



Ouvert à tous • Participation gratuite

CCAS : 02.32.41.69.73

Service habitat • Ville de Pont-Audemer : 02.32.41.81.32

La Semaine Bleue

du 3 au 11 octobre 2022



Semaine nationale dédiée aux retraités, aux personnes âgées et à l'intergénérationnel

**Rencontres
Ateliers
Loisirs
Prévention**

Lundi 3 octobre de 14h à 16h

JOURNÉE RENCONTRE • La Passerelle

Ouverture de la semaine : Distribution des cartes réalisées par les enfants des écoles maternelles aux résidents de l'Albatros par Madame Dutilloy, Adjointe au Maire en charge de l'autonomie des personnes, du handicap et des relations intergénérationnelles.

Animation jeux avec les aides à domiciles de l'association Le Grand Lieu.

Mardi 4 octobre de 9h30 à 16h30

RONDE D'ATELIERS

• Médiathèque La Page

Truck Soliha : 9h30 à 16h30

Soliha vient vous livrer ses astuces pour améliorer le confort dans votre logement, sur une journée à bord d'un camion aménagé.

Activités numériques ludiques : 9h30 à 11h

Venez jouer au Pictionary Air, au Merge Cube, avec les tablettes et les liseuses.

Atelier Mémoire : 10h à 11h30

Venez exercer votre mémoire avec Déborah.

Atelier numérique : 14h à 16h

Comment prendre rendez-vous sur doctolib avec Esther.

Présence verte : 14h

Découvrez les solutions de téléassistance.

• Musée Alfred Canel

Atelier artistique : 10h30 à 11h30

Venez développer votre goût pour l'art avec Magali.
(inscription : 02.32.56.84.81)

• Micro-Folie

Séance mini-folie au Cercle des Aînés : 10h45 à 12h

Découvrez l'histoire de Versailles sur un grand écran et des tablettes tactiles.

• Place Galieni (ancienne gare)

Découverte des agrès : 14h

Découverte des modules de gym de la place Galieni (ancienne gare).
Séance animée par Siel Bleu.

Réservé aux
résidents du Cercle des
Aînés

Mercredi 5 octobre de 9h à 17h

JOURNÉE LOISIRS • La Passerelle

Atelier cuisine : 9h à 11h

Venez préparer et déguster une recette classique revisitée avec les aides à domicile de l'association Le Grand Lieu. (inscription : 02.32.41.81.32)

Marche bleue : à partir de 15h

Rendez-vous à la Passerelle pour le départ de la marche bleue accessible à tous.

Jeudi 6 octobre de 14h à 16h

PAUSE BIEN-ÊTRE ET ACTIVITÉ PHYSIQUE • La Villa

Atelier massage : 14h

Exercer un massage des mains à base d'amande douce, permettant 7 bienfaits avec les aides à domicile de l'association Le Grand Lieu.

(inscription : 02.32.41.81.32)

Découverte du parcours santé : départ 15h de la Villa

Séance animée par Siel Bleu.

Vendredi 7 octobre de 9h à 17h

FORUM DES AÎNÉS • Salle de la Risle

Pôle mobilité, CLIC, Centre Hospitalier de la Risle : 9h à 17h

Temps fort de la semaine. Venez découvrir les différents stands, essayer le matériel d'aide à la mobilité et échanger avec de nombreux praticiens spécialistes des effets du vieillissement.

Atelier cuisine de 9h30 à 11h30

Avec Silver Fourchette (inscription auprès du CCAS : 02.32.41.69.73).

Samedi 8 octobre

THÉÂTRE • L'éclat

Lazzi évoque la fermeture d'un vidéoclub qui serait le dernier au monde.
Spectacle tout public à 20h30

Lundi 10 octobre à 14h

PRÉVENTION ROUTIÈRE «Et pour vous...? Ça roule ?» • Salle de la Risle

Conférence pour conducteur seniors mais aussi piéton animée par l'ASEPT Normandie (inscription auprès du CCAS : 02.32.41.69.73).

Mardi 11 octobre de 14h à 16h

ATELIER «ÉQUILIBRE ET VOUS» • La Villa

Deux séances de gym équilibre destinées aux seniors de 14h à 15h et de 15h à 16h avec Siel Bleu (inscription auprès du CCAS : 02.32.41.69.73).