



# Semaine bleue

*Vieillir ensemble,  
une chance à cultiver*

Du 2 au 6

octobre

2023



ACTIVITÉS  
SPECTACLES  
& FORUM  
POUR LES SENIORS

Plus d'infos

[www.ville-saint-saulve.fr](http://www.ville-saint-saulve.fr)  
Ville de Saint Saulve  
villedesaintsaulve

Renseignements

Service Seniors  
03 27 45 65 79

La  
Semaine  
Bleue  
À tout âge, ensemble !



## Lundi 2 octobre

### À la Châtraigneraie

10h – 11h30: Café Philo

«À notre âge, peut-on être heureux?»

Repas (tarif : 12 euros/personne)

14h – 15h: fitness des neurones

15h30 – 17h: atelier manuel

mandala sur galets

Inscription obligatoire au 03 27 33 19 71

Possibilité de visiter la résidence

## Mardi 3 octobre

### À la salle du Bosquet

9h30 - 11 h: Comité participatif Ville amie des aînés. Sous forme de jeu, apportez vos idées sur le sujet et partagez un moment de convivialité.

Inscription au 03 27 45 65 79

### À Serbat

14h à 17h: activités sportives: pétanque, volley-ball, gym douce

14h à 17h: (1 pers. toutes les 30 min): séance de massage (au choix: dos, pieds, mains, visage)

Inscription au 06 30 61 74 36

## Mercredi 4 octobre

### Marche bleue

intergénérationnelle ouverte à tous ! grands-parents, parents, petits-enfants, venez marcher ensemble !

Départ : 9h30 à l'espace Cécile Gallez avenue Schuman

Circuit de 5 km à travers la ville en passant par les établissements d'hébergement de personnes âgées.

### À la maison Merici

Ouverture des portes : 14h

14h30: Spectacle de sketches humoristiques en patois. Goûter offert.

Inscription obligatoire au 03 27 46 35 76 ou par mail à l'adresse [contact@residence-merici.fr](mailto:contact@residence-merici.fr)

Venez  
habillés  
en bleu

## Jeudi 5 octobre

### Forum Bien Vieillir

organisé par le Groupe Elsan  
Polyclinique du Parc

#### À Polyclinique du Parc

9h - 12h et 13h30 - 16h30

Présence des trucks SOLIHA et HOSCARÉTOUR + stands d'informations, de prévention santé, ateliers pour la prévention des chutes, chambre des erreurs et atelier diététique. *Gratuit et sans réservation.*

### Spectacle "Les années folles"

#### À l'espace Athena

Ouverture des portes : 14h15

Billet à retirer à l'accueil du CCAS

et à remettre à l'entrée

Début du spectacle : 15h

Plongez au coeur des années 1920 à 1930 et venez faire la fête avec nos charmantes danseuses costumées pour l'occasion afin de vous faire revivre ces années incroyables, si bien nommées : "les années folles". Plumes, strass et perles seront au rendez-vous de ce spectacle années folles incontournable, des dizaines de costumes d'époque ! Un décor complet (rideau fond de scène, pendrillons et accessoires d'époque) vous plongera de manière théâtralisée, chantée et dansée dans ces années incroyables où tout était permis. Des chansons d'époque, mais aussi des clins d'oeil aux reines du music-hall avec de très beaux tableaux de plumes telles que Mistinguett, Zizi Jeanmaire ou encore Joséphine Baker, pour le plus grand plaisir des yeux !

## Vendredi 6 octobre

### Aux Charmilles

10h – 11h30 : Découverte des jeux anciens

### À la salle des fêtes

14h30 – 17h30 : Karaoke

organisé par la maison de quartier

Inscription obligatoire au 03 27 42 54 10

Tarif : 5 € / personne