

QU'EST CE QUE LA SEMAINE BLEUE ?

La semaine bleue est une semaine nationale.

7 jours entièrement consacrés aux seniors et personnes âgées.

L'objectif de cet événement est de renseigner et sensibiliser l'opinion publique sur l'importance du rôle des personnes âgées concernant la vie quotidienne (sociale, culturelle et économique), mais également sur les inquiétudes qu'ils ont et les difficultés qu'ils rencontrent. Cette semaine a pour objectif d'informer le public sur les moyens de faire valoir leurs différents droits et de mettre en avant les élaborations et les ambitions des organismes institutionnels et associatifs.

INFOS PRATIQUES

Les tickets de tombola seront à récupérer sur place, lors de votre participation. Inscription obligatoire jusqu'au lundi 19 septembre.

Places limitées. Les activités sont gratuites.

RENSEIGNEMENTS : CCAS Centre Communal d'Action Sociale

Maison de la Solidarité - 16 Bd Casimir Pelloutier - 04100 Manosque - 04 92 74 47 40

NOS PARTENAIRES



MANOSQUE
SALLE OSCO MANOSCO

LA SEMAINE BLEUE

30 SEPT. > 5 OCT

BOUGER ENSEMBLE... POUR ENTRETENIR LA FLAMME !

STANDS
D'INFORMATION

SPORTS
ADAPTÉS

ANIMATIONS

ATELIERS
BIEN-ÊTRE

TOMBOLA
GRATUITE

CONFÉRENCES

EXPOSITION
GÉNÉRATION
PART@GE

Manosque
HAUTE-PROVENCE

INFORMATIONS CCAS : 04 92 74 47 40

ville-manosque.fr

LE MOT DE LA VICE-PRÉSIDENTE



Le CCAS, acteur majeur au service des retraités et des aînés, veut permettre aux seniors de bien vivre et de bien vieillir dans leur ville et dans leur vie. Pour la 1^{ère} année, la Ville de Manosque organise la semaine bleue dont le fil rouge est porté par le slogan 2024 « Bouger ensemble... Pour entretenir la flamme ! » des mots qui traduisent l'importance de

promouvoir bien évidemment le sport et de donner l'occasion aux seniors d'avoir une meilleure estime de soi en prenant en compte les valeurs de l'olympisme.

Le CCAS et ses partenaires vous donnent rendez-vous pour une multitude de manifestations conviviales : un programme riche et varié !

Bonne Semaine bleue à toutes et à tous !

Mme Josselyne COSTE LENNON

Adjointe au Maire, déléguée aux ressources humaines, bel âge et solidarité
Vice-présidente du CCAS de Manosque

LE PROGRAMME

LUNDI 30 SEPT.

10H • Visite des archives

14H-16H • Ateliers de mise en beauté avec Vicenta écriture avec la médiathèque, initiation art thérapie, création, massage, découverte du hammas assis ; -*Sur inscription*-



MARDI 1^{ER} OCT.

9H-18H • Stands :

Informations

Bien-être : Massage ; Sophrologie ; Socio-coiffeur...

Dépistage : test auditif

Initiation sports adaptés

10H • Conférence « Faire du sport après 60 ans »

14H • Conférence « Bien vieillir »



MERCREDI 2 OCT.

14H • Théâtre Jean le Bleu
Spectacle musical

JEUDI 3 OCT.

9H-18H • Stands :

Informations

Dépistage : test auditif et Icope sur les repérages de la fragilité (mobilité, nutrition, vue memoire...)

Bien-être

Sports adaptés

9H-12H • Atelier numérique : Jeux vidéos

13H30-15H • Théâtre Forum « La vie des aidants »



VENDREDI 4 OCT.

9H-17H • Forum Sécurité Internet

avec la Police Nationale et le Grenier numérique

9H-16H • Atelier code de la route : Seniors au volant

Mise en situation, prévention santé et conduite avec auto-école

14H • Théâtre Forum « Octobre rose »

17H-18H • Pôt de clôture et tirage au sort de la tombola



SAMEDI 5 OCT.

10H-17H • Parc de la Rochette

Les Silver Games, Jeux olympiques de la Prévention

**VENEZ PROFITER DE LA BORNE À SELFIE
POUR VOUS FAIRE PHOTOGRAPHIER
GRATUITEMENT TOUTE LA SEMAINE !**

