



Semaine Bleue

7 au 20 Octobre 2019

"Pour une société respectueuse de la planète :
ensemble agissons"



Une quinzaine d'animations pour les seniors

Coordonnée par

l'Office Municipal des Personnes Agées et Retraités

www.ville-montbrison.fr



éditorial

Martine Grivillers

Adjointe aux actions sociales et à la solidarité



La semaine bleue nous rappelle chaque année toute la place qu'occupent aujourd'hui en France les aînés. Il s'agit de reconnaître leur rôle d'acteurs qui contribuent pleinement à la vitalité et à la richesse de notre ville comme de notre société.

Les seniors ont parfaitement conscience des enjeux d'avenir notamment celui du développement durable et de la transmission aux générations futures.

« Pour une société respectueuse de la planète, ensemble agissons » est le thème choisi, pour la deuxième année consécutive, pour cette semaine bleue.

Autour de la solidarité, de la santé, de la prévention, de la culture et du sport, la ville de Montbrison propose une multitude d'activités dédiées aux personnes âgées mais pas seulement...

Pendant cette quinzaine montbrisonnaise, chacun a un rôle à jouer pour encourager le vivre ensemble entre toutes les générations avec un programme suffisamment diversifié pour intéresser les diverses tranches d'âge.

Venez partager de beaux moments de convivialité et de belles rencontres à travers toute la ville.

Au plaisir de vous rencontrer.



Nos Partenaires



Semaine Bleue

Programme

Semaine Nationale des Retraités et Personnes Agées

Jeudi 3 octobre (en préambule)

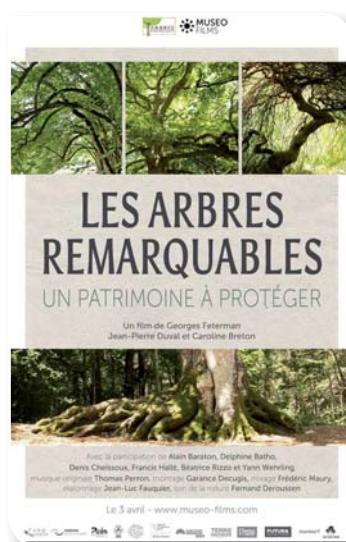
• Ciné Musée :

En lien avec l'exposition A.R.B.R.E.S., le Musée propose la projection du film-documentaire «Les arbres remarquables, un patrimoine à protéger».

Le film invite à réaliser un tour de France des arbres les plus beaux, les plus vieux et les plus surprenants !

> 15 h

Tarif : 6,60 €/pers - Ouvert à tous
Cinéma Rex



Lundi 7 octobre

• Voix et chants

Le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale de l'ADAPEI propose un atelier « Voix et Chants ». Chants traditionnels et intergénérationnels.

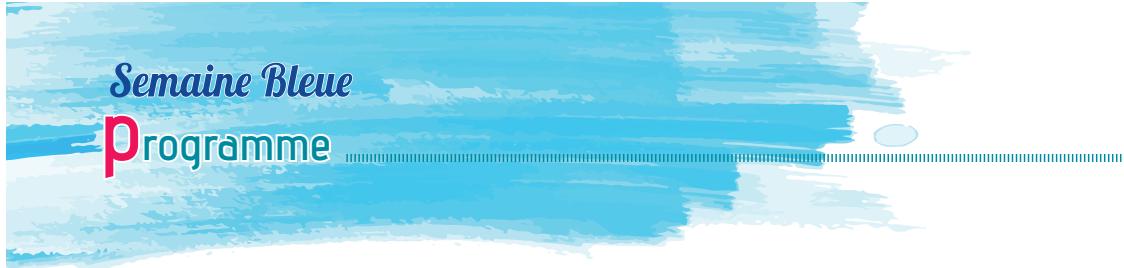
> De 14h30 à 16h

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription au :

Tél. 04 77 58 62 77

4, rue des jardins



Mardi 8 octobre

• Réunion d'information

Présentation des ateliers de « prévention des chutes » par le groupe Malakoff Médéric et l'association « Siel Bleu ».

- > De 10h30 à 11h30
Gratuit - Ouvert à tous
Salle de réunion
Espace des Associations
20 Avenue Thermale



• Concert répétition

Cette année encore la Maîtrise de la Loire proposera un moment privilégié de répétition d'un concert.

- > 14h30
Gratuit - Ouvert à tous
Sur inscription : 04 77 96 75 59
Salle Noël Collard de l'EHPAD
22 Rue du Faubourg de la Croix

• « Découverte et utilisation Tablette et smartphone ».

L'animateur informatique du centre social répondra à toutes les questions sur l'utilisation des tablettes et des smartphones.

- > De 14h30 à 16h30
Gratuit
Sur inscription au Centre Social
avant le 3/10
Tél. 04 77 96 09 43



Mercredi 9 octobre

• Exposition photos et objets

Exposition des photos et objets réalisée par l'Association pour l'intercommunalité des jeunes et l'EHPAD

- > A partir de 10h puis en journée
Gratuit - Ouvert à tous
EHPAD - 22 Rue du Faubourg de la Croix

• Jeux d'antan intergénérationnels



Les 12-17 ans de l'espace jeunes et les résidents du FRPA se retrouveront pour un **après-midi jeu**.

- > De 14h30 à 16h30
Gratuit
Foyer Résidence Personnes Agées
Montée de Rigaud

• Atelier éco-gestes

Le CCAS, EDF solidarité, Face Loire et la Ludothèque proposent un atelier éco-gestes. Visite d'un **camping-car éco-gestes, jeux en bois**.

- > De 10h à 12h, Place Eugène Baune
- > De 14h à 16h, terrain Volle (Beauregard)
Gratuit - Ouvert à tous
Sur inscription à l'OMPAB
Tél. 04 77 96 39 31



Semaine Bleue Programme

Mercredi 9 et jeudi 10 octobre

• « **Les 3 cochons (et le dernier des loups)** »

Jean-Luc Revol (plusieurs fois récompensé aux Molières) offre une nouvelle version, pleine d'humour, d'un conte que nous pensions tous connaître. **Du théâtre à voir à tout âge !**

> 9 octobre à 15h30 et 19h30

> 10 octobre à 10h et 14h15

Tarif : 10,40€ (réductions possibles si vous êtes accompagné.e d'un ou plusieurs enfants)

Théâtre des Pénitents

rens. et réservations : Théâtre des Pénitents

Tél. 04 77 96 39 16



du mercredi 9 au vendredi 12 octobre

• **Exposition des Tupins**

L'association Les Tupins organise une exposition sur le thème de la Semaine Bleue. Un atelier est prévu pour la **libre expression** des visiteurs.

> 9 au 12 octobre

10h-12h et 14h-18h

Gratuit - ouvert à tous

Salle des arches

Mairie de Montbrison



Jeudi 10 octobre

• Les petits festins du Jeudi

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

> De 9h à 12h

6 € (adhérent au centre social)

ou 7 € (non adhérent)

Ouvert à tous (dans la limite des places disponibles)

Sur inscription au Centre Social avant le 8/10

Tél. 04 77 96 09 43



• 1^{er} Atelier sur thématique « Manger ! Bouger ! Santé préservée ! »

Ces 6 ateliers avec des **thématiques différentes** sont proposés par UFOLEP sur des jeudis d'octobre et novembre.

> De 10h à 12h

Gratuit - Ouvert à tous

Sur inscription à l'OMPARD avant le 4/10

Tél. 04 77 96 39 31

Salle des Cordeliers



Vendredi 11 octobre

• Basket Santé

Le BCMF (intervention de Sabrina EYRAUD) met en place une action spécifique à destination des seniors pendant la semaine Bleue.

> De 9h à 10h

Gratuit - Ouvert à tous
Sur inscription à l'OMPAR
Tél. 04 77 96 39 31
Gymnase Dubruc



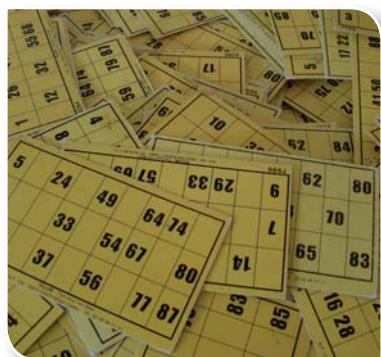
• « Découverte et utilisation Tablette et smartphone ».

L'animateur informatique du centre social répondra à toutes les questions sur l'utilisation des tablettes et des smartphones.

> De 10h à 12h

Gratuit
Sur inscription au Centre Social avant le 3/10
Tél. 04 77 96 09 43

Dimanche 13 octobre



• LOTO à la Maison de Retraite de Montbrison

En collaboration avec le Lycée JB d'Allard

> A partir de 14 h

1,5 € la carte / 3 € la super partie
Ouvert à tous
EHPAD - Salle Noël Collard
22 Rue du Faubourg de la Croix

Lundi 14 octobre



• Concours de Belote

Ce concours est organisé par le **Club Détente et Loisirs** de Montbrison (Club du 3^{ème} âge)

> De 13h30 à 18h
Gratuit - Ouvert à tous
Inscription au 06 60 44 75 39
Salle de l'Orangerie

Mardi 15 octobre

• Atelier de sécurité routière

La police municipale de Montbrison et l'association de prévention routière proposent une remise à niveau à la conduite, avec des **conseils pratiques et des rappels du code de la route**.

> De 8h30 à 12h
Gratuit - Ouvert à tous
Sur inscription à l'OMPARI
Tél. 04 77 96 39 31
Salle de l'Orangerie



• Atelier jardinage et peinture sur pot à l'EHPAD

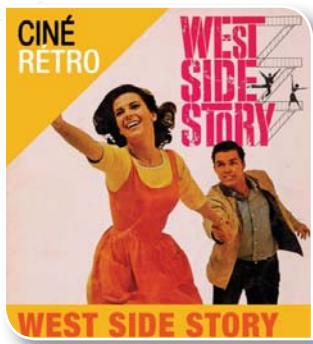
Proposé par l'association «les petits frères des pauvres»

> à partir de 14h30
Gratuit - Ouvert à tous
Sur inscription à l'OMPARI /Tél. 04 77 96 39 31
EHPAD - 22 Rue du Faubourg de la Croix

Semaine Bleue

Programme

Mardi 15 octobre



• « CINE-RETRO »

Projection du film «**West Side Story**», film musical culte sorti en 1961, pour passer un moment plein de nostalgie.

> 14h30

Tarif : 5 € - Ouvert à tous

Inscriptions au Co-voiturage :
04 77 96 39 31, places limitées
Cinéma « Le Rex »

Mercredi 16 octobre

• Spectacle offert par le Département de la Loire.

Pour revivre les inoubliables «années Carpentier» qui ont donné leurs lettres de noblesse aux variétés de la télévision française. Au Scarabé de Roanne

> Départ à 13h /place Eugène Baune et Parc des Comtes du Forez

Tarif 4 € (prix du transport)

Sur inscription avant le 11/10
à l'OMPARD / Tél. 04 77 96 39 31
dans la limite des places disponibles



• Après-midi intergénérationnel de jeux

Plusieurs stands seront présentés, dans lesquels les personnes pourront jouer avec des enfants à des jeux de 4 époques différentes : 1960, 1980, 2000, et 2020.

> De 14h30 à 17h

Gratuit -ouvert à tous

Sur inscription au Centre Social
Tél. 04 77 96 09 43

Jeudi 17 octobre

• Pièce de théâtre «Le Transformiste»

Consulter son médecin de famille pour des maux de ventre, quoi de plus bénin ? A moins que le symptôme ne soit l'arbre qui cache la forêt. **Texte magistral** qui signe le retour de Gilles Granouillet.

> 14h15 et 20h30

Tarif réduit +70 ans : 16,80 €

Théâtre des Pénitents

Rens. et réservations : Théâtre des Pénitents



Vendredi 18 octobre

• Basket Santé

Le BCMF propose une action spécifique à destination des seniors.

> De 9h à 10h

Gratuit - ouvert à tous

Sur inscription à l'OMPAR / Tél. 04 77 96 39 31

Gymnase Dubruc

• Atelier jardinage et peinture sur pot à l'OMPAR



Proposé par l'association «les petits frères des pauvres»

> à partir de 14h

Gratuit - Ouvert à tous

Sur inscription à l'OMPAR

Tél. 04 77 96 39 31

OMPAR - 33 rue Martin Bernard

Semaine Bleue

Programme

Samedi 19 octobre

- Atelier «Je prends soin de moi, spécial senior»

Cet atelier porte sur la **nutrition diététique et l'activité physique adaptée**. Il est organisé en partenariat avec la filière personnes âgées et le centre de soins infirmiers de Montbrison.

› De 14h à 17h

Gratuit -ouvert à tous

Sur inscription au Centre Social

Tél. 04 77 96 09 43

Pour réserver :

› OMPAR : 04 77 96 39 31

› Théâtre des Pénitents : 04 77 96 39 16

› 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

› Horaires d'ouvertures :

Mardi et vendredi : 9h - 12h

Mercredi et Jeudi : 14h-17h30