

## VENDREDI 4 OCTOBRE

### ► Gymnase Jean MOULIN 10h00 à 12h00

Olympiades intergénérationnelles avec les résidents de l'EHPAD Le Tournant des Saisons et les enfants des Ecoles d'Oyonnax partenaires.  
*Réservé aux résidents de l'EHPAD*

### ► Hall du Centre Culturel Aragon 14h00 à 16h00

Exposition photos « Mémoires de la Plaine » autour d'un café  
Animée par le service Politique de la Ville, les Archives Municipales, le Conseil Citoyen d'Oyonnax et les Centres Sociaux Ouest et Est.

### ► Centre Social Est, 144 rue Anatole France 14h00 à 15h30

Séance découverte de la sophrologie avec Réni KOLEVA, sophrologue  
*Sur inscriptions auprès du Centre social Est au 04 74 77 37 64*  
*Nombre de places limité à 10 personnes*

### ► Boulodrome, 86 rue Jules Michelet 14h00 à 18h00

Animation intergénérationnelle proposée par les associations Vivre Ensemble, Les Blouses Roses et le Club des Retraités Sportifs. En présence des résidents des EHPAD de la ville.  
De 14h00 à 16h30 venez redécouvrir la Pétanque avec vos proches (conjoint, enfant, familles aidantes, aidants, amis...). À partir de 16h45 les enfants du CLAS des Centres Sociaux Est et Ouest, viendront se joindre à vous. Goûter offert par l'association Vivre Ensemble.

### ► Foyer Fernand VERCHERE (146 rue Anatole France) à partir de 14h Portes ouvertes avec thé, café et pâtisseries.

### ► La Villa Charlotte (1 bis rue du chemin de fer) 15h00 à 16h45 Après-midi musical avec TAC Animation. *Ouvert aux associations*

## SAMEDI 5 OCTOBRE

### ► Club de l'Amitié de la Grenette (7 rue Jules Michelet) à partir de 14h30 Portes ouvertes avec thé, café et pâtisseries

### ► Espace Charles de Gaulle - La Grenette à partir de 15h00 (déplacé au Foyer Fernand Verchère en cas de pluie) Animation en chansons et en musique avec la Chorale l'Automnale et l'Orchestre de variétés de la Lyre Industrielle

## DIMANCHE 6 OCTOBRE

### ► Centre Culturel Aragon, Grand Théâtre 15h00 (Entrée libre / Réservation auprès du CCA à partir du mardi 24 septembre 2024) Spectacle « Feux d'Artifice » Compagnie La Barcarolle Transport possible pour les personnes à mobilité réduite assuré par l'Association Ain Domicile Services (réservation auprès de l'Association Ain Domicile Services 04 74 81 78 54 jusqu'au vendredi 4 octobre).

## Liste des partenaires

- ADAPEI – IME, section IMPRO, Foyer de vie Bellevue
- AGLCR
- Ain Domicile Services
- Association Vivre Ensemble
- Centre Social Est
- Centre Social Ouest
- Chorale l'Automnale
- Club de l'Amitié de la Grenette
- Conseil Citoyen d'Oyonnax
- Club des activités sportives des Retraités
- Districlub Médical
- Dynacité
- Ecoles partenaires
- EHPAD Le Tournant des Saisons
- Foyer Fernand Verchère
- Haut-Bugey Agglomération
- IP Assistance
- Kéolis / Duobus
- Les Blouses Roses
- Les Dahuts d'Arbent
- Mutuelle Oyonnaxienne
- Accueil de Jour Les Jardins d'Aloïs
- Orchestre de variétés de la Lyre Industrielle d'Oyonnax
- Plateforme Sport Santé
- Réni Koleva – Sophrologue
- Résidence médicalisée La Villa Charlotte
- Services municipaux de la Ville d'Oyonnax



# B semaine Bleue



DU 30 SEPTEMBRE  
AU 6 OCTOBRE  
2024

## BOUGER ENSEMBLE

POUR ENTRETENIR LA FLAMME !

Tout un programme :  
Ateliers, Culture,  
Sport, Jeux

ACTIVITÉS  
GRATUITES  
(sauf cinéma : 4,50€)

#FIERSDOYO

Oyonnax



# Programme



## Édito

Mesdames, Messieurs, mes très chers seniors,

Vous le savez, mettre à l'honneur les personnes âgées de notre ville et leur proposer des activités toujours plus passionnantes est une des priorités de notre mandat. C'est pour cela, qu'avec mon 1<sup>er</sup> adjoint Laurent Harmel et le service social de notre collectivité, nous travaillons chaque année pour vous proposer la plus belle des « Semaines bleues ».

Cette fois encore, ce sont de nombreuses animations qui vous seront proposées pour égayer chaque jour de votre semaine :

- Le Bus chantant le lundi
- Le Ciné bleu le mardi
- Le Thé dansant le mercredi
- Le Loto ainsi que l'animation activité physique et mobilité active le jeudi
- L'animation musicale à la Grenette le samedi après-midi
- Enfin, nous n'oublions pas le très attendu spectacle de clôture au sein du Grand Théâtre le dimanche après-midi

Je tiens également à souhaiter la bienvenue à la Villa Charlotte et à l'ensemble de ses résidents qui ont intégré notre ville en ce début d'année. Ils seront partenaires de cette semaine bleue et vous proposeront de nouvelles animations tel qu'un concours de belote, ou encore une animation de voyage en réalité virtuelle pour les plus aventuriers d'entre vous !

Ce n'est qu'un avant goût de tout ce qui vous sera proposé durant toute cette période. Je tiens enfin à remercier tous les partenaires, mobilisés pour vous offrir ces moments de convivialité qui, je l'espère, vous satisferont.

Excellente Semaine bleue à toutes et à tous.

**Michel PERRAUD**

Maire d'Oyonnax, Conseiller départemental

## LUNDI 30 SEPTEMBRE

- **Arrêt bus « Sully » (rue Normandie Niémen)**  
10h00 à 11h45  
Bus Chantant en partenariat avec Kéolis-Duobus- Départ 10h15  
Venez partager un voyage musical au détour des sites remarquables de la Ville d'Oyonnax. Nous vous récupérons et vous ramenons à l'arrêt de bus le plus proche de chez vous !  
[Sur inscriptions auprès du service social de la Mairie au 04 74 81 72 19](#)  
*Nombre de places limité à 20 personnes*

- **La Villa Charlotte (1 bis rue du chemin de fer)**  
10h30 à 11h30  
Atelier « Voyage virtuel »  
Pour découvrir ou redécouvrir des destinations grâce au casque virtuel. Asseyez-vous et laissez-vous transporter à travers le monde !  
[Sur inscription auprès de Mme CARMANTRAND au 04 74 77 42 42](#)  
*Nombre de places limité*

- **La Villa Charlotte (1 bis rue du chemin de fer)**  
14h00 à 16h30  
Concours de Belote  
*Ouvert aux associations, aux clubs des retraités et aux EHPAD.*  
[Sur inscription auprès de Mme CARMANTRAND au 04 74 77 42 42](#)  
*Limité à 12 doublettes*

- **EHPAD Le Tournant des Saisons**  
14h00 à 16h30  
Conférence Néosilver  
Prévention et conseils en nutrition.  
*Ouvert à tous*

- **Salle Victor HUGO (20 rue Victor Hugo)**  
14h00 à 17h00  
En partenariat avec Dynacité, atelier musical et atelier d'expression créative animés par Christel REYMOND.  
Venez participer à un moment convivial autour des chansons et des jeux musicaux, à la portée de tous, puis laissez place à votre expression créative : avec les mots, les images et les couleurs, travail sur les émotions et l'estime de soi.  
*Ouvert à tous sans prétention artistique ou littéraire.*  
[Sur inscription au 04 74 81 72 19](#)  
*Nombre de place limité à 10 personnes.*

- **Association VIVRE ENSEMBLE (20 rue Saint Exupéry)**  
15h00 à 17h00  
Portes ouvertes  
Venez partager un instant convivial et découvrir notre association !

## MARDI 1<sup>ER</sup> OCTOBRE

« Journée Internationale des Personnes Agées »

- **EHPAD Le Tournant des Saisons**  
10h30 à 12h00  
Séance de gym adaptée avec la Villa Charlotte.  
*Réservé aux résidents*

- **Centre Social Ouest La Plaine (1 place Maréchal LECLERC)**  
de 14h00 à 17h00  
Atelier d'Art floral organisé par l'AGLCR (réalisation des compositions florales pour le Thé Dansant).  
[Sur inscription auprès de Faouzia DRIDI au 06 10 54 27 00](#)  
*Nombre de places limité à 12 personnes*

- **Centre Culturel Aragon (Cinéma)**  
14h00  
Dans le cadre du Ciné Bleu au tarif de 4,50 €  
Projection du film La Petite Vadrouille de et avec Bruno Podalydès Avec Daniel Auteuil, Sandrine Kiberlain.  
Les jeunes de l'IME Les Sapins auront à cœur de vous offrir un petit souvenir et de vous servir un goûter à l'issue de la projection.

- **Mutuelle Oyonnaxienne – Accueil de Jour Les Jardins d'Aloïs**  
14h00 à 16h00  
« Jeu de piste d'Aloïs » suivi d'un verre de l'amitié : atelier permettant de travailler la mémoire, la mobilité et l'orientation tout en se divertissant.  
[Sur inscription auprès de l'Accueil de Jour au 04 69 20 00 87](#)  
*Nombre de places limité à 8 personnes*

- **La Villa Charlotte (1 bis rue du Chemin de fer)**  
14h00 à 17h00  
Atelier d'Art floral organisé par l'Association Vivre Ensemble pour les résidents de la Villa Charlotte et les personnes extérieures suivi d'un temps convivial.  
[Sur inscription auprès de Rabia MSABRI 06 51 19 31 54](#)  
*Nombre de places limité*

- **Haut-Bugey Agglomération (57 rue René Nicod)**  
14h00 à 16h00  
Atelier numérique « Album photo » animé par un conseiller numérique.

## MERCREDI 2 OCTOBRE

- **La Villa Charlotte (1 bis rue du chemin de fer)**  
de 10h30 à 11h30  
Jeux d'adresse avec les enfants du Centre Social Est.  
*Réservé aux résidents*

- **EHPAD Le Tournant des Saisons**  
10h00 à 11h30  
Atelier cuisine confection de cookies.  
*Réservé aux résidents*

- **Centre Social Ouest La Plaine (1 place Maréchal LECLERC)**  
de 10h00 à 12h00  
Atelier cuisine intergénérationnel confection de tartelettes pour le Thé Dansant.  
[Sur inscription auprès du centre social au 04 74 81 39 17 ou 04 74 77 67 64](#)  
*Nombre de places limité à 8 personnes*

- **Valexp**  
À partir de 14h00  
Thé Dansant avec FRED KHOLER à 14h30  
En partenariat avec l'association Vivre Ensemble, l'AGLCR, le Foyer de vie Bellevue, le Conseil Municipal des Enfants et le Centre Social Est.

- **La Villa Charlotte (1 bis rue du chemin de fer)**  
17h00 à 17h30  
Démonstration de Danse Country avec Dixie Valley  
*Ouvert à tous*

## JEUDI 3 OCTOBRE

- **Districlub Médical (4 rue du Marais, ARBENT)**  
9h à 12h  
Séance découverte de la réflexologie avec massage plantaire ou facial par Magalie MAIRE-CORTINOVIS. Présentation de la téléassistance par IP Assistance, Philippe INNOCENTI.  
[Sur inscription auprès de Districlub Médical au 04 74 76 88 80](#)  
*Nombre de places limité à 5 personnes*

- **EHPAD Le Tournant des Saisons**  
10h00 à 11h30  
Tricot avec le FOYER BELLEVUE  
*Réservé aux résidents*

- **La Villa Charlotte (1 bis rue du chemin de fer)**  
10h30 à 12h00  
Atelier d'écriture en partenariat avec la Médiathèque.  
*Réservé aux résidents*

- **Club de l'Amitié de la Grenette (7 rue Jules Michelet)**  
14h00 à 17h30  
Loto organisé en partenariat avec les jeunes de l'ADAPEI.  
*Ouvert à tous*

- **Centre Sportif Léon EMIN**  
**Après-midi activité physique adaptée et mobilité active**  
À partir de 13h30  
La Plateforme Sport Santé de l'Ain, le Service des Sports de la Ville d'Oyonnax, le réseau DUOBUS, Les Dahuts d'Arbent et le Club des Activités Sportives des Retraités organisent une après-midi d'activité physique adaptée et de mobilité active comprenant les ateliers suivants :
- Évaluation de la condition physique générale, incluant la coordination, l'équilibre, l'endurance, la force et la souplesse.
  - (Re)découverte des sens pour prendre du plaisir à manger
  - Présentation du fonctionnement du réseau DUOBUS. Des représentants de Keolis répondront à vos questions et mettront à disposition des vélos à assistance électrique (Vél'hautbugey) pour des démonstrations et des essais.

Enfin, des activités ludiques et sportives telles que la gym douce, la marche adaptée et la découverte du Silver XIII (motricité avec un ballon de rugby) clôtureront l'après-midi. Des encadrants sportifs et des associations spécialisées seront présents pour assurer la sécurité et apporter leur expertise.  
[Sur inscription jusqu'au 27 septembre auprès du service social au 04 74 81 72 19](#)  
*Nombre de places limité à 25 personnes.*