

LA SEMAINE BLEUE

du 5 au 11 octobre 2020

SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
ÂGÉES

www.semaine-bleue.org

LA SEMAINE BLEUE

du 5 au 11 octobre 2020

SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
ÂGÉES

www.semaine-bleue.org

**RENSEIGNEMENTS
ET INSCRIPTIONS
PLACES LIMITÉES**

**MAIRIE DE CÉRET - CCAS
04.68.87.57.94**

**RESPECTONS LES GESTES BARRIÈRES
POUR LA SÉCURITÉ DE TOUS**



**ATELIERS PROPOSÉS SOUS RÉSERVE DE
L'ÉVOLUTION DE L'ÉPIDÉMIE COVID**



**Ensemble, bien dans son âge,
bien dans son territoire**

Un enjeu pour l'après COVID



Sous le haut parrainage du ministère des Solidarités et de la Santé



En lien avec
« La Journée internationale des personnes âgées »



PROGRAMME

DU 05 AU 11 OCTOBRE 2020

"Ensemble, bien dans son âge, bien dans son territoire : un enjeu pour l'après-COVID"

EXPOSITION DU 1^{ER} AU 08 OCTOBRE "CÉRET AUTREFOIS"

De 10h à 12h et de 15h à 17h - Salle Manolo

Lundi 05 octobre

- **9h-10h : Présentation de la semaine bleue** et Collation de bienvenue - *Salle de l'Union.*
- **10h-12h : Atelier Mandala**, par Véronique Ribes, Art Thérapeute *Salle des Mariages* (10 personnes maximum).
- **15h : Chants Catalans** par Sem i serem - *Théâtre de verdure (Repli salle de l'union)*
- **17h30 : Contes**, par Wilfried Delahaie - *Salle des Mariages* (20 personnes maximum),

Mardi 06 octobre

- **9h-10h : Basket Seniors** par EVB - *Stade de la Foundcalde.*
- **10h-11h : Gym d'entretien mobil' sports 66** - gymnase itinérant, acteur de prévention soutenu par le Département 66 - *stade*
- **10h-12h : Atelier « Les secrets de l'ordinateur »**, par Anthony Preham - *Salle de l'Union 1^{er} étage* (10 personnes maximum).
- **14h-17h : Stands** d'information sur la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées, aide à domicile, adaptation de l'habitat, activité physique seniors avec :
 - **CLIC** - Permanence Centre Local d'Information et de Coordination, Département des Pyrénées-orientales
 - **CDCA** - Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie, Département des Pyrénées-orientales
 - **Communauté de Communes du Vallespir**
 - **ADMR, Ceret'na**
 - **Gymnastique volontaire de Céret** - *Salle de l'Union RDC*
- **14h30 : visite** du centre de gravure (6 personnes maximum)
- **15h-17h : Espace création et bien être**, outil de prévention de la perte d'autonomie - *Salle de l'Union 1^{er} étage*
- **Atelier socio-esthétique, « estime de soi et bien-être »** par l'Instant Socio, acteur de prévention soutenu par le Département 66 - *Salle de l'Union 1^{er} étage* (10 personnes maximum).
- **15h-17h : Atelier Art Floral**, par Véronique Ribes, Art Thérapeute et Marie Cavaillé - *Salle des Mariages* (10 personnes maximum).

Mercredi 07 octobre

- **9h30-11h30 : Atelier Arts Plastiques** inter-générationnel, par Eclats d'Art - *Théâtre de Verdure* (20 personnes maximum) - *Repli salle de l'Union 1^{er} étage.*
- **15h30-18h30 : Animation** Grands jeux par ALORTUJOU Autour du *Kiosque des Marronniers* - *Repli salle de l'Union.*

Jeudi 08 octobre

- **10h-11h : Yoga**, par le Club de l'Amitié - *Jardin St Michel* (10 personnes maximum) *Repli DOJO* (face au collège)
- **14h30 à 16h30 : information multi sports ludiques**, par L'UFOLEP - *Salle des mariages ou patio.*
- **15h-16h : Chants**, par le Club de l'Amitié - *Place des Arcades* - *repli salle de l'Union (salle de répétition RDC).*

Vendredi 09 octobre

- **10h-11h30 : Visite Patrimoine** par le Pays D'Art et d'Histoire et bénévoles - *Départ place de la Catalane* (20 personnes maximum).
- **15h30-17h : Éveil musical, vocal et sensoriel** - *Place de la Catalane* - *Repli salle de mariages.*

Samedi 10 octobre

- **15h-16h : Chants**, par la chorale Déodat de Séverac *Théâtre de Verdure.*
- **16h-17h30 : Sardanes** avec initiation animé par la Colla Cireres de Céret - *Place de la Catalane.*
- **18h-19h30 : Concert** par l'association "Made in Rock and Roll" chante Johnny - *Théâtre de Verdure.*

Dimanche 11 octobre

- **9h-12h : Marche Bleue** avec la Randonnée Cérétane - *Départ devant la Mairie.*

**Pour l'ensemble de ces manifestations
MERCİ de respecter les gestes barrières :**

Port du masque
Désinfection des mains
Distanciation