

Ateliers
Lectures
Sophrologie
Voyages sensoriels

Conférences
Relaxation
Spectacles
Yoga...

BIEN-ÊTRE EN DOMBES

LE FESTIVAL DES BIBLIOTHÈQUES

Du 27 septembre au 23 octobre 2021
Dans des bibliothèques de la Dombes
Gratuit sur inscription



Bibliothèques participantes

MÉDIATHÈQUE DE CHALAMONT

63, rue du Bugey 01320 Chalamont
04.74.61.75.51
mediatheque@mairie-chalamont.fr

BIBLIOTHÈQUE DE CHANEINS

Rue du Chabian 01990 Chaneins
06.22.21.81.21
biblio.chaneins@orange.fr
www.chaneins.fr

BIBLIOTHÈQUE DE CHÂTILLON-LA-PALUD

bibliotheque.chatillonlapalud@orange.fr

MÉDIATHÈQUE FRANÇOIS ÉDOUARD CHÂTILLON-SUR-CHALARONNE

Rue Alphonse Baudin 01400 Châtillon-sur-Chalaronne
04.74.55.07.48
mediatheque@chatillon-sur-chalaronne.org
www.mediatheque-chatillon.org

BIBLIOTHÈQUE DE CONDEISSIAT

Route de la Dombes (mairie) 01400 Condeissiat
04.74.51.40.58
bm.condeissiat@gmail.com

BIBLIOTHÈQUE DE CRANS

Mairie 01320 Crans
cransbibli@wanadoo.fr

MÉDIATHÈQUE DE MIONNAY

Place Alain Chapel 01390 Mionnay
04.72.26.26.90
mediatheque@mionnay.fr

BIBLIOTHÈQUE "LE PUIXS AUX LIVRES" NEUVILLE-LES-DAMES

Rue de la Poste 01400 Neuville-les-Dames
04.74.55.85.88
lepuitsauxlivres.over-blog.com

MÉDIATHÈQUE DE SAINT-MARCEL-EN-DOMBES

74 route de Lyon 01390 Saint-Marcel-en-Dombes
09.84.20.40.32
mediatheque@mairie-saint-marcel.fr

BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-NIZIER-LE-DÉSERT

bibliotheque.stnizierledesert@gmail.com

BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-PAUL-DE-VARAX

Place Louis Jourdan, 01240 Saint-Paul-de-Varax
04.74.42.58.35
biblistpauldevarax@gmail.com

BIBLIOTHÈQUE DE SULIGNAT

1, place de la Mairie 01400 Sulignat
06.87.74.68.45
bibliotheque.sulignat@gmail.com

MÉDIATHÈQUE DE VILLARS-LES-DOMBES

51 passage Jean Ferrat 01330 Villars-les-Dombes
04.74.98.26.95
mediatheque@villars-les-dombes.fr
www.mediatheque-villars-les-dombes.fr

La programmation sera organisée selon les protocoles sanitaires en vigueur.

Réservations obligatoires.

Renseignements auprès des bibliothèques organisatrices.

Conférences

Samedi 02/10 10h **PRENDRE SOIN DE SOI**

MÉDIATHÈQUE DE CHALAMONT
Pour adultes.

Mercredi 13/10 19h30 **L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE**

BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-PAUL-DE-VARAX
Par Laetitia Clerc. Pour adultes.

Samedi 16/10 10h **LES FLEURS DE BACH**

MÉDIATHÈQUE DE CHALAMONT
Pour adultes.

Spectacles

Samedi 02/10 15h **L'EFFET BARNUM**

MÉDIATHÈQUE FRANÇOIS ÉDOUARD
CHÂTILLON-SUR-CHALARONNE

Par la compagnie Pièces et main d'oeuvre.
Pour adultes (dès 14 ans).
Découvrez la recette de la sérénité : « Être ensemble, être bien, et planer superbement au-dessus de nos quotidiens moroses », à moins que le doute s'installe...

Vendredi 08/10 19h30 **LECTURE DE "SOIE" D'ALESSANDRO BARICCO**

MÉDIATHÈQUE DE VILLARS-LES-DOMBES
Par la compagnie La Muse Errante. Pour adultes.

Samedi 09/10 14h30 **QUELLE FAMILLE?!**

SALLE BERNARD GIL
RUE DE PEYZIEUX - CHANEINS

Spectacle tout public par les Enfants Phares et organisé par la bibliothèque de Chaneins.

Contes, lectures et musique

Mercredi 29/09 15h et 16h **CONTES ZEN**
MÉDIATHÈQUE DE CHALAMONT
Pour enfants.

Mercredi 06/10 10h **CONTES POUR ENFANTS**
MÉDIATHÈQUE FRANÇOIS ÉDOUARD
CHÂTILLON-SUR-CHALARONNE
Par Anne-Thé Garde. A partir de 2 ans.

Samedi 09/10 10h **LECTURES ZEN POUR ENFANTS**
MÉDIATHÈQUE FRANÇOIS ÉDOUARD
CHÂTILLON-SUR-CHALARONNE

Samedi 09/10 10h **RÉCRÉACONTES**
MÉDIATHÈQUE DE VILLARS-LES-DOMBES
Pour enfants, à partir de 3 ans.

Mardi 12/10 18h **PASSION LECTURE ZEN**
MÉDIATHÈQUE FRANÇOIS ÉDOUARD
CHÂTILLON-SUR-CHALARONNE
Pour adultes.

Mercredi 13/10 10h **LECTURES ZEN POUR ENFANTS**
MÉDIATHÈQUE DE VILLARS-LES-DOMBES
À partir de 5 ans.

Mercredi 13/10 16h30 **COCOONING MUSICAL**
MÉDIATHÈQUE FRANÇOIS ÉDOUARD
CHÂTILLON-SUR-CHALARONNE
Reposez-vous en musique avec une audition de l'école municipale de musique.

Vendredi 15/10 19h30 **RÊVERIES SONORES**
MÉDIATHÈQUE DE VILLARS-LES-DOMBES
Concert vibratoire pour adultes.
Avec Elisabeth Carton, thérapeute holistique.

Samedi 16/10 11h **INTERVENTION MUSICALE**
BIBLIOTHÈQUE DE CONDEISSIAT
Tout public

Samedi 16/10 14h30 **CONTES EN YOGA**
MÉDIATHÈQUE DE MIONNAY
Par Delphine Debieesse. Pour enfants.
Prévoir une tenue confortable pour la pratique.

Samedi 23/10 11h **COCOONING MUSICAL**
MÉDIATHÈQUE FRANÇOIS ÉDOUARD
CHÂTILLON-SUR-CHALARONNE
Reposez-vous en musique avec une audition de l'école municipale de musique.

Samedi 23/10 14h30 **EVEIL SONORE ET CONTES**
MÉDIATHÈQUE DE SAINT-MARCEL
Par Delphine Debieesse. Pour tout-petits et enfants.

Ateliers adultes

Lundi 27/09
20h
VERTUS DES PIERRES ET
ÉQUILIBRAGE DES ÉNERGIES
BIBLIOTHÈQUE DE NEUVILLE-LES-DAMES

Samedi 02/10
9h30
DÉGUSTATION AUTOUR DU THÉ
BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-PAUL-DE-VARAX

Lundi 11/10
De 20h
à 21h30
VOYAGE SONORE AU SON
DES BOLSTIBÉTAINS
BIBLIOTHÈQUE DE NEUVILLE-LES-DAMES

Samedi 16/10
11h et 11h30
CYM DOUCE
BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-PAUL-DE-VARAX

Mercredi 29/09
19h
ÊTRE SOI AVEC LE CLOWN DE
THÉÂTRE
MÉDIATHÈQUE DE VILLARS-LES-DOBES
Avec Danièle Dubois, clown.

Samedi 02/10
10h30 et 11h30
YOGA
BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-PAUL-DE-VARAX
Par Tamina Hue.

Vendredi 15/10
20h
SOPHROLOGIE
BIBLIOTHÈQUE DE SULIGNAT
15 personnes maximum.

Samedi 16/10
15h
FABRICATION DE
BOUILLOTES SÈCHES
BIBLIOTHÈQUE DE
SAINT-NIZIER-LE-DÉSERT

Vendredi 01/10
18h
INITIATION À LA MÉDITATION
ET À L'APAIEMENT
MÉDIATHÈQUE DE CHALAMONT

Samedi 09/10
9h30 et 11h
MASSAGES ET VOYAGES SENSORIELS
MÉDIATHÈQUE DE CHALAMONT
À partir de 15 ans.

Samedi 16/10
9h30, 14h
et 16h
VOYAGE SENSORIEL : AUTOMASSAGE
BIBLIOTHÈQUE DE CONDEISSIAT

Lundi 18/10
20h
ATELIER GOÛT
BIBLIOTHÈQUE DE NEUVILLE-LES-DAMES
Avec le Torréfacteur des Dombes

Samedi 02/10
9h30
AROMATHÉRAPIE ET MASSAGES
BIBLIOTHÈQUE DE CHÂTILLON-LA-PALUD

Samedi 09/10
11h
AUTOMASSAGES
BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-PAUL-DE-VARAX
Par Thierry Co.

Samedi 16/10
10h
COSMÉTIQUE
MÉDIATHÈQUE FRANÇOIS EDOUARD
CHÂTILLON-SUR-CHALARONNE
Par l'atelier de Gaïa de Châtillon-sur-Chalaronne

Ateliers adultes

Ateliers jeunesse

Ateliers famille

Mercredi 20/10
15h et 16h
FLEURS DE BACH
MÉDIATHÈQUE DE CHALAMONT

Samedi 09/10
10h30
MASSAGE POUR BÉBÉ
BIBLIOTHÈQUE DE NEUVILLE-LES-DAMES

Samedi 02/10
10h
PETIT DÉJEUNER AUTOUR
DU CHOCOLAT
BIBLIOTHÈQUE DE CRANS

Mercredi 13/10
17h
HUILES ESSENTIELLES ET
FABRICATION D'UN COSMÉTIQUE
BIBLIOTHÈQUE DE NEUVILLE-LES-DAMES

Samedi 23/10
10h
TISANE BIEN-ÊTRE AUX PLANTES
MÉDIATHÈQUE DE VILLARS-LES-DOBES
Avec Isabelle Lecuyer, herbaliste.

Mercredi 20/10
15h
ATTRAPE-RÊVES
MÉDIATHÈQUE FRANÇOIS EDOUARD
CHÂTILLON-SUR-CHALARONNE
Martine vous aidera à confectionner le vôtre.

Samedi 02/10
10h30
HUILES ESSENTIELLES ET
FABRICATION D'UN COSMÉTIQUE
BIBLIOTHÈQUE DE NEUVILLE-LES-DAMES

Vendredi 15/10
18h
SONOTHÉRAPIE : RELAXATION
PAR LE SON
BIBLIOTHÈQUE DE CONDEISSIAT

Samedi 23/10
10h30
VOYAGE SONORE AU SON
DES BOLSTIBÉTAINS
BIBLIOTHÈQUE DE NEUVILLE-LES-DAMES

Mercredi 20/10
16h30
MANDALA
MÉDIATHÈQUE DE VILLARS-LES-DOBES
Avec Aurélie Tyczynski, artiste.

Mercredi 06/10
14h30 et 17h
ESCAPE GAME
"PANIQUE À LA BIBLIOTHÈQUE"
BIBLIOTHÈQUE DE NEUVILLE-LES-DAMES
Pour adultes et adolescents. Par groupe de 3 à 5.
Sur réservation.

Samedi 23/10
14h30 et 17h
ESCAPE GAME
"PANIQUE À LA BIBLIOTHÈQUE"
BIBLIOTHÈQUE DE NEUVILLE-LES-DAMES
Pour adultes et adolescents. Par groupe de 3 à 5.
Sur réservation.

Samedi 23/10
14h30
POUPÉES TRACAS POUR ENFANTS
BIBLIOTHÈQUE DE CHANEINS
Dans la salle Bernard Gil à Chaneins.