Garéoult

La Semaine Bleue

SEMAINE NATIONALE DES RETRAITÉS ET PERSONNES AGÉES

« Bien vivre son âge dans son territoire »

ANIMATIONS GRATUITES OFFERTES PAR LA MUNICIPALITÉ

Du lundi 4 au vendredi 8 octobre 2021

Programme détaillé et bulletin de participation en Mairie

Inscriptions obligatoires *(places limitées)*- Réservée aux Garéoultais de plus de 65 ans

Renseignements : 04 94 77 54 92 /www.gareoult.fr

Ville Active & Sportive

20 TERRE DE JEUX 24

Villes et Villages Fleuris
LE LABEL NATIONAL DE LA QUALITÉ DE VIE

Octobre Rose

Programme

A conserver par le participant

La Semaine Bleue

«Bien vivre son âge dans son territoire»

Chaque année, **«La Semaine Bleue»**, moment privilégié pour informer et sensibiliser le public sur l'importance de la place occupée par les retraités et les personnes âgées, offre l'occasion de créer du lien social.
C'est ce qu'a souhaité mettre en avant la Ville de Garéoult, en invitant les séniors garéoultais de plus de 65 ans à partager un moment de convivialité autour des différentes animations gratuites proposées ci-après :

Lundi 4 octobre - 9h30 /14h

1. Randonnée « Zen »

Séance d'initiation au yoga en pleine nature dans le cadre d'une randonnée facile puis d'un repas partagé.

Mardi 5 octobre - de 10 à 12h - Salle Etienne Grisolle *(en Mairie)*

2. Conférence "Bien chez soi, les clefs d'un logement confortable"

Cette conférence a pour objectif de sensibiliser les retraités à l'intérêt d'adapter leur logement pour bien y vieillir. Elle sera suivie par deux ateliers, puis d'une séance individuelle à domicile pour ceux qui le souhaitent *(inscription obligatoire à l'issue de la conférence).*

Mardi 5 octobre - 14h30 - Maison de Garéoult

3. Cinéma « Et si on vivait tous ensemble»

Film de Stéphane Robelin avec Jane Fonda et Pierre Richard. Une comédie drôle et juste.
Des séniors, amis de longue date décident de vivre en communauté...

Mercredi 6 octobre - de 15h à 17h30 - Maison de Garéoult

4. Loto réservé aux séniors

N'hésitez pas à emmener votre matériel (cartons et jetons)
Participation gratuite – 3 cartons maxi par personne

Jeudi 7 octobre - de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h - Maison de Garéoult

5. Check'up - Journée de repérage et de prévention

Rencontre avec des professionnels de santé et bilan personnalisé sur diverses thématiques *(audition, vue, diabète, tension, nutrition, mémoire, équilibre,..)*

Vendredi 8 octobre - de 14h30 à 16h30 - Maison de Garéoult

6. Théâtre interactif « Et moi, émoi »

C'est l'histoire de Natacha qui nous est racontée. Comment va-t-elle concilier sa vie familiale et professionnelle tout en s'occupant de son papa vieillissant ?

Bulletin de participation

A retourner en Mairie

«La Semaine Bleue»

Du lundi 4 au vendredi 8 octobre 2021

Garéoult

Inscriptions dans la limite des places disponibles

Nom :.....

Prénom :.....

Adresse :.....

CP :..... Ville :.....

Tel :.....Portable :.....

Adresse Mail :.....@.....

Souhaite participer à l' (ou aux) activité(s) suivante(s) :
(cocher les activités concernées)

1. Randonnée « Zen » :

Lundi 4 octobre ☐ de 9h30 à 14h

2. Conférence «Bien chez soi, les clefs d'un logement confortable» :

Mardi 5 octobre ☐ de 10h à 12h - Salle Etienne Grisolle *(en Mairie)*

3. Cinéma « Et si on vivait tous ensemble» :

Mardi 5 octobre ☐ 14h30 - Maison de Garéoult

4. Loto :

Mercredi 6 octobre ☐ de 15h à 17h30 - Maison de Garéoult

5. Journée de repérage et de prévention :

Jeudi 7 octobre ☐ de 9h30 à 12h30 - Maison de Garéoult

ou

☐ de14h à 17h - Maison de Garéoult

6. Théâtre interactif « Et moi, émoi » :

Vendredi 8 octobre ☐ de 14h30 à 16h30 - Maison de Garéoult

PASS SANITAIRE ET PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE
lors de toutes les animations *(Sauf pour la Randonnée)*

Manifestation réservée aux personnes de plus de 65 ans domiciliées à Garéoult
Inscriptions obligatoires *(places limitées)*

Attention programme susceptible d'évoluer !

«La Semaine Bleue»
«Bien vivre son âge dans son territoire»

En partenariat avec l'ASEPT, la Mutualité Française, Sud Eval et Ciné 83 - FOL 83

MA SANTÉ, Association santé éducation et prévention sur les territoires PACA PARLONS-EN !

Sud Eval paca corse

MUTUALITÉ FRANÇAISE

TICKET CINÉ 83

SCANNEZ-MOI

Mairie de Garéoult
Place de l'Hôtel de Ville - 83136 GAREOULT
04 94 77 54 92
cohesion-sociale@gareoult.fr
www.gareoult.fr

GARÉOULT 83-VAR