

Semaine Nationale des retraités  
et personnes âgées  
**du 2 au 8 octobre 2023**

**TERRITOIRE D'ACTION SOCIALE D'AMIENS**

**Programme**

**Vieillir  
ensemble**

**une chance  
à cultiver !**



[semaine-bleue@uniopss.asso.fr](mailto:semaine-bleue@uniopss.asso.fr)

Sous le haut patronage du ministère des Solidarités, de l'Autonomie et des Personnes handicapées

En lien avec la Journée internationale des personnes âgées le 1<sup>er</sup> octobre

**LA MARCHÉ  
BLEUE**

## Lundi 2 octobre

### > 15h15 à 16h15

**Sport Sénior** : gym adaptée au + 80 ans  
Échanges et collation sportive

Espace d'animation du CCAS

47 rue Anatole France - 80330 LONGUEAU

Gratuit - Sur inscription au 03 22 50 45 45

## Mardi 3 octobre

### > 13h00 à 16h30

**Concours de pâtisserie** : venez exprimer vos talents en participant à l'épreuve de pâtisserie (10 places)

CCAS de Longueau - Espace d'animation

47 rue Anatole France - 80330 LONGUEAU

Gratuit - Sur inscription au 03 22 50 45 45

### > 14h00

**Spectacle « Rafistol et Maestro »**

CCAS Amiens - Salle des Provinces

1 rue de l'île de France - 80000 AMIENS

Gratuit

## Mercredi 4 octobre

### > 09h00 à 12h00

**La Soupe Bleue** : venez déguster la soupe réalisée avec des légumes moches sous un air d'orgue de barbarie

Place du marché - 80330 LONGUEAU

Gratuit - Sur inscription au 03 22 50 45 45

### > 10h30 à 12h00

(Départ du CCAS de Camon situé à côté de la mairie)

**« À vos baskets »** : randonnée pédestre d'1h30 encadrée par US Camon et le CCAS. Une collation sera servie au retour de la randonnée

CCAS de Camon - 26 place du Général Leclerc - 80450 CAMON

Gratuit - Sur inscription - Ouvert à tous

### > 14h00 à 16h00

**Yoga intergénérationnel** : avec les enfants du centre de loisirs de Longueau, pratiquez ensemble un cours de yoga ludique et doux pour lâcher prise en se relaxant (10 places)

CCAS de Longueau - Espace d'animation

47 rue Anatole France - 80330 LONGUEAU

Gratuit - Sur inscription au 03 22 50 45 45

### > 14h00

**Sortie Champignons** encadrée par les guides de la société Linnéenne Nord-Picardie

CCAS Amiens - Salle des Provinces

1 rue de l'île de France - 80000 AMIENS

Gratuit

## Jeudi 5 octobre

### > 10h00

**Concours de Manille**

Déjeuner compris

CCAS d'Amiens - Salle Albatros

1 rue d'Allonville - 80000 AMIENS

Gratuit

### > 14h00 à 16h00

**Sport Sénior** : marche nordique débutant

Échanges et collation sportive

CCAS de Longueau - Espace d'animation

47 rue Anatole France - 80330 LONGUEAU

Gratuit - Sur inscription AU 03 22 50 45 45

## Vendredi 6 octobre

### > 10h00

**Repas des aînés** : animation par l'unité animation séniors avec la participation de la chorale du CCAS Amiens

Salle St Pierre - 93 rue Valentin Haüy - 80000 AMIENS

Gratuit

### > 14h00 à 16h30

**Où est l'Oie Bleue** : participez à un jeu de piste à la recherche de l'Oie Bleue (12 places)

Bibliothèque Jacques Prévert

Rue du Général Leclerc - 80330 LONGUEAU

Gratuit - Sur inscription au 03 22 50 45 45

### > 14h30 à 16h30

**« Sportez vous bien »** : Séance de gym adaptée et encadrée par le club de Gym de Rivery.

Une collation sera servie à la fin de l'activité

Salle Gilbert Capron - Rue Lucie Aubrac - 80450 CAMON

Gratuit - Sur inscription - Nombre de places limitées

## Dimanche 8 octobre

### > 09h30

**Marche Bleue - CCAS Amiens**

Parc du Grand Marais - 80000 AMIENS

Gratuit