany Guillaume,  
Artiste, peintre

Poésies de papier, modelage d'argile, créations de fil de fer, créations en boîte d'œufs... selon votre envie et des conseils personnalisés dans la bonne humeur.

Vendredi 13/02, 10/04, 12/06 et 13/11  
de 14h30 à 16h30

## Créations en laine cardée

Avec Célia Portail,  
Artiste, illustratrice



A l'occasion de  
la Semaine  
bleue.

De la matière douce qui apaise au bout des doigts, un peu de créativité et la laine cardée prend forme.

Broches, décorations, tableaux, oiseaux, anges, à vous de choisir et de vous laisser guider par votre inspiration.

Mardi 06 et mercredi 07/10  
de 14h30 à 17h. Séance du mercredi intergénérationnelle à partir de 7 ans

## Confections de fondants parfumés de Noël

Avec Corentine Rossignol,  
passionnée de cosmétologie naturelle et de bien-être écoresponsable

Activité manuelle, sensorielle et accessible, la création de fondants parfumés naturels est l'occasion de se plonger dans les senteurs de Noël.

Vendredi 11/12  
de 14h30 à 16h30

