

LA SEMAINE BLEUE

du 7 au 13 octobre 2019

SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
ÂGÉES

www.semaine-bleue.org

DES ATELIERS, DES RENCONTRES ET DES SPECTACLES
proposés aux séniors sur la Communauté de Communes
du Bassin d'Aubenas



Pour une société respectueuse de la planète : ENSEMBLE AGISSONS

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Avant LE MERCREDI 2 OCTOBRE - places limitées

Pôle Seniors Intercommunal

04 75 36 85 17 - poleseniors@cdcba.fr

9 rue du Docteur Pargoire - 07200 Aubenas

LE MOT DU PRÉSIDENT



Cette année encore, je vous espère nombreux lors de la Semaine Bleue 2019 !

Cette Semaine dédiée aux personnes retraités aura lieu sur notre territoire du 7 au 12 octobre 2019.

Au programme : des ateliers sportifs, artistiques, manuels, des rencontres, des conférences, des spectacles, des concerts, et pour finir un festival autour de la lecture.

Un programme bien chargé, varié mais aussi étendu sur l'ensemble de notre territoire, afin de répondre aux besoins de tous.

Pour la deuxième année consécutive, cette semaine bleue nous mobilise autour d'un thème récurrent et capital ces temps-ci : l'environnement.

Ce fil conducteur nous invitera à nous sentir tous concernés par le devenir de notre planète et à nous sensibiliser aux questions du vieillissement et des liens entre les générations.

Cet événement, c'est aussi l'occasion pour les acteurs de terrain qui travaillent régulièrement auprès des aînés de présenter et d'organiser des animations qui permettent de créer des liens entre les seniors, mais aussi entre toutes les générations.

A travers cette manifestation, nous invitons le grand public à prendre conscience de la place et du rôle central que jouent les seniors sur notre territoire.

Afin de lancer cette semaine, nous vous invitons à venir partager le verre de l'amitié lors de l'inauguration, qui se tiendra le lundi 7 octobre 2019 à 18h00 (cf programme).

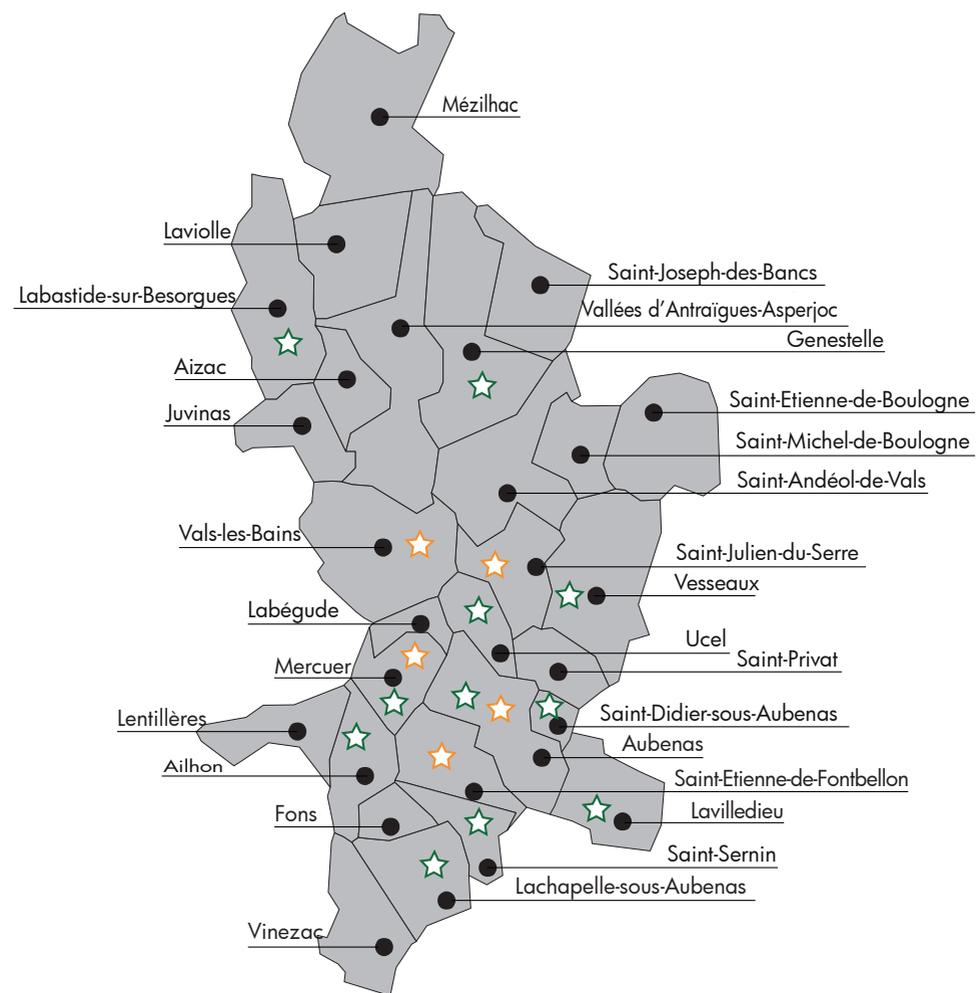
Pour finir ce mot, je tiens à remercier vivement les partenaires financeurs, les communes participantes et les acteurs impliqués dans cette semaine bleue.

Je tiens aussi à vous remercier, vous, les seniors, qui participez à vitaliser notre territoire chaque jour.

Je vous souhaite une excellente semaine bleue 2019 !

Louis BUFFET
Président de la CCBA

CARTE DES COMMUNES ACCUEILLANT LA MANIFESTATION



Les animations



Les conférences, spectacles et visites

POUR DÉCOUVRIR LE PROGRAMME

Du lundi 7 octobre P.4 à 5

Du mardi 8 octobre P.6 à 7

Du mercredi 9 octobre P.8 à 9

Du jeudi 10 octobre P. 10 à 13

Du vendredi 11 octobre P. 14 à 15

Du samedi 12 octobre P. 15 à 18

Spectacle de clôture de Baptiste Dupré P. 18

LUNDI 7 OCTOBRE

Création

À Saint-Sernin

Salle du Conseil
Municipal

9h > 10h30
10h30 > 12h

Sur inscription

Tarif : 5 euros

Atelier floral

Proposé et animé par Madame Marie Agnès VIGNE

Réalisation d'une composition
florale en présence d'une fleuriste.

Un seul et unique modèle sera
proposé mais chaque participant
pourra repartir avec sa création.



Sport et bien-être

À Saint-Didier-
sous-Aubenas

Salle Polyvalente

10h45 > 11h45
Accès libre

Activité physique adaptée

Proposé et animé par l'APPRES

Tout au long de l'année l'APPRES,
propose des actions d'éducation à
la santé, des rencontres conviviales
mais aussi la pratique d'une
activité physique adaptée. Durant
cette semaine bleue, venez-vous
essayer à l'activité physique adaptée....



Bien vieillir

À Aubenas

Cinéma le Navire

14h30

Accès libre
dans la limite
des places
disponibles

Tarif : 5 euros

Ciné-goûter

Proposé et animé par le Pôle de Services de la ville d'Aubenas,
la Résidence Saint Joseph et le Cinema Le Navire

«Roxane», une comédie de Mélanie Auffret avec
Guillaume De Tonquédec, Léa Drucker et Lionel Abelanski.

Résumé: Toujours accompagné de sa fidèle
poule Roxane, Raymond, petit producteur
d'œufs bio en centre Bretagne a un
secret bien gardé pour rendre ses poules
heureuses : leur déclamer les tirades de
Cyrano de Bergerac. Mais face à la pression et aux prix
imbattables des grands concurrents industriels, sa petite
exploitation est menacée. Il va avoir une idée aussi folle
qu'incroyable pour tenter de sauver sa ferme, sa famille
et son couple : faire le buzz sur Internet.

A l'issue de la séance de cinéma, une pause goûter
vous sera proposée sur place.



LUNDI 7 OCTOBRE

Multi- média

À Lavilledieu

Maison des services
100 route du
Moulin

Groupe 1 :
14h00 > 15h30

Groupe 2 :
15h30 > 17h00

Sur inscription



Initiation à l'informatique

Proposé et animé par le Centre Socio-Culturel A.S.A (Animation
Sociale d'Aubenas) et le Relais Amical Malakoff Mederic

Venez vous initiez à l'informatique !
Des ordinateurs seront mis à votre disposition.
Les intervenants et les bénévoles prendront le
temps de répondre à toutes vos questions.



À Saint-Etienne-
de Fontbellon

Salle de La
Fontbelle-245 Place
du Village

18h

SOIRÉE D'INAUGURATION

Venez nombreux partager le
verre de l'amitié à l'occasion
de l'inauguration de la Semaine
Bleue !

Un moment convivial entre seniors,
élus et partenaires !



Rencontre conviviale**À Aubenas**

Centre Socio-Culturel Le Palabre
6 rue Albert Seibel

9h30 > 11h30

Accès libre

Café bla bla

Proposé et animé par la ludothèque du Centre Socio-Culturel Le Palabre

A l'occasion de la Semaine Bleue, le rendez-vous convivial du mardi matin du Centre Socio-Culturel le Palabre sera animé par sa ludothécaire Morgane et ses jeux à grande échelle. Venez nombreux!

**Bien vieillir****À Saint-Didier-sous-Aubenas**

Salle polyvalente

9h00 > 12h00

Accès libre

**Atelier "comment se relever après une chute ?" et stand sur l'aménagement du logement**

Proposé et animé par l'APRRES et l'OPAH-RU

Venez participer à un Atelier «Comment se relever après une chute». De 9h à 12h atelier toutes les heures. Vous pourrez aussi retrouver un stand d'information sur l'aménagement du logement avec la présence de l'OPAH-RU* de la Communauté de Communes



*Opération Programmée pour l'Amélioration de l'Habitat et le Renouvellement Urbain

Bien être**À Labastide-sur-Besorgues**

Salle Polyvalente
10h00 > 12h00

Accès libre

Faire soi-même ses produits d'entretien

Proposé et animé par Ardèche Aide à Domicile (AAD)

Pour préserver votre santé et l'environnement, venez découvrir comment fabriquer vous-même vos produits d'entretien : lessive, produit multi-usages, pour le sol... à moindre coût. Venez partager avec nous vos trucs et astuces pour faciliter la vie quotidienne.



Sous forme d'ateliers de démonstrations pratiques et simples, retrouvez notre équipe pour un moment de convivialité et repartez avec les recettes que vous pourrez refaire à la maison !

Culturel**À Mercuer**

Salle polyvalente
Mercurer

15h

Accès libre

Places limitées

Représentation Théâtrale de la troupe « Les optimistes »

Proposé et animé par la résidence Saint-Antoine

En Septembre 2013, sous l'impulsion de 2 résidentes de la résidence St Antoine, la troupe des optimistes a été créée. Face à son succès chaque année, la troupe propose une pièce. Cette année venez assister à une pièce intitulée « Transports ». Au programme, un panachage de plusieurs sketches surles transports !



A l'issue du spectacle une collation sera offerte par le village de Mercuer.

Sport et bien-être**À Aubenas**

Centre Aquatique
l'Hippocampe

15h15-16h00

16h15-17h00

Sur inscription

Balade aquatique (avec palmes, masques et tubas)

Proposé et animé par le Club de plongée des Requins de la Cèze

Le Club de Plongée des Requins de la Cèze vous propose une initiation à la respiration dans l'eau.

La respiration abdominale (type Yoga), la respiration thoracique (type Pilate), la respiration dans l'eau sans matériel, sur tuba et sur détendeur avec une bouteille d'air comprimé seront proposées. Les notions de poumon ballast, de poussée d'Archimède et de la cohérence cardiaque (365) seront évoquées. La pratique se fera entre autre avec deux ballons de rugby subaquatique. Curieux venez-vous inscrire...

Sport et bien-être**À Vessey**

Résidence la Vigne
de Champ-Long

15h00 > 16h30

Sur inscription

Danse Country

Proposé et animé par la Résidence la Vigne de Champ-Long

Venez vous essayer à la danse country dans la joie et la bonne humeur!

Bien vieillir

À Aubenas
Pôle de Services
à la Cyberbase
30 avenue de
Zelzate

9h30 > 11h00

Toutes les 45
minutes

Sur inscription

Eye-Drive-Test de conduite

Proposé et animé par le Pôle de Services et le Relais Amical Malakoff-Médéric

Ce test permet en 30 minutes d'évaluer les effets de l'âge sur votre comportement au volant : vos connaissances du code de la route en 10 questions, vos capacités visuelles en réalisant un test d'acuité visuelle (évalue votre vision des détails), un test de sensibilité aux contrastes (mesure votre capacité à distinguer des contrastes), vos aptitudes au volant en testant votre réactivité face à des situations inattendues.



Se divertir

**À Lachapelle
sous Aubenas**

Association Vivre des Initiatives Ensemble,
Route de
Largentière,

14h00 > 16h00

Sur inscription

Comment bien accueillir la biodiversité au jardin ?

Proposé et animé par l'association Vivre des Initiatives Ensemble

Venez participer à un atelier de création d'outils d'aménagement pour accueillir la biodiversité dans votre jardin. Atelier pour petits et grands. Ouvert à partir de 6 ans.

Bien vieillir

À Ucel

Salle du trait
d'union, juste à
côté de la salle
des mariages

14h30 > 16h30

Sur inscription

Atelier mémoire

Proposé et animé par l'ADMR

Venez agiter vos neurones avec l'ADMR ! Atelier ludique sous la forme de jeux et d'exercices pour faire travailler votre mémoire dans la bonne humeur et la convivialité !

Cet atelier s'inscrit dans un cycle d'ateliers mémoire : 2 ateliers + 1 séance bilan suivront celui-ci.

Plus d'informations le jour du premier atelier.

Se divertir

À Lavilledieu

Centre de Loisirs
Le Palabre
110 Route du
Moulin

14h30 > 17h00

**Sur inscription
auprès du CSC
Le Palabre au
0475350073 ou
csclepalabre@
gmail.com**

Ludothèque Intergénérationnelle

"Présente-moi ton jeu: jeu d'antan/jeu récent"

Proposé et animé par le centre de loisirs de Lavilledieu du Centre Socio-Culturel le Palabre.

Après-midi rencontre entre les enfants du centre de loisirs le Palabre et les anciens de la résidence Jean-Hélène, autour de l'expérience du jeu de chacune de ses générations.

Ce temps de rencontre est ouvert à 20 personnes de l'extérieur et sera suivi d'un goûter préparé par les résidents.



Culturel

À Vals-les-Bains

Salle de Cinéma
les Quinconces

15h00 > 16h30

**Accès libre dans
dans la limite des
places disponibles**



Séance Documentaire Débat

Proposé et animé par le Centre-Socio-Culturel Le Palabre

Documentaire "Le sel de nos vies" - De Olivier Meissel - France - 2018 - 58 min.

Témoignage sans détours de l'arrivée dans le grand âge, à 60, 83 ou 95 ans : la solitude et l'isolement mais aussi l'amour et la joie qui émaillent l'existence. Une évocation surprenante du bonheur de la vie à tout âge.



Malheureusement, la salle n'est pas accessible aux personnes à mobilité réduite. Toutes nos excuses !

Sport et bien-être

À Mercuer

Salle polyvalente

17h30

Accès libre

Atelier KATLAMDO

Proposé et animé par CATHY LAMOUREUX du Cabinet d'accompagnement à la personne-Praticienne KatLamdo®

Cet atelier vous proposera des exercices physiques doux, un travail sur le "Qi" (le souffle en énergétique Chinoise), le développement de la confiance en soi. Il vous permettra de mettre des mots sur des maux pour comprendre et accepter ce que le corps dit.



Multi-média

À Aubenas

Médiathèque
Jean FERRAT
2 Faubourg
Camille Laprade,
AUBENAS

9h30 > 11h30

Inscriptions au
04 75 35 01 94

Découvrir les tablettes numériques

Proposé et animé par la Médiathèque Intercommunale Jean Ferrat

Vous êtes curieux de découvrir les tablettes numériques ?

Vous venez d'en acquérir une mais n'avez pas encore apprivoisé cette drôle de machine ?

Venez vous initier aux fonctions de base et tester quelques applications utiles...



Sport et bien-être

À Mercuer

Salle polyvalente

10h00 > 12h00

Sur inscription



Randonnée au départ de Mercuer et visite guidée de la déchetterie de Labégude

Proposé et animé par la commune de Mercuer, le SIDOMSA, l'APRES et le CDOS07

Venez participer à une randonnée au départ de la salle polyvalente de Mercuer. RDV ensuite à 11h à la déchetterie de Labégude pour une visite du site et des explications sur le tri sélectif des déchets.



Au cours de cette randonnée, vous pourrez participer à un bilan de votre condition physique avec le CDOS et à un test de spirométrie avec l'APRES.

Prévoir des chaussures de randonnées ou baskets, un petit sac à dos avec de l'eau

Bien-être

À Ailhon

Bibliothèque
municipale

10h00 > 12h00

Sur inscription

L'Energie et la santé dans mon logement

Proposé et animé par l'Association Santé Autonomie (ASA), l'agence Locale de l'Energie et du Climat de l'Ardèche (ALEC07) et en présence de l'animatrice de l'OPAH-RU de la Communauté de Communes

Chauffage d'appoint, courants d'air, humidité ambiante, peintures, produits d'entretien : des

nuisances et sources de pollutions qui peuvent dégrader nos conditions de vie dans le logement. Pourtant des gestes simples existent pour limiter ces désagréments et les risques pour notre santé.



Venez participer à un atelier ludique pour identifier les liens entre la santé et le logement.

A table !

À Aubenas

Centre-Socio-
Culturel Le Palabre

12h00 > 14h00

Inscriptions et
paiement auprès
d CSC Le Palabre
jusqu'au 8 octobre
au 04 75 35 00 73
ou csclepalabre@gmail.com

Cantine du Palabre

Proposé et animé par le Collectif «Saveurs & Savoirs» du Palabre

Les cantines du Palabre sont un RDV mensuel pour auto-financement des actions des collectifs d'habitants.

A l'occasion de la Semaine bleue le collectif culinaire senior «Saveurs et Savoirs» se mettra en cuisine.



Bon appétit ! Menu: 6€ (plat, dessert, café) 7€ avec 1 verre de vin

Bien vieillir

À St-Julien-du-Serre

Salle des fêtes

14h00 > 17h00

Sur inscription

Prévention routière

Proposé et animé par le Comité Association Prévention Routière et le Club des Aînés de Saint Julien du Serre

Au programme un après-midi destiné aux seniors avec plusieurs sujets évoqués: l'influence des médicaments, l'alcool au volant, que faire quand on arrive sur un accident, code de la route, rond point et intersections, ... Le tout dans la bonne humeur ! Durant cette animation, un goûter vous sera proposé par le club des aînés de Saint Julien du Serre.

Bien vieillir

À Aubenas
Maison de Quartier
Saint-Pierre

14h > 15h
Sur inscription

Yoga du rire

Proposé et animé par l'association France Parkinson

Dynamique, facile et accessible, le Yoga du Rire est une méthode permettant de partager de la joie de vivre ensemble et de bénéficier pleinement des effets du rire. Les séances sont rythmées par des exercices de respiration, d'éveil corporel, des exercices ludiques et de la relaxation.



Le Yoga du rire développe nos pensées positives et améliore toutes les fonctions de notre corps...

Se divertir

À Aubenas
Centre-Socio-
Culturel Le Palabre
22 boulevard
Saint-Didier

14h30 > 16h30
Entrée libre

Ludo'seniors

Proposé et animé par la Ludothèque du Centre-Socio-Culturel Le Palabre

La Ludothèque le Palabre profite de la Semaine Bleue pour lancer son nouveau créneau jeu hebdomadaire dédié à vous seniors, accueillis seuls ou avec vos petits-enfants. Venez en profiter!



Se divertir

À Aubenas
EHPAD Sainte-
Monique

15h00 > 16h00
Sur inscription

Atelier créatif

Proposé et animé par l'EHPAD Sainte Monique

Venez réaliser votre propre tableau à l'aide de matériaux de récupération. Laissez libre cours à votre imagination pour créer une œuvre unique.

Sport et bien-être

À Aubenas
Centre-Socio-
Culturel Le Palabre

15h00 > 16h00
Inscriptions et
paiement auprès
du Palabre
0475350073 ou
cslepalabre@
gmail.com

Zumba seniors

Proposé et animé par l'Association des Bulles et des grains

Gymnastique festive dansée sur des rythmes de musiques du monde, niveau adapté à tout type de public senior, mise en joie garantie du corps et de l'esprit. Venez nombreux...



Gratuit pour les adhérents du Palabre, 3€ d'adhésion pour les personnes extérieures.

Conférence

À Saint-Étienne-
de-Fontbellon
Espace Maurice
Champel

15h30 > 17h00
Entrée libre

Notre vue, un capital à préserver

Proposé et animé par EOVI MCD Mutuelle

Plusieurs professionnels de santé seront présents pour aborder le vieillissement et les pathologies de l'œil. Nous présenterons également les associations et les outils qui existent pour adapter son quotidien en fonction de sa vue.



VENDREDI 11 OCTOBRE

Sport et bien-être

À Aubenas

Centre Aquatique
l'Hippocampe

10h30 > 11h30

Sur inscription

Par mail :
apresassociation
@gmail.com
Par tél. au :
06 84 79 21 74

 Transport possible, informations p.19

Sport et bien-être

RDV Parking NETTO (près de l'ancienne gare d'Aubenas pendant les travaux)

13h30

Sur inscription

Sport et bien-être

À Genestelle

Salle Polyvalente

14h00 > 15h00

Sur inscription

Aquagym

Proposé et animé par l'APRES

L'APRES vous propose de vous initier à un cours d'aquagym.

Cette activité permet un minimum d'efforts pour un maximum de résultats !

L'aquagym est un excellent moyen d'allier l'aspect détente/plaisir de la piscine et les bienfaits d'une activité sportive.



Randonnée sur la commune de Peyreyres avec visite de la cascade du Ray-pic

Proposé et animé par le Relais Amical Malakoff Mederic du Vivarais

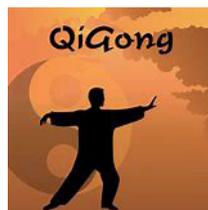
Venez participer à une randonnée de 8,4km, durée 3 heures- dénivelé : 330 mètres, niveau FACILE. Pensez à votre bouteille d'eau...



Qi-Qong

Proposé et animé par France Parkinson

Le Qi Gong n'est pas de la gym, mais un art pour se ressentir et faire circuler l'énergie dans le corps. Venez essayer!



VENDREDI 11 OCTOBRE

Culturel

À Aubenas

EHPAD Sainte
Monique

15h00 > 16h00

Sur inscription

Lecture à voix haute

Proposé et animé par l'animatrice de l'EHPAD Sainte Monique

Une lecture à voix haute ayant pour thème l'écologie se déroulera sous la paillette de l'établissement, bénéficiant d'une vue magnifique, autour d'un goûter.

Sport et bien-être

À Aubenas

Centre Aquatique
l'Hippocampe

15h20 > 15h50

Inscription
conseillée 24 h
avant le cours
auprès de
l'Hippocampe
par tél.au :
09.70.59.07.00
Ou par mail :
contact@
l'hippocampe-
aqua.fr

Aquagym

Proposé et animé par l'Hippocampe

Les bienfaits de cette activité sont reconnus pour le maintien d'une bonne forme physique. Sport complet, l'aquagym fait travailler de nombreux muscles tout en limitant au maximum les risques de blessures grâce à l'amortissement des mouvements exercés par la pression de l'eau.



Le règlement intérieur de l'Hippocampe doit être respecté : accès au vestiaire 15 minutes avant le cours, tenue de bain classique (pas de short), cheveux long attachés.

SAMEDI 12 OCTOBRE

Le Pôle Seniors Intercommunal vous invite à participer au festival "Autour de la lecture" de 10h à 17h30 à l'EHPAD Léon Rouveyrol à Aubenas (7 avenue de la gare)

 Transport possible, informations p.19

Tout au long de la journée venez à la rencontre de plusieurs auteurs Ardéchois : Yves Paganelli, Henri Blanc, Corinne Ferrand Moulin, Claude Vincent, Françoise Seuzaret-Barry, Pierre Merle, Nicole Faucon-Pellet, Sébastien Joanniez, découvrir les expositions peinture de Pascale July, Annette Pral, Mireille Sasson, les sculptures de Lise Van Barren et les photographies de Florent Bracquart et Pierre Merle.

Avec la participation des Editions de la Calade et la librairie du Tiers Temps.

Sophie Courtois, association Lezamimots, auteur, comédienne, recueillera les paroles des résidents et des visiteurs pour réaliser un book sur le festival.

AUTOUR DE LA LECTURE



© Création graphique - WB prod

SAMEDI
OCTOBRE
AUBENAS
EHPAD LÉON
ROUYEYROL

DE 10H À 18H
12

1^{ÈRE}
ÉDITION

LECTURES // CONCERT
EXPOSITION
SCULPTURES // PHOTOS // PEINTURES
ATELIERS
ÉCRITURE // LUDIQUES // MOT À MOT
RENCONTRE AUTEURS
SIESTE LITTÉRAIRE
BALADE CONTÉE
CHORALE

AUTOUR DE LA LECTURE

SAMEDI 12 OCTOBRE

PROGRAMME DE LA MATINÉE : DE 10H À 11H30

► De Mirza à Félicie : les prénoms en chansons par Geoffroy et Selem



Proposé par la Médiathèque Intercommunale

Ecoute collective et ludique d'une sélection de chansons ayant pour titre un prénom, agrémentée de la présentation de portraits et d'anecdotes favorisant la participation.

► Sieste littéraire et musicale : A bicyclette !



Proposé par la Médiathèque Intercommunale

Un moment de lecture à haute voix de Raoul Taburin, roman à l'humour tendre et poétique de Jean-Jacques Sempé, accompagné de chansons sur la thématique du vélo.

► Atelier Drôles d'Expressions

Proposé par l'association Mot à mot

Chaque jour, en parlant, en lisant, en écoutant, nous utilisons des mots, des expressions, de «drôles d'expressions». L'idée est de connaître, en s'amusant l'origine de ces expressions. Sans «rire jaune» mais plutôt «à gorge déployée» ou «aux larmes», mais sans «attendre la saint glin-glin» pour se cultiver, pour que cela devienne «clair comme de l'eau de roche».

► Un jardin pour les oiseaux

Proposé par le Parc Naturel Régional des Monts d'Ardèche (PNR)



Donnons un petit coup de main aux oiseaux de nos jardins pour qu'il continuent à nous émerveiller, en leur aménageant un gîte douillet pour nicher et en leur offrant de quoi se nourrir durant l'hiver. Le PNR propose un atelier bricolage, avec la fabrication de nichoirs et de mangeoires que chaque participant pourra rapporter chez lui.

ATELIER D'ÉCRITURE

► Proposé par Sébastien Joanniez, invité d'honneur

Sébastien Joanniez, né en 1974, artiste aux multiples talents, auteur, metteur en scène et comédien animera un atelier d'écriture où chacun pourra, s'il le souhaite, découvrir ses talents cachés d'écrivain en herbe.

Sur inscription au 06 81 62 00 47 – 06 87 13 44 27 ou autourdelalecture@gmail.com

SAMEDI 12 OCTOBRE

PROGRAMME DE L'APRÈS-MIDI : DE 14H00 À 17H30

► Chorale du relais Chantant

De 14h00 à 15h00

Proposé par le Relais Amical Malakoff Mederic

Sous la direction du chef de chœur, Claude Baudot, elle se compose de 14 choristes qui interprètent une dizaine de chants du répertoire «variété française». (G. Béart, G. Bécaud, Ch. Trénet, M. Le Forestier...)

► Balade contée dans les jardins de l'EHPAD



De 14h00 à 15h00

Proposé par l'association «Autour de la lecture»

L'association «Autour de la lecture» vous emmènera, avec Georges Sand, écouter le bavardage des arbres, des fleurs et de leurs hôtes.

LECTURE À VOIX HAUTE

De 15h00 à 16h00



@Pierre Brunel

Sébastien JOANNIEZ, écrivain, comédien poète lira, avec humour et une langue très inventive, des extraits de ses œuvres alternant littérature jeunesse et adulte, roman et théâtre, poésie et essai, album et bande dessinée. Plusieurs de ses livres ont reçu des prix littéraires.

Il nous invitera «à voyager avec des ailes mais aussi avec la tête».

Concert de Baptiste Dupré - Clôture de la Semaine Bleue

De 16h30 à 17h30

Les chansons de Baptiste délivrent un folk profondément poétique, élémentaire, qui donne corps à des airs humanistes à l'épreuve du temps. On n'est pas surpris d'apprendre que l'artiste est aussi accompagnateur en montagne tant son univers musical est une ode au souffle du vent, au murmure de l'eau, à tout ce qui nous érode, nous effeuille.

Nous vous invitons à venir nombreux clôturer la semaine bleue en écoutant cet artiste !



©Stéphane Tripot

Possibilité de transport



TRANSPORTS

Le Centre Socio-Culturel Le palabre met à disposition un transport en mini-bus pour les ateliers suivants. Ils sont marqués d'un symbole de bus dans le programme. Les départs et les retours se feront au Centre Socio-Culturel Le Palabre : 6 rue Albert Seibel à Aubenas.

- **Lundi 7 octobre** : atelier initiation à l'informatique à Lavilledieu de 14h à 15h30 - Départ à 13h30 - Retour à 16h00
- **Mardi 8 octobre** : atelier prévention des chutes de 10h à 11h à Saint-Didier-sous-Aubenas, salle polyvalente - Départ à 9h40 - Retour à 11h20
- **Mercredi 09 octobre** : séance doc débat à Vals-les-Bains de 15h-16h30 - Départ à 14h30 - Retour à 17h00
- **Jeudi 10 octobre** : 10h-12h randonnées à Mercuer et visite de la déchetterie de Labégude-départ de la salle polyvalente de Mercuer - Départ à 9h30 - Retour à 12h30
- **Vendredi 11 octobre** : Aquagym de 10h30 à 11h30 à l'Hippocampe à Aubenas - Départ à 10h15 - Retour à 12h00
- **Samedi 12 octobre** : 10h-12h à l'EHPAD Léon Rouveyrol - Départ à 9h45 - Retour à 12h15 - Transport possible l'après-midi en fonction des demandes

On joue les prolongations en vous invitant au :

Concert de Patrice Jania - mardi 15 octobre

Proposé par l'EHPAD de Saint Joseph

À Aubenas EHPAD Saint-Joseph - 46 boulevard Jean Mathon

de 14h30 à 16h30 - Sur inscription auprès de l'EHPAD Saint Joseph au 04 75 89 79 50

Parmi les plus belles pages de la chanson française, certaines se sont écrites dans les années 60.

Ce répertoire reprend des titres écrits entre 1950 et 1965, ceux qui ont bercé la jeunesse de nos aînés, du "Petit bonheur" de Félix Leclerc à "On ne voit pas le temps passer" de Jean Ferrat. Une guitare et une voix, il n'en faut pas davantage pour ce retour en arrière dans le monde de la chanson, avec tendresse et humour. C'est un tour de chant nostalgique, mais pas seulement !



Possibilité de transport

LA SEMAINE BLEUE

du 7 au 13 octobre 2019

SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
ÂGÉES

www.semaine-bleue.org

Remerciements

**Un grand merci à tous les partenaires impliqués
dans la Semaine Bleue**

AAD (Ardèche Aide à Domicile), ADMR (Aide à Domicile en Milieu Rural), ASA (Association Santé Autonomie), Association « Autour de la lecture », Association des Bulles et des grains, Association Mot à Mot Association « Vivre des Initiatives Ensemble », ALEC 07 (Agence Locale de l'Énergie Ardèche), Association prévention routière de l'Ardèche, APRRES (Association de Réhabilitation Respiratoire et Éducation à la Santé), Cabinet Cathy Lamouroux, Centre Communal d'Action Sociale d'Aubenas, Centre Socio-Culturel ASA, Centre Socio Culturel Le Palabre, Cinéma le Navire, Cinéma les Quinconces, Club des aînés de Saint Julien du SERRE, Club de plongé les Requins de la Cèze, CDOS 07 (Comité Départemental Olympique et Sportif), EHPAD Saint Joseph, EHPAD Léon Rouveyrol, EOVI MCD Mutuelle, Hippocampe Centre aquatique, France-Parkinson, Fleuriste Madame Marie Agnès VIGNE, Médiathèque Jean Ferrat, Opération programmée de l'Amélioration de l'Habitat et du Renouvellement Urbain (OPAH-RU), Pôle de Services Ville d'Aubenas, Parc Naturel Régional des Monts d'Ardèche, Relais Amical Malakoff Médéric du Vivarais, Résidence Jean-Hélène, Résidence Saint Antoine, Résidence Sainte Monique, Résidence La Vigne de Champ-Long, SIDOMSA et les 28 communes membres de la communauté de communes du Bassin d'Aubenas

Un remerciement particulier à nos partenaires pour leur financement

ardèche
LE DÉPARTEMENT

