

La semaine bleue

“ Semaine nationale des retraités et personnes âgées ”

1^{er} > 7 octobre 2022
BELLEY

Brisons
les idées
reçues !



Forum

salle des fêtes

10 h - 13 h / 14 h - 17 h

Samedi
1^{er}
octobre

À découvrir
& tester

AROM ÉVASION

(huiles essentielles) le bien-être au quotidien (Adapa)

ATELIER ACTIV'MÉMOIRE (CASR)

ZUMBA

(Céline Bonnevide, intervenante Sport et Santé)

DES CHIFFRES ET DES LETTRES (CASR)

CASQUE DE RÉALITÉ VIRTUELLE

(Conseillère numérique de Belley)

Un autre
regard
sur les seniors

LECTURE DE TEXTES & TEXTES CHANTÉS

(UIAB) Matin

EXPOSITION

(lycéens Bac pro ASSP du lycée du Bugey)

Des stands
pour s'informer
& échanger

SERVICES À DOMICILE

(Adapa, ADMR et Ain Domicile Service)

ACCOMPAGNEMENT AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

(Maison France Services)

HABITAT

(Maison Marguerite, Résidence Aquarelles, Ehpad Bon Repos)

LOISIRS, SPORTS & CULTURE

(Médiathèque / Conseillère numérique / Université Inter-Âges du Bugey / Club d'Animation Sportive des Retraités / Atelier patchwork / Karaté Club Belleysan)

POUR PRENDRE SOIN DE SOI

(Claire Guillaume : présentation de la musicothérapie)

Il n'y a pas
d'âge pour
être artiste
& faire la fête

CRÉATION D'UNE ŒUVRE EN MOSAÏQUE

(Colette Sonzogni)

MARATHON DU TRICOT (médiathèque)

16 h : MUSIQUE ET DANSE

animé par DJ Simone, Pascale Bal
et la troupe de la résidence Aquarelles

Animations

LUNDI 3 OCT.

CINÉMA

Film : "Une belle course"
de Christian Carion, avec
Dany Boon et Line Renaud

Cinéma l'Arlequin | 15 h
4 €

MERCREDI 5 OCT.

LUDOTHÈQUE

découverte de jeux de société
en famille ou entre amis &
découverte du casque réalité virtuelle

Médiathèque (rez-de-chaussée)
9 h 30 - 12 h / 14 h - 16 h

L'HEURE DU CONTE

grands-parents / petits-enfants
Médiathèque

10 h 30 : 3-6 ans | 11 h : 6 ans et +
Inscriptions 04 79 81 47 70
mediatheque@belley.fr
(palais épiscopal, rue des Cordeliers)

VENDREDI 7 OCT.

APÉRO TRICOT

(débutants, petits et grands bienvenus)
(don de laine par le Secours Populaire)

Salon de la médiathèque
18 h - 20 h

(palais épiscopal, rue des Cordeliers)

**DÉCOUVREZ ET TESTEZ DES ACTIVITÉS
TOUTE LA SEMAINE**

(inscriptions sur les stands lors du forum)

- CASR (tir à l'arc, marche adaptée, marche nordique, pétanque, activ mémoire, danse, yoga, tennis de table, natation, ski, gymnastique...)
- Gym Forme Détente
- Karaté bien-être

MARDI 4 OCT.

ATELIER DANSE

animé par Pascale Bal
Résidence Aquarelles (Vieille porte)
10 h - 11 h 30

VISITE ACCUEIL DE JOUR & EHPAD

(40 rue du Bon repos)
14 h 30

VISITE MAISON MARGUERITE

(90 rue Saint-Jean)
16 h

JEUDI 6 OCT.

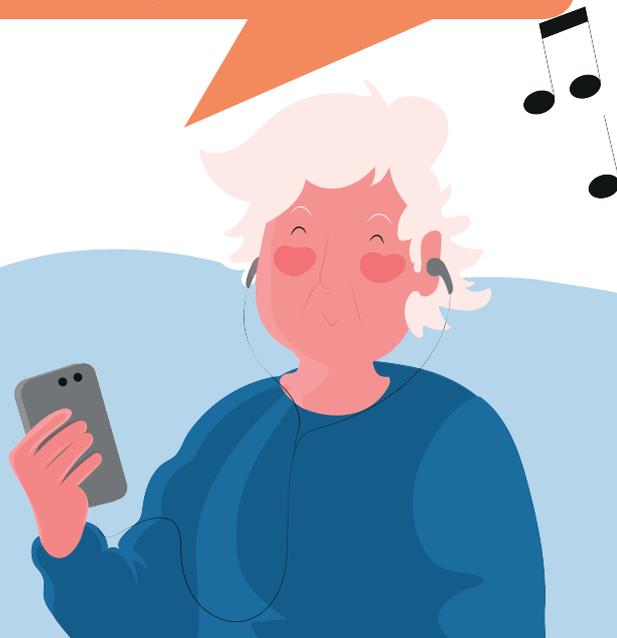
VISITE DE LA MÉDIATHÈQUE
& présentation des collections
et services suivi d'une lecture à voix
haute et du verre de l'amitié
Médiathèque (palais épiscopal) | 10 h - 12 h

CONFÉRENCE

"Nostradamus, le gourmet étoilé"
de Sylvain Bouchet (proposé par l'UIAB)

Sans inscription

Cinéma l'Arlequin | 15 h (place Baudin)



Renseignements

L'accès à l'ensemble de ces actions est **GRATUIT**
dans le cadre de la **Semaine Bleue**

(sauf la séance de cinéma)

Vous souhaitez participer mais vous n'avez pas de moyen de transport,
n'hésitez pas à contacter le centre social.

CENTRE SOCIAL

170 avenue Paul Chastel

04 79 81 26 56

centresocial-accueil@ccas-belley.fr

Facebook :

Centre social Escale de Belley

Les différents acteurs ayant contribué à ce programme

Centre Communal d'Action Sociale de Belley
Mairie de Belley - Maison France Services
Communauté de communes Bugey-Sud
Département de l'Ain - Adapa - Ain Domicile
Service - UIAB - Résidence Aquarelles Semcoda
Maison Marguerite - Ehpad Bon Repos
Club d'Animation Sportive des Retraités
de Belley (CASR) - Médiathèque de Belley
ADMR - Claire Guillaume (musicothérapeute)
Céline Bonnevide (éducatrice sport et santé)
Colette Sonzogni (artiste)

