SEMAINE BIEN-ÊTRE À LA BU

DU 29 OCTOBRE AU 6 NOVEMBRE 2026

UNE SEMAINE POUR SOUFFLER, CRÉER ET S'AMUSER !

Besoin de décompresser entre deux cours ? Les BU du campus vous proposent des activités pour prendre soin de vous, faire une pause et partager de bons moments.

JEUDI 29 OCTOBRE

Quatre pat'tendresse :12h–13h et 13h–14h | **BU DEG** • Salle n° 2

Venez rencontrer Ziva la chienne, Savane et Pépite les lapins, ainsi que Teeweet, Brindille, Pipelette, Bobine, Moustache et Creutine les cochons d'Inde lors d'une séance de médiation animale ! Une pause pleine de douceur et de complicité…

Inscription ici

LUNDI 2 NOVEMBRE

Dans ma bulle : 10h–12h30 | **BU DEG** • Salle n° 2 / 13h30–17h | **BU STS** • Salle de formation

Accordez-vous un moment de détente avec une socio-esthéticienne !

Au programme : des soins des mains et du visage pour vous détendre et vous faire chouchouter.

Inscription ici

MARDI 3 NOVEMBRE

À vos marques, prêts, pédalez ! | **BU DEG** • Hall

Relevez le défi vélo et partez à la découverte des bibliothèques de l'université !

À chaque étape, progressez sur la carte de la région Centre Val de Loire et explorez les richesses du réseau.

Une façon ludique de bouger tout en découvrant le territoire !

Accès libre

Le campus se met au vert ! Matinée | **BU LLSH** • Hall

Venez découvrir les actions de développement durable de l'université et les initiatives pour un campus plus responsable.

Accès libre, sans inscription

À vous de jouer ! 14h–17h | **BU LLSH** • Cafétéria / 17h30–19h30 | **BU STS** • Bulle de détente

Faites une pause ludique et retrouvez le plaisir des jeux de société. Stratégie, rires et convivialité au programme !

Accès libre

Attrape tes rêves ! 14h–17h | **BU STS** • Bulle de détente

Et si vous laissiez libre cours à votre créativité pour inviter les beaux rêves ?

Confectionnez votre propre attrape-rêves et offrez une touche de poésie à vos moments de repos.

Accès libre

MERCREDI 4 NOVEMBRE

Le tournoi des 3 BU

10h–15h | **Dans les trois BU • BU DEG** : hall, **BU STS** : Bulle de détente, **BU LLSH** : cafétéria

Un puzzle, trois bibliothèques, un seul vainqueur ! Soyez les premiers à assembler les 500 pièces et faites remporter le trophée à votre BU. Une bataille épique s'annonce !

Accès libre

Brode ton style ! 10h–16h30 | BU DEG • Salle n° 2

Découvrez la broderie numérique avec le FabLab !

Quand créativité et technologie se rencontrent, fils et motifs prennent vie autrement.

Accès libre

JEUDI 5 NOVEMBRE

Des mailles et des merveilles… 14h–17h | BU DEG • Salle n° 2

Envie de ralentir et de créer de vos mains ? Découvrez le crochet, une activité créative pour se détendre, maille après maille et repartez avec votre création.

Accès libre

Brode ton style ! 10h–16h30 | BU STS • Salle de formation

Découvrez la broderie numérique avec le FabLab !

Quand créativité et technologie se rencontrent, fils et motifs prennent vie autrement.

Accès libre

VENDREDI 6 NOVEMBRE

Bar à tisane

12h–14h | **Dans les trois BU • BU DEG** : hall, **BU STS** : cafétéria / Bulle de détente, **BU LLSH** : cafétéria

Terminez la semaine en douceur avec une dégustation de tisanes et de fruits secs.

À la BU DEG, tentez également votre chance à la roue de la fortune !

Accès libre

ET PENDANT TOUTE LA SEMAINE DANS LES 3 BU :

Papier libre… **BU DEG** : salle de lecture • **BU STS** : Bulle de détente • **BU LLSH** : salle de lecture

Mandalas, coloriages et origamis : quelques minutes suffisent pour faire une pause créative, à votre rythme.

Accès libre

Livre ouvert

BU DEG : salle de lecture • **BU STS** : Bulle de détente • **BU LLSH** : lieu à préciser

Besoin de ralentir, de souffler ou de prendre soin de vous ? Découvrez nos sélections de livres autour du bien-être.

Accès libre