



La Semaine
Bleue

Bouger ensemble... pour entretenir la flamme !

DU LUNDI 30 SEPTEMBRE AU VENDREDI 04 OCTOBRE

Ateliers - Conférence-débat - Marches - Après-midi danse

Forum des aidants - Spectacles

ENTRÉE GRATUITE

CLERMONT-FERRAND.FR



SEMAINE BLEUE 2024

Pour la 32^e année, les acteurs dévoués de Clermont-Ferrand se mobilisent avec enthousiasme pour la Semaine bleue. Cette édition est placée sous le signe de « Bouger ensemble... pour entretenir la flamme ! »

Cette semaine est une excellente occasion pour chacun de nous de prendre conscience des enjeux liés au vieillissement et de découvrir les nombreuses possibilités qu'il offre. Vieillir nous enrichit d'expériences et de sagesses qui méritent d'être partagées et valorisées.

De plus, une société équilibrée et solidaire nécessite un engagement fort de solidarité entre les générations. Le vieillissement de notre population devrait être perçu non comme un obstacle, mais comme une opportunité précieuse pour tisser des liens plus forts et pour dialoguer plus ouvertement entre citoyens.

Du 30 septembre au 4 octobre 2024, nous vous invitons à vous joindre à une série d'activités et d'événements conçus pour promouvoir le partage d'expériences et le respect mutuel. Ces initiatives sont le fruit d'une collaboration étroite avec les établissements scolaires locaux, diverses institutions et associations, les partenaires du CCAS et de la Ville de Clermont-Ferrand.

Rejoignez-nous nombreux pour célébrer les bénéfices du vieillissement actif et cultivons la flamme de la vie en communauté.

Olivier Bianchi

Maire de Clermont-Ferrand
Président de Clermont Auvergne Métropole
Président du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)



**LUNDI 30
SEPTEMBRE**



15 H – SOUS LES FEUX DE LA RAMPE

Spectacle d'ouverture avec chanteuse et danseuses de cabaret.

Salle Boris-Vian, Rue Abbé-de-l'Épée

*Billets gratuits à retirer au Lieu Information Senior
dès le mardi 17 septembre.*

**MARDI 01
OCTOBRE**



13 H 30 – À CHACUN SON RYTHME

Trois marches organisées autour de Blanzat (8 km, 5 km et 3 km).
Quiz et activités physiques pour les non-marcheurs avec
l'association RLS et GE SPORTS 63.
Collation offerte à chaque participant.
Navette gratuite disponible.

Complexe sportif de la Croix Saint-Géraud, Blanzat

**MERCREDI 02
OCTOBRE**



10 H ET 14 H 30 – RAVIVONS LA FLAMME DE NOS CONNAISSANCES

Atelier « Révisons le code de la route » avec la GMF le matin.
Deux séances quiz « Remue-méninges sur les JO » avec le Relais
Amical 63 l'après-midi.

Résidence CAZAM, 35, rue Jeanne-d'Arc

14 H 30 - ÉCHANGE ET PARTAGE

Slow dating, après-midi convivial dédié à la rencontre et aux
échanges.

Résidence Alexandre-Varenne, 100, rue Fontgiève

**JEUDI 03
OCTOBRE**



14 H 30 - ALLUMONS LE FEU

Après-midi rétro-disco, venez danser sur les musiques des années 50 aux années 80.

Salle Abbé-Prévost, Rue Abbé-Prévost

14 H 45 - BIEN VIVRE ENSEMBLE EN EHPAD

Conférence-débat avec le Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie, les professionnels de l'Agence Régionale de Santé et des collectivités et associations locales.

Pot offert à l'issue de la conférence-débat.

*Conseil Régional Auvergne-Rhône-Alpes,
59, boulevard Léon-Jouhaux*

**VENDREDI 04
OCTOBRE**



13 H - AIDANTS, GARDEZ VOTRE FLAMME

Forum pour les aidants avec présentation des dispositifs locaux.
Documentaire suivi d'une table ronde.

Maison de l'Habitat, 129, avenue de la République

15 H - CHANTEZ ET BOUGEZ ENSEMBLE

Accueil de la chorale « Si on chantait » par les résidents du CCAS.

Résidence Viple, 37, rue Antoine-Bellet

20 H 30 - ENTRETENEZ VOTRE RIRE

Pièces de théâtre *Les Boulingrin* et *Risette* par l'association Lee Voirien.

Maison de l'Oradou, rue de l'Oradou

Partenaires de la Semaine Bleue 2024

- ADPA (Association des Directeurs au service des Personnes Âgées)
- Aide et Répit Auvergne
- Agence régionale de Santé
- Alma (Association Allo Maltraitance personnes âgées et/ou handicapées)
- CLIC Gérontonomie Clermont Métropole
- CARSAT Auvergne (Caisse Assurance Retraite et Santé au Travail)
- Centre communal d'Action Sociale de Clermont-Ferrand
- Centre de Prévention AGIRC-ARRCO
- CDCA (Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie)
- Chorale Si On Chantait
- Conseil départemental 63
- Conseil local de Santé Mentale
- Conseil régional Auvergne-Rhône-Alpes
- Croix-Rouge Française
- Du Répit pour les Familles
- France Alzheimer 63
- France Bénévolat Clermont 63
- France Parkinson Comité du Puy-de-Dôme
- Générations Mouvement Les Aînés Ruraux - Fédération du Puy-de-Dôme
- GMF (Garantie Mutuelle des Fonctionnaires)
- GE Sport 63 (Groupement d'Employeurs Sport 63)
- Lycée professionnel Gergovie
- Lycée Sidoine-Apollinaire
- Ma Boussole des Aidants
- Maison de l'Habitat
- MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées)
- MGEN (Mutuelle Générale de l'Éducation Nationale)
- MONALISA, Conférence des Financeurs
- Mouvement Chrétien des Retraités
- Partage un toit
- Petits-Fils
- Relais Amical du Puy-de-Dôme
- Résidence Seniors CAZAM
- Retraités CFDT du Puy-de-Dôme
- RLS (Retraite Loisirs et Solidarité)
- Ville de Blanzat
- Ville de Clermont-Ferrand

PLUS D'INFOS

LIEU INFORMATION SENIOR
22 RUE GEORGES-CLEMENCEAU
DE 9 H À 17 H
04 73 98 07 81