

# *Semaine Bleue*

2015  
12 au 18 Octobre

"A tout âge, créatif et citoyen"

Une semaine  
d'animations pour  
les seniors

[www.ville-montbrison.fr](http://www.ville-montbrison.fr)

*Coordonnée par*

l'Office Municipal des Personnes Agées et Retraités

**LA FEMME BLEUE**  
SEMAINE  
NATIONALE  
DES RETRAITÉS  
ET PERSONNES  
AGÉES

# Editorial



Martine GRIVILLERS  
Adjointe aux actions  
sociales et solidarité

Le thème de la semaine bleue 2015 est reconduit cette année « A tout âge, créatif et citoyen ».

Pourquoi ? Parce qu'il est un résumé parfait de ce que l'on peut faire lorsque l'espérance de vie augmente avec une meilleure santé.

Alors quelle merveilleuse opportunité que de s'investir dans des activités sociales créatives à partager avec ses semblables dans la convivialité et l'ouverture.

Comme toutes les villes de France, Montbrison s'implique dans la vie associative par l'intermédiaire de nos aînés qui apportent leurs compétences, leur dynamisme et leurs disponibilités afin de servir toutes les catégories d'âge.

Des activités s'organiseront tout au long de cette semaine bleue afin de créer des liens intergénérationnels et rompre l'isolement en partenariat avec la municipalité et son office municipal des personnes âgées et retraités (OMPAR), et avec des associations et institutions diverses et nombreuses.

Que cette semaine soit profitable à tous, famille et amis dans les activités culturelles, sportives ou de loisirs.

**A toutes et à tous, belle semaine bleue 2015 !**



## Nos partenaires :



# Lundi 12 octobre

## Concert de la Maîtrise de la Loire

La chorale de la Maîtrise de la Loire (élèves de 6<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup>) proposera un concert.

EHPAD de Montbrison

Salle Noël Collard à 14h30

Ouvert à tous sur inscription : OMPAR

(dans la limite des places disponibles)



photo : Département de la Loire

## Atelier conseil en esthétique

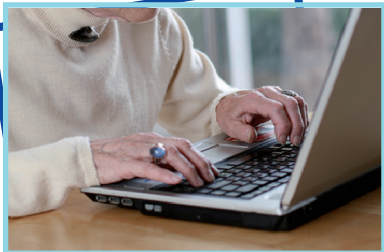
Une esthéticienne professionnelle se propose de répondre à vos questions et vous donnera des conseils.

Centre social - 14h30 à 16h  
gratuit

Ouvert à tous sur inscription  
au centre social

## Découverte de l'informatique

Le personnel du cybercentre de la ville de Montbrison se tiendra à votre disposition pour répondre à toutes vos questions sur l'informatique.



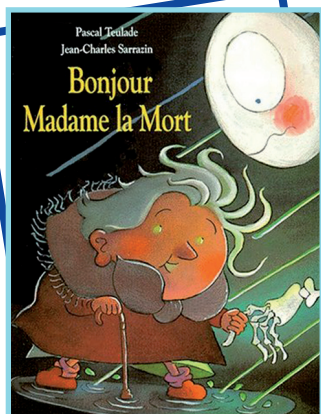
Cybercentre - 14h30 à 16h30  
gratuit

Sur inscription au cybercentre

# Mardi 13 octobre

## Sélection de livres

(du 13 au 15 octobre)



La bibliothèque municipale présentera une sélection d'ouvrages sur le thème « créatif et citoyen ». Par ailleurs, les ouvrages de Jean-Charles Sarrazin, illustrateur jeunesse et parrain de la Semaine bleue seront mis à l'honneur. Ces livres pourront être empruntés aux conditions habituelles.

Bibliothèque municipale - ouverture :  
10h-12h et 15h-18h30 (fermé jeudi matin)

## Gym douce



Image : Siel Bleu

Réunion d'information sur un programme de « gym douce » adapté aux malades atteints de la maladie de Parkinson. En partenariat avec l'association « Siel Bleu ».

Club du 3<sup>e</sup> Age (rue des légouvés)  
10h à 12h - Gratuit  
**Ouvert à tous**

## Rencontre intergénérationnelle

Un groupe d'enfants de la maternelle de Beauregard ira à la rencontre de la section de Beauregard du club Détente et loisirs, ensemble ils partageront un goûter.

Salle du terrain Volle (dans le quartier de Beauregard)



## Théâtre «Cyrano Project»

Image : Emile Zeig



Une mise en scène moderne et étonnante du mythe de Cyrano de Bergerac qui valorise la beauté du texte tout en faisant appel à l'imaginaire du spectateur.

Théâtre des Pénitents, à 10h15

Tarif : 14,5 €

Ouvert à tous sur inscription à l'OMPAR

(dans la limite des places disponibles)

## Concours de belote

Image : MN Pollard



Concours de belote organisé par l'EHPAD, avec la participation du FRPA, des adhérents du club Détente et loisirs et de l'accueil de jour Volubilis. Une trentaine de doublettes est prévue.

EHPAD de Montbrison  
Salle Noël Collard  
14h30

Ouvert à tous sur inscription  
avant le 8 octobre à l'OMPAR

(dans la limite des places disponibles)

## Découverte de l'informatique

L'animateur informatique du centre social répondra à toutes les questions sur l'informatique.

Centre social - 14h30 à 16h30, ouvert à tous  
Sur inscription au centre social

# Mercredi 14 octobre

## Atelier de sophrologie

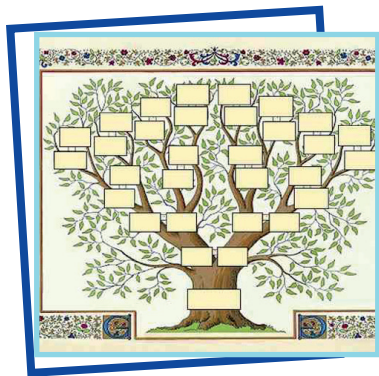


Exercices de respiration et de relaxation,  
atelier animé par Cindy Chevillard

MJC de Montbrison (av. Charles de Gaulle)  
de 10h à 11h - 2 €

Ouvert à tous sur inscription à l'OMPAR  
(dans la limite des places disponibles)

## Atelier de généalogie



Animé par Jacqueline Stollini, initiation et  
découverte de l'activité.

MJC de Montbrison (av. Charles de Gaulle)  
de 10h à 12h - gratuit

Ouvert à tous sur inscription à l'OMPAR  
(dans la limite des places disponibles)

## La machine à remonter le temps

Venez découvrir ou redécouvrir le Montbrison d'hier et  
d'aujourd'hui. Remontez le temps et parcourez l'évolution de la  
ville en quelques clics.

Cybercentre  
14h30 à 16h30 - gratuit

Sur inscription  
au cybercentre

# Exposition à la Diana

(mercredi 14, samedi 17 et  
dimanche 18 octobre)



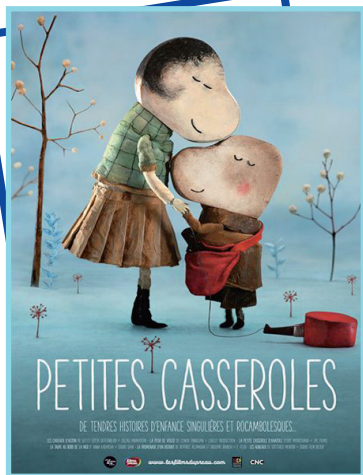
Chaudron gaulois trouvé à Sainte-Sixte  
(collection de la Diana)

L'exposition «Présence gauloise dans la Loire», est réalisée à partir de vestiges conservés à la Diana mais jamais montrés au public. Elle retrace le vie des tribus gauloises celtes de la Loire du VIII<sup>e</sup> siècle avant notre ère à la conquête des Gaules (52 avant JC)

Diana,  
Salle héraldique  
Tarif réduit : 3.50€

Ouvert mercredi et samedi : 10h-12h  
et 14h-18h et dimanche : 14h-18h

## Courts-métrages et débat



Projection d'un court métrage réalisé lors des échanges intergénérationnels entre les centres de loisirs (enfants de 3-10 ans) l'EHPAD et l'accueil de jour Volubilis. Il sera suivi de la projection de courts métrages d'animation intitulé « Petites Casseroles ».

La séance se terminera par un débat sur la « différence ».

Cinéma Rex - 14h30

Tarif : 4 €

Ouvert à tous

# Mercredi 14 octobre (suite)

## Découverte du billard français

La section billard du clud Détente et loisirs vous fera découvrir le billard français. Echanges intergénérationnels avec les jeunes d'un centre de loisirs.

Club 3<sup>e</sup> âge (30 rue des Légouvés), à partir de 14h, ouvert à tous

# Jeudi 15 octobre

## «Petit festin du jeudi»

Vous pouvez venir préparer le repas à partir de 9h puis le déguster ou prendre seulement le repas en commun.

Centre social - participation : 6 €

Ouvert à tous, sur inscription jusqu'au  
lundi 13/10 au centre social



Image : MN Pollard

## Code de la route

La police municipale interviendra sur le code de la route et suivant la météo proposera une mise en situation pour les piétons.

Salle de l'Orangerie - 9h30 à 11h30  
gratuit - ouvert à tous



Image : MN Pollard



## Opérette à Saint-Etienne

photo : Département de la Loire



La Ville de Montbrison organisera un transport en car pour ce concert offert par le département de la Loire.

4 €, départ à 13h30 Place E.Baune puis arrêt Parc des comtes de Forez

Ouvert à tous sur inscription à l'OMPAR

(dans la limite des places disponibles, un car)

## Après-midi ludique

Image : MN Pollard



Venez jouer ! Avec la participation de la ludothèque «Planète-jeux» de la Communauté d'agglomération Loire Forez ainsi que l'accueil de jour «Volubilis » et l'EHPAD. Une classe de l'école Chavassieu participera aussi à l'animation.

Foyer Résidence des Personnes Agées, (Parc des comtes de Forez)  
à partir de 14h30, ouvert à tous

## Conférence

Cindy Chevillard, sophrologue interviendra sur la thématique  
« Vieillir sans devenir vieux »

Centre social - à 14h30 - gratuit - ouvert à tous

# Vendredi 16 octobre

## Initiation au Qi Gong



Image : MN Pollard

L'association « éléa » organise une découverte du « Qi Gong ». Deux séances d'une heure vous sont proposées.

Salle de l'Orangerie (Jardin d'Allard)  
à 10h et 11h, ouvert à tous

Sur inscription à l'OMPAR

## La machine à remonter le temps



Carte postale de la place de l'hôtel de Ville  
(archives municipales)

Venez découvrir ou redécouvrir le Montbrison d'hier et d'aujourd'hui. Remontez le temps et parcourez l'évolution de la ville en quelques clics.

Cybercentre - 14h30 à 16h30  
gratuit

Sur inscription au cybercentre

## Découverte de l'informatique

L'animateur informatique du centre social répondra à toutes les questions sur l'informatique.

Centre social - 14h30 à 16h30, ouvert à tous  
Sur inscription au centre social

## Film « La glace et le ciel » et débat



En avant-première, projection de ce film patrimonial de Luc Jacquet.

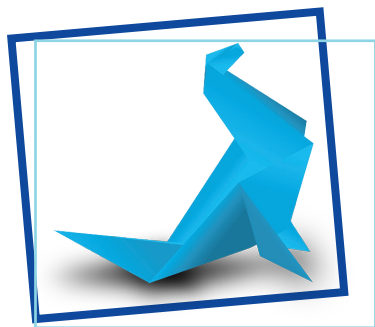
Science, poésie et rencontres sont réunies dans ce film qui met en lumière un glaciologue octogénaire, émerveillé par la beauté du monde. Claude Lorius y joue son propre rôle. L'introduction à la projection ainsi que le débat seront animés par le personnel du musée d'Allard.

Cinéma Rex - 14h

Entrée : 5 €, ouvert à tous

# Samedi 17 et dimanche 18 octobre

## Ateliers d'origami, de calligraphie, etc...



La MJC du Montbrisonnais organise le Manga Japon Cosplay, à cette occasion elle propose de nombreux ateliers. Venez par exemple découvrir l'art du pliage du papier et du tissu mais aussi les ateliers de calligraphie etc...

Espace Guy Poirieux (av. Charles de Gaulle)

Entrée : 3 €, ouvert à tous

# Dimanche 18 octobre

## Marche bleue et goûter



Deux circuits de marche seront proposés. Ceux qui ne souhaitent pas marcher pourront se retrouver pour un après-midi jeux. Un goûter sera offert.

Centre social - 14h

Participation : 3 €, ouvert à tous

## Pour réserver :

OMPAR : 04 77 96 39 31

Cybercentre (jardin d'Allard) : 04 77 24 33 30

Centre social (place Pasteur) : 04 77 96 09 43

## Informations :

Office Municipal des Personnes Agées et Retraités  
(OMPAR)

33, rue Martin Bernard, tél : 04 77 96 39 31

mail : ompar@ville-montbrison.fr