

LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
ÂGÉES

du 7 au 12 octobre 2019

www.semaine-bleue.org

Pour une société respectueuse de la planète : **ENSEMBLE AGISSONS**



CCAS

17, avenue Charles-de-Gaulle
Tél. : 06 77 32 10 64
ccas@ville-montmorency.fr

Résidence Héloïse

11 avenue Charles-de-Gaulle
Tél : 01 39 64 98 00



En lien avec "La Journée Internationale des Personnes Âgées"
le 1^{er} octobre 2019, sous l'égide de l'ONU



PROGRAMME 2019

PROGRAMME SEMAINE BLEUE

DU 7 AU 12 OCTOBRE 2019

Attention, nombre de places limité !

S'inscrire impérativement à la résidence Héloïse avant le 1^{er} octobre au 06 77 32 10 64. Pour les activités de jardinage à la résidence Héloïse, prévoir une tenue adaptée.

■ Lundi 7 octobre à la résidence

11h45 : Discours d'inauguration suivi du cocktail.

12h45 : Repas champêtre (Inscriptions* au 01 39 64 98 00)

14h30 : Animation Dansante avec le concours de l'ADSM (Inscriptions gratuites* au 06 77 32 10 64).

17h : Goûter avec le centre maternel de loisirs Pasteur (Inscriptions gratuites* au 06 77 32 10 64).

■ Mardi 8 octobre à la résidence

11h à 12h : Atelier découverte de gymnastique adaptée aux séniors (Inscriptions gratuites* au 06 77 32 10 64).

12h : Déjeuner sur le thème de *l'air* (Inscriptions* au 01 39 64 98 00)

15h à 16h30 : Atelier composition florale (Inscriptions gratuites* au 06 77 32 10 64).

Sortie en Vallée de Chevreuse

(Renseignements et inscriptions* au 06 77 32 10 64).

► **12h :** Restaurant crêperie "Les bannières" à Chevreuse.

► **14h30 :** Visite guidée du château de Breteuil, visite des jardins et contes de Perrault.

■ Mercredi 9 octobre à la résidence

10h30 à 11h30 : Jeux de société avec le centre maternel de loisirs Pasteur (Inscriptions gratuites* au 06 77 32 10 64).

12h : Déjeuner sur le thème de *La campagne* (Inscriptions* au 01 39 64 98 00).

15h : Conférence avec l'association "Des soins et des liens" (Inscriptions gratuites* au 06 77 32 10 64).

► **Présentation des ateliers gratuits** qui vont être mis en place à partir du mois de novembre à la salle des fêtes (Socio esthétique • Théâtre, expression orale et corporelle • Photographie).

► **Contes pour les séniors.**

16h30 : Goûter.

■ Jeudi 10 octobre à la résidence

12h : Déjeuner à la résidence sur le thème de *La mer* (Inscriptions* au 01 39 64 98 00).

15h à 16h30 : Compagnie "Levez le rideau". Pièce de théâtre originale, gaie et interactive où se mêlent les souvenirs d'une grand-mère et le présent jovial de sa petite-fille Zoé. Le public pourra partager lui aussi ses anecdotes (Inscriptions gratuites* au 06 77 32 10 64).

16h30 : Goûter avec les enfants du centre maternel de loisirs Pasteur.

■ Vendredi 11 octobre à la résidence

12h : Déjeuner sur le thème du *Végétal* (Inscriptions* au 01 39 64 98 00)

15h à 16h30 : Atelier jardin'âge avec le "Petit pousseur". Plantations d'hiver et mise en hivernage (Inscriptions gratuites* au 06 77 32 10 64).

Sortie dans le Chinatown parisien

(Renseignements et inscriptions* au 06 77 32 10 64).

► **10h à 12h :** Visite guidée du *Chinatown parisien*, ses mystères, ses croyances, ses légendes. Visite d'un temple bouddhiste et d'un temple chinois, commerces, histoire des quartiers.

► **12h :** Déjeuner au restaurant *Chinatown Olympiades*.

■ Samedi 12 octobre à la résidence

À partir de 10h, Exposition vente de vêtements pour les séniors avec la société *L'âge d'or*.

14h à 19h : Restauration avec le Food Truck "La fée tartine" (Consommations à la charge des visiteurs).

14h30 : Défilé de mode Séniors avec un jury et remise de lots. Votre participation en tant que "mannequin sénior" sera très appréciée.

16h : Représentation de la chorale d'Héloïse (Chorale et percussions instrumentales).

*Dans la limite des places disponibles