

MONTBRISON

Semaine Bleue

OFFICE MUNICIPAL DES PERSONNES ÂGÉES ET DES RETRAITÉS

ANIMATIONS POUR LES SÉNIORS 2 AU 15 OCTOBRE 2023

INFOS :
0477963931

"Vieillir ensemble
UNE CHANCE À CULTIVER"



WWW.VILLE-MONTBRISON.FR

Éditorial



Claudine POYET
Conseillère municipale déléguée
aux personnes âgées

"Vieillir ensemble, UNE CHANCE À CULTIVER"

Parce que nos aînés nourrissent notre histoire, notre commune s'attache chaque année à proposer non pas une semaine, mais 2 semaines autour des séniors. L'opération « semaine bleue » permet aussi bien de multiplier les rencontres que de faire connaître l'ensemble des partenaires qui interviennent sur le territoire. C'est aussi et, surtout l'occasion d'organiser des animations pour chacun de nos aînés en collaboration avec notre Office Municipal des Personnes Âgées et des Retraités (OMPAR).

Durant ces 15 jours, plus que jamais, nous souhaitons promouvoir les échanges intergénérationnels avec nos séniors et les remettre au centre de toutes les attentions. Nous sommes convaincus que ces moments seront une source d'inspiration pour les plus jeunes qui pourront s'imprégner de la sagesse et de l'expérience de leurs aînés. Ils seront aussi une cure de jeunesse pour que nos séniors continuent de s'inscrire dans notre quotidien.

Ce sera une quinzaine bleue très riche en activités afin de permettre à tous de passer d'agréables moments en famille ou entre amis.

Au plaisir de vous y rencontrer.

NOS PARTENAIRES



LUNDI 2 OCTOBRE

> OUVERTURE DE LA «QUINZAINE» BLEUE

Lors de ce forum de la Semaine Bleue, venez rencontrer les structures participantes et découvrir les activités qui vous seront proposées.



Salle des Cordeliers (place Hôtel de Ville)

Horaires : 9h30 à 11h30

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous



> CONCOURS DE COINCHE ET DE BELOTE

Le club Détente et loisirs organise cette année deux concours de cartes : son traditionnel concours de Belote et un concours de Coinche (version stratégique de la Belote).



freepik



Résidence Séniors du parc des comtes de Forez (parc des Comtes de Forez)

Horaires : à partir de 14h

Gratuit - Sur inscription 06 42 53 56 86 ou 06 60 66 12 91 - places limitées

MARDI 3 OCTOBRE

> ATELIER : AMÉNAGER MON LOGEMENT

L'ADMR vous propose un atelier animé par une ergothérapeute. Elle donnera des conseils pour aménager son logement afin de l'adapter à ses besoins.



Salle des Cordeliers (place Hôtel de Ville)

Horaires : 10h-11h30

Gratuit - Sur inscription à l'OMPAR : 04 77 96 39 31 - places limitées

MARDI 3 OCTOBRE _____

>NOUVEAU DÉPART AU CINÉMA REX

Amoureux de Diane comme au premier jour, Alain traverse la cinquantaine sans crise, ce qui n'est pas le cas de Diane. Il a donc l'idée de la quitter pour réveiller la flamme et l'envie de se retrouver.

Cinéma Rex (Avenue Charles de Gaulle)

Horaires : 14h30

Tarif : 5 € - Ouvert à tous

Covoiturage possible sur inscription à l'OMPAR : 04 77 96 39 31



MERCREDI 4 OCTOBRE _____

>VISITE LUDIQUE DU FJT «GUY IV»

Partez à la découverte du bâtiment «Guy IV» d'hier à aujourd'hui de façon ludique et moderne grâce au numérique.

FJT «Guy IV» (7 rue Marguerite Fournier)

Horaires : 10h30 et 14h30 (durée 45 min) - Gratuit - Ouvert à tous

Places limitées - Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



JEUDI 5 OCTOBRE _____

>SÉRÉNITÉ PIÉTONS - 1^{ER} ATELIER «PIÉTONS, PROTÉGEZ-VOUS!»

Atouts prévention Rhône Alpes, en collaboration avec l'association Brain Up et l'OMPAR, propose cet atelier afin de sensibiliser les piétons aux dangers et leur donner des clés pour plus de vigilance.

Inscription obligatoire aux deux ateliers 5 et 12 octobre.

Maison des permanences (12 rue de la Préfecture)

Horaires : 9h30 à 11h30

Gratuit - Ouvert à tous - Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31

>PORTE OUVERTE À LA SECTION BILLARD DU CLUB DÉTENTE ET LOISIRS

Venez découvrir la pratique du billard et partager des moments conviviaux.

📍 Club Détente et Loisirs (33 rue Martin Bernard au fond de la cour)

Horaires : à partir de 14h - Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription

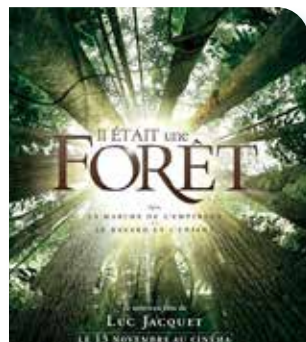
>CINÉ MUSÉE

En lien avec l'exposition «Graines» du musée d'Allard, découvrez le film de Luc Jacquet (2013) «Il était une forêt» et participez au débat qui suivra la projection.

📍 Cinéma Rex (Avenue Charles de Gaulle)

Horaires : 15h

Tarif : 5 € - Ouvert à tous - Sans inscription



VENDREDI 6 OCTOBRE _____

> LES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Cette conférence sur les bienfaits de l'activité physique est animée par Siel Bleu et financée par le CFPPA (Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie).

📍 Espace des associations (av. Thermale) - Horaires : 9h30 à 10h30 - Gratuit
Ouvert à tous - Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31

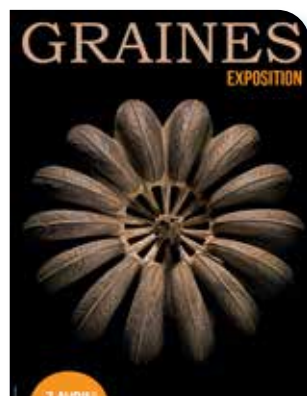
>VISITE COMMENTÉE DE L'EXPO «GRAINES»

Symboles de vie, de croissance, de diversité et de culture, les graines invitent à l'apprentissage du vivant. Elles ont nourri la curiosité de Jean-Baptiste d'Allard pour le règne végétal et donné matière à ses expérimentations botaniques.

📍 Musée d'Allard (Bd de la Préfecture)

Horaires : 16h30

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription



SAMEDI 7 OCTOBRE _____

>JE PRENDS SOIN DE MOI

Cet atelier est proposé par la plateforme «santé kiné prévention» de la région Auvergne-Rhône-Alpes afin de faire connaître aux séniors les gestes de prévention.

📍 Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 14h30 à 17h

Gratuit - Ouvert à tous - Inscription : au Centre social, 04 77 96 09 43

LUNDI 9 OCTOBRE _____

>ATELIER OPTIQUE ET AUDIO

Tests auditifs et visuels en partenariat avec la mutuelle Loire Forez.

📍 Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 9h à 12h

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : au Centre social, 04 77 96 09 43



pexels-ksenia-chernaya

>UTILISATION DU SMARTPHONE

Cet atelier numérique permettra de se familiariser avec le smartphone, d'installer des applications, etc. Il est proposé par le Centre Communal d'Action Sociale.

📍 Maison des permanences (12 rue de la Préfecture)

Horaires : 14h30 à 16h

Gratuit - Ouvert à tous - Places limitées

Inscription : 04 77 58 04 55



pexels-mart-production

MARDI 10 OCTOBRE _____

>ATELIER « NAVETTE »

Le centre social en coordination avec Loire Forez agglomération propose de vous faire «apprivoiser» la navette urbaine de la commune.



Loire forez agglomération

Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : RDV à 8h30 - Gratuit - Ouvert à tous - Places limitées -
Inscription : au Centre social, 04 77 96 09 43

>BIENVENUE AUX JEUNES RETRAITÉS

Ces ateliers à destination des jeunes retraités sont proposés en partenariat avec la Carsat Rhône-Alpes et Neosilver.

Leurs objectifs :

- informer sur l'accès aux droits sociaux ;
- partager des clés pour vivre en bonne santé, heureux et autonomes le plus longtemps possible ;
- encourager à la réalisation de nouveaux projets en renforçant leur pouvoir d'agir.



pexels-Mikhail-Nilov

Cette animation est divisée en 7 séances (10h-12h) collectives et obligatoires :

Mardi 10 octobre, mardi 17 octobre, mardi 7 novembre, mardi 14 novembre, mardi 28 novembre, mardi 5 décembre, mardi 19 décembre.

Salle des Cordeliers (place de l'Hôtel de Ville)

Horaires : 10h à 12h

Gratuit - Places limitées - Sur inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31

MARDI 10 OCTOBRE _____

>MARCHE ACCOMPAGNÉE

Les Petits Frères des Pauvres et l'EHPAD, en partenariat avec l'OMPAR, organisent une marche accompagnée, adaptée à tous.

Ce moment de rencontre et de partage au cours d'une activité douce et adaptée se déroulera dans la ville de Montbrison.

 RDV devant l'EHPAD (22 rue du Faubourg de la Croix)

Horaires : 14h30

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription



MERCREDI 11 OCTOBRE _____

>STOP AUX ARNAQUES EN LIGNE

Cet atelier permettra de savoir repérer les nouveaux types d'arnaques dont tout le monde peut être victime et de connaître les bons gestes à adopter pour les éviter.

 Maison des permanences (12 rue de la préfecture)

Horaires : 9h30 à 11h - Gratuit - Ouvert à tous

Places limitées - Inscription : au 04 77 58 04 55



pexels-Marcus Aurelius

>APRÈS-MIDI INTERGÉNÉRATIONNEL

Les jeunes de 11 à 17 ans de l'Espace jeunes propose une rencontre ludique. L'idée est de jouer à des jeux anciens et récents (mémoire, rapidité, etc.) ce qui permettra d'avoir des échanges entre jeunes et moins jeunes.

 Espace jeunes (rue Fernand Léger)

Ancienne école maternelle de Beauregard

Horaires : 14h30 à 17h - Gratuit - Ouvert à tous



freepik

MERCREDI 11 OCTOBRE _____

>CONFÉRENCE SUR LES JOUETS GÉGÉ À LA RÉSIDENCE SÉNIORS DES COMTES DE FOREZ

L'équipe du musée d'Allard propose une conférence sur l'histoire de l'entreprise Gégé et de sa production de jouets, à l'aune des nouvelles informations recueillies dans le cadre de l'enquête menée par la chercheuse en sciences sociales Béatrice Guillier.



Résidence Séniors du parc des comtes de Forez
(parc des comtes de Forez)

Horaires : à 15h - Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription

>EXPOSITION DES TUPINS

L'association Les Tupins organise une exposition sur le thème de la Semaine Bleue.

Vernissage le vendredi 13 octobre à 18h.

Salle des Cordeliers (place de l'Hôtel de Ville)

Horaires : 11 octobre 14h-18h, du 12 au 14 octobre :
10h-12h et 14h-18h (17h le 14 octobre)

Gratuit - Ouvert à tous



pexels-steve-johnson

JEUDI 12 OCTOBRE _____

>SÉRÉNITÉ PIÉTONS - 2^E ATELIER «PIÉTONS, PROTÉGEZ-VOUS!»

Pour participer, il faut avoir impérativement suivi l'atelier du 5 octobre.

Maison des permanences (12 rue de la préfecture)

Horaires : 9h30 à 11h30

Gratuit - Ouvert à tous - Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31

JEUDI 12 OCTOBRE

>REPAS INTERGÉNÉRATIONNEL

Sur le thème repas du monde, venez déguster et partager un «petit festin».



Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 12h

6 € adhérent centre social et 7 € non adhérent

Ouvert à tous - Places limitées

Inscription avant le 9 octobre : au Centre social, 04 77 96 09 43



pexels-fauxels

> ATELIER LUDIQUÉ AUTOUR DE SON PARCOURS DE VIE

Le service d'accompagnement à la vie sociale de l'ADAPEI vous propose un atelier ludique invitant aux échanges et aux partages d'expériences. A travers un jeu de l'oie revisité, l'idée est d'évoquer son parcours de vie et de mettre en avant les solutions/alternatives et le réseau qui se met en place en fonction des différentes tranches d'âge, les besoins et les centres d'intérêt n'étant plus les mêmes.



Maison des permanences (12 rue de la préfecture)

Horaires : 14h

Gratuit - Ouvert à tous - Sur inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



freepik

>PORTE OUVERTE À LA SECTION BILLARD DU CLUB DÉTENTE ET LOISIRS

Venez découvrir la pratique du billard et partager des moments conviviaux.



Club Détente et Loisirs (33 rue Martin Bernard au fond de la cour)

Horaires : à partir de 14h

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription

VENDREDI 13 OCTOBRE

>ATELIER « NAVETTE »

Le centre social en coordination avec Loire Forez agglomération propose de vous faire «apprivoiser» la navette urbaine de la commune.

Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : RDV à 8h30 - Gratuit - Ouvert à tous - Places limitées

Inscription : au Centre social, 04 77 96 09 43

> ATELIER PÂTISSERIE

Après la réalisation de quelques douceurs lors de cet atelier pâtisserie, un moment de partage est prévu avec les jeunes du FJT «Guy IV» autour de jeux en bois et du «blabla café».

FJT «Guy IV» (7 rue Marguerite Fournier)

Horaires : 14h - 17h

Gratuit - Ouvert à tous - Places limitées

Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



pexels-andrea-piacquadio

VENDREDI 13 OCTOBRE

>CONFÉRENCE «LES ANNÉES MERKEL»

L'Université pour Tous vous propose d'assister à une conférence de Bruno BENOIT (Professeur d'histoire contemporaine).

Pendant 28 ans, Angela Merkel a été une des femmes les plus influentes du monde. Le propos du conférencier sera d'exposer sur quoi repose cette réussite qui n'est pas sans ombre.

Cinéma Rex (Avenue Charles de Gaulle)

Horaires : 15h-17h - Gratuit - Ouvert à tous - Places limitées

Sur inscription à l'OMPAR : 04 77 96 39 31

SAMEDI 14 OCTOBRE _____

> PRÉSENTATION DE L'EHPAD HORS LES MURS

Dans son intervention, Véronique Ponchon, Filière Personnes Agées, présentera l'EHPAD hors les murs.



Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 10h-12h - Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : au Centre social, 04 77 96 09 43

> TROC GRAINES AU MUSÉE D'ALLARD

Rencontre avec l'association Les Amis d'Elzéard pour une recherche des variétés locales : entre biodiversité et semences reproductibles.



Musée d'Allard (Bd de la Préfecture)

Horaires : 15h

Gratuit - Ouvert à tous - sans inscription



DIMANCHE 15 OCTOBRE _____

> CAFÉ PAPOTE

Le centre social vous propose un café papote avec jeux de société.



Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 14h30-17h - Gratuit - Ouvert à tous - sans inscription

INFORMATIONS _____



> OFFICE MUNICIPAL DES PERSONNES AGÉES ET DES RETRAITÉS (OMPAR)

33, rue Martin Bernard

Tél. 04 77 96 39 31

mail : ompar@ville-montbrison.fr

> Horaires d'ouverture :

Mardi et vendredi : 9h - 12h

Mercredi et jeudi : 14h - 17h30