

GRATUIT

ouvert aux seniors  
de 60 ans et +

# Semaine Bleue

1ère semaine d'octobre

Semaine nationale des retraités  
et personnes âgées



Retrouvez le programme complet sur [www.mairie-jeumont.fr](http://www.mairie-jeumont.fr)



Cette année le thème national

« **Bouger ensemble... pour entretenir la flamme** »

permettra de faire re-découvrir différentes formes de sports spécifiques et adaptés

- la boxe éducative,
  - la boccia,
- la sophro-danse,
  - le Brain-Ball,
  - l'aqua-douce,
- le mollky connecté,
  - le body-zen
  - le self- défense

Réunion partenariale  
programmation



**SEMAINE BLEUE 2024**

vendredi 31 mai 2024  
Maison Des Habitants

Au fil des années, de très nombreux partenariats se sont développés avec les associations, les établissements médico-sociaux, publics et privés, le centre social et les instances de démocratie participative pour **co-construire la semaine bleue**.

Ces collaborations permettent de proposer **une offre variée et de concevoir un programme commun audacieux**. Le soutien des instances participatives : (Comité Loisirs, Conseil de Vie Sociale, conseil des sages) facilite la mise en place de la programmation en cohérence avec les besoins et attendus des aînés.

Le CCAS veillera particulièrement à la participation des **séniors isolés** accompagnés par ses services (portage, résidence autonomie, distributions alimentaires, proche aidants, personnes vieillissantes en situation de handicap...)

# Programmation Semaine Bleue

du 30 septembre au 6 octobre 2024

Lundi 30

## Carré d'Or

Atelier créatif : Créons ensemble l'emblème des jeux olympiques\* \* 10h30  
Sur inscription auprès du Centre Hospitalier  
03 27 53 00 70

Rencontre avec la MAS "Initiation à la boccia"\* 14h  
Sur inscription auprès du Centre Hospitalier  
03 27 53 00 70

## Résidence Autonomie - Le Foyer Soleil

Loto organisé par l'association  
"Club Rencontres"  
lot à gagner  
14h - 17h 0.50€ le carton

Mardi 1er

## Résidence Autonomie - Foyer Soleil

Initiation Brain ball\* 11h

## Carré d'Or

Atelier culinaire "Reprenons des forces"\* 10h  
Sur inscription auprès du Centre Hospitalier  
03 27 53 00 70

karaoké "Venez bouger au rythme du sport"\* 14h30  
Sur inscription auprès du Centre Hospitalier  
03 27 53 00 70

## Association Rive Gauche salle Molière

Concours de belote 15h  
lot à gagner sur inscription auprès de l'association  
07 69 30 43 50

Mercredi 2

## Piscine Coubertin

Séance d'Aquabike 10h-12h  
séance à 1€ sur inscription auprès de la piscine  
03 27 39 43 24

## Carré d'Or

Jeu de réflexion\* 10h  
Entrée libre  
Atelier prévention des chutes, parcours sportifs\* 14h  
Entrée libre

## Maison Des Habitants

Préparation pâtisserie et sa dégustation\* 14h30  
Sur inscription auprès du CCAS  
03 27 53 03 03

Jeudi 3

## Place de la République

marché hebdomadaire  
Stibus vous informe sur les différents titres de transport!

## Résidence Autonomie

Initiation à la sophrologie\* 9h30

## EHPAD Samara

Après-midi intergénérationnel\*  
Sur inscription auprès de l'EHPAD

## Carré d'Or

Grand repas de chef étoilé et spectacle cabaret 20€ 10h  
Sur inscription auprès du Centre Hospitalier  
03 27 53 00 70

Vendredi 4

## Résidence Autonomie - Foyer Soleil

Atelier "Initiation Body-zen"\* 9h45

## Carré d'Or

Atelier Gym Douce\* 10h  
Sur inscription auprès du Centre Hospitalier  
03 27 53 00 70

## EHPAD Samara Korian

Atelier Self défense\* 10h  
Sur inscription auprès de l'EHPAD  
03 27 61 40 10

## Résidence Autonomie - Le Foyer Soleil

Chansons Plaisir\* 14h30  
Benoît Plaitin et son accordéon

Samedi 5

## Résidence Autonomie - Le Foyer Soleil

Initiation boxe éducative\* 15h

Atelier poterie "Création d'une Oya"\* 10h

Sur inscription auprès du CCAS  
03 27 53 03 03

Dimanche 6

## Résidence Autonomie - Le Foyer Soleil

Représentation théâtrale 15h  
"Comme un gant" par la Compagnie Les Baltringues  
Entrée libre

Profitez d'une **séance de balnéothérapie** gratuite chaque matin du lundi au vendredi.  
Inscription auprès de l'**EHPAD Samara** au 03 27 61 40 10

**Salle Montaigne**  
Goûter Gourmand des aînés 14h  
Renseignement et inscription auprès  
de la Mairie 03 27 39 50 55

Mercredi 9

Activités ouvertes **aux seniors** et leur **proche aidant**

\***Gratuit**

En 2024, nos offres séniors se veulent **intergénérationnelles**, le programme « **Génération complices** » rencontre un vif succès de 0 à 100 ans ...

C'est donc naturellement que les rencontres « semaine bleue » s'ouvriront aux jeunes enfants accompagnés par les matinées de l'éveil, aux enfants et adolescents du Programme de Réussite Educative, aux jeunes de l'IME et aux enfants du centre social.

En parallèle, le CCAS renforce son accompagnement à destination des **proches aidants**.

Ces derniers seront invités et soutenus pour participer aux différentes prestations de la semaine bleue.

*Merci*



**Foyer Soleil**  
938 J'aime • 1,1 K followers

**Ville de Jeumont**  
9,4 K J'aime • 11 K followers





