

RENSEIGNEMENTS

Centre Communal d'Action Sociale
de la Ville de Belfort
1 faubourg des Ancêtres
90008 BELFORT CEDEX
Tél. : 03 84 54 56 56
www.ville-belfort.fr

 BelfortOfficiel

 semainebleue

Action réalisée avec le soutien de
l'Agence Régionale de Santé de Franche-Comté,
du Gie IMPA et de la CNRACL

LA SEMAINE BLEUE

DU 3 AU 7 OCTOBRE 2016

Semaine nationale
des retraités et personnes âgées



LA SEMAINE BLEUE

À tout âge : faire société



DU 3 AU 7 OCTOBRE 2016
Semaine nationale
des retraités
et personnes âgées

© elephant 03 84 21 22 24



LUNDI 3 OCTOBRE SPORT ET SANTÉ

DE 14H À 16H :

Ateliers de découverte « *sport et santé* » et activités physiques animés par l'association Siel Bleu, la Ville de Belfort et son CCAS, la Fédération Française de Cardiologie...

Marche à la découverte des arbres remarquables organisée par l'OPABT : parcours de 4 km. Départ à 14h.

À PARTIR DE 16H :

Rencontre conviviale autour d'un goûter.

- ▶ **Maison de quartier des Forges**
3 A rue de Marseille, Belfort

MARDI 4 OCTOBRE CONFÉRENCE

DE 14H À 16H :

La mémoire et le vieillissement cognitif

Organisée par l'Association pour le Développement de la Neuropsychologie Appliquée (ADNA).

À l'issue de la conférence, présentation des ateliers mémoire organisés à Belfort.

- ▶ **Centre culturel et social de la Pépinière**
13 rue Danton, Belfort

MERCREDI 5 OCTOBRE ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES

DE 14H À 16H :

Ateliers intergénérationnels autour de l'écriture, la cuisine et la danse de salon proposés par le Centre culturel et social de la Pépinière.

DE 16H À 17H :

Moment de convivialité et de partage.

20H :

Soirée dansante.

- ▶ **Centre culturel et social de la Pépinière**
13 rue Danton, Belfort

JEUDI 6 OCTOBRE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

LE MATIN :

Prévention santé : dépistages auditif et des maladies cardiovasculaires, gestes qui sauvent, présentation du bilan de santé, du service vaccinations du CCAS et des missions du CODERPA.

10H :

Information et échanges avec une diététicienne sur l'alimentation et le vieillissement.

11H :

Présentation du service de portage de repas à domicile du CCAS.

14H À 16H :

Présentation de l'ensemble des activités de l'OPABT : informatique, tricot, chant, peinture, dictée, utilisation du téléphone portable...

16H :

Les bénévoles de l'atelier chant se produiront autour d'un moment convivial.

- ▶ **OPABT**
3 place de la Commune, Belfort

VENDREDI 7 OCTOBRE ACTIVITÉS CULTURELLES

15H :

Récital de Simon Goldin, chanteur québécois. Poète, chanteur, un brin charmeur, il transporte dans son monde avec ses mots, ses couleurs qui lui viennent de chez lui et d'ailleurs. **Tarif unique : 8 €**
À l'issue du récital, présentation de l'offre culturelle à Belfort.

20H30 :

Récital de Simon Goldin, chanteur québécois.

Tarif unique : 8 €

Ce spectacle clôturera cette nouvelle édition de la Semaine bleue de manière festive et récréative.

- ▶ **Centre culturel et social de la Pépinière**
13 rue Danton, Belfort