

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

TERRITOIRE DES CINQ VALLÉES

Programme

**Vieillir
ensemble**

**une chance
à cultiver !**



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^{er} octobre

**LA MARCHÉ
BLEUE**

Lundi 2 octobre

> 14h00 à 16h45

Séance cinéma « Un petit miracle »

suité d'un débat

Cinéma « Le VOX »

11 rue Ambroise Croizat - 80610 SAINT-OUEN

Participation : 3 euros

Mardi 3 octobre

> 10h00 à 11h30

Séance bien-être « Venez vous relaxer

et/ou faire de l'aquagym » (hammam, sauna...)

Centre aquatique Aqua N&S

Rue Rémi de Ceylan - 80420 FLIXECOURT

Gratuit - Sur inscription au 06 37 38 62 39

> 14h00 à 16h30

Ateliers « Médimouv et gym mémoire »

Allée de la Haute Borne - ZAC des Hauts du Val de Nièvre

80420 FLIXECOURT

Gratuit - Sur inscription au 03 22 97 23 74

Mercredi 4 octobre

> 09h30 à 11h00

Petit déjeuner équilibré et gym mémoire

« **Bien commencer la journée** »

Médiathèque - Chemin de la Catiche - 80420 FLIXECOURT

Participation : 1 euro - sur inscription au 03 22 39 18 17

> 10h30 à 16h00

Atelier intergénérationnel avec conteur
et atelier tissage sur la journée

Déjeuner offert par la mairie de Vignacourt

aux participants inscrits à la journée

Médiathèque - 84 rue Léon Thuillier - 80650 VIGNACOURT

Gratuit - sur inscription au 03 22 39 03 00

> 14h00 à 16h30

Atelier intergénérationnel

« **Viens décorer ta citrouille** »

Maison des associations

Rue de la Catiche - 80420 FLIXECOURT

Sur inscription au 06 89 40 02 68

Atelier créatif intergénérationnel

Médiathèque - Place Jean Catelas - 80610 SAINT-OUEN

Gratuit - sur inscription au 03 22 39 00 90

Jeudi 5 octobre

> 09h00 à 12h00 (Départ de la MFR de Flixecourt)

Balade historique intergénérationnelle

Site Saint-Frères

MFR de Flixecourt - 80420 FLIXECOURT

Gratuit - sur inscription au 03 22 97 23 74

Pique-nique intergénérationnel à la salle des fêtes

de Vignacourt

> 10h00 à 11h30

Séance bien-être « Venez vous relaxer
et/ou faire de l'aquagym » (hammam, sauna...)

Centre aquatique Aqua N&S

Rue Rémi de Ceylan - 80420 FLIXECOURT

Gratuit - sur inscription au 06 37 38 62 39

> 14h00 à 16h30

« **Retour sur la Guerre 14/18** » **Visite du centre**
d'interprétation et ateliers intergénérationnels

Musée de Vignacourt

196 rue d'Amour - 80650 VIGNACOURT

Gratuit - sur inscription au 06 73 69 55 49

Vendredi 6 octobre

> À partir de 09h30

« **Ensemble ...** »

- Révision du code de la route - Gratuit

- Atelier cuisine et déjeuner sur place

Salle du chiffon rouge

Rue Léon Hénocque - 80420 FLIXECOURT

Sur inscription jusqu'au 3 octobre 2023 au 06 82 77 68 37

Pour le déjeuner : une participation de 5 euros

sera demandée - sur inscription au 06 62 52 61 69

> 10h30

Conférence Somme Alzheimer avec la présence
du Dr Devendeville

Salle du chiffon rouge

Rue Léon Hénocque - 80420 FLIXECOURT

Gratuit

> À partir de 14h30

Défilé de mode et thé dansant

Salle du chiffon rouge

Rue Léon Hénocque - 80420 FLIXECOURT

Gratuit