

Semaine Bleue

Du
26 sept.
au
12 octobre
2024

**Bouger
ensemble...
pour entretenir
la flamme !**



Programme sur www.copamo.fr



Lancement de la Semaine Bleue

Jeudi 26 septembre

 Salle VGE, espace Copamo - Mornant

Dès 16h30

Accueil des participants autour d'un temps convivial

Table ronde – 17h15 :
«LES SENIORS ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE»
et surprise théâtrale

Entrée libre, ouvert à tous

Lundi 30 septembre

9h30 à 11h30

ATELIER MONTAGE DE PHOTOS SUR SMARTPHONE

La conseillère numérique vous propose une activité ludique pour tirer le meilleur parti de votre galerie photos.

Gratuit et ouvert à tous, sur inscription au 06 21 48 40 21 ou e.capa@copamo.fr

 France Services – Espace Copamo – Mornant

Lundi 30 septembre

14h

MARCHE BLEUE

Le CCAS de Saint Laurent d'Agny propose une randonnée découverte d'environ 2h30, suivie d'un moment convivial.

Gratuit et ouvert à tous, sur inscription au 04 78 48 75 30 ou ccas@stlaurentdagny.fr

 St Laurent d'Agny, rendez-vous sur le parking de la Chapelle St Vincent

Mardi 1^{er} octobre

14h30

CINÉ-GOÛTER : «JUSTE CIEL !» SUIVI D'UN TEMPS CONVIVIAL

Pour sauver l'EHPAD local qui tombe en ruines, cinq religieuses un peu déjantées sont prêtes à tout. Y compris à participer à une course cycliste, afin d'en remporter le prix. Seul bémol : elles sont nulles à vélo. Et pour ne rien arranger, elles ne sont pas les seules sur le coup.

Tarif : 5€20, éligible au Pass Temps libre

Possibilité de transport si besoin, durée du film 86 min

 Théâtre Cinéma Jean Carmet – Mornant



Les mercredis 2, 9 et 16 octobre

10h à 12h

ATELIER «MIEUX VIVRE SON STRESS»

Cycle de trois séances, proposé par la CARSAT, pour savoir reconnaître son stress, évaluer ses effets, réfléchir aux méthodes pour le gérer.

Gratuit et ouvert aux retraités. Sur inscription au 04 78 44 98 50 ou solidarite@copamo.fr. L'inscription engage à participer à la totalité du cycle.

 Salle de l'amitié, Saint Didier – Chabanière

Mercredi 2 octobre

À partir de 9h

DÉCOUVERTE DES COULISSES DU CENTRE AQUATIQUE



9h- visite découverte des coulisses du centre aquatique

10h30- moment convivial

11h15- séance découverte d'aquagym au prix d'une entrée piscine (5,60€)

Inscription au 04 78 44 70 26 ou centre.aquatique@copamo.fr

 Centre Aquatique les bassins de l'aqueduc - Mornant

Mercredis 2 et 9 octobre

14h30 à 16h30

ATELIER CRÉATIF INTERGÉNÉRATIONNEL

Réalisation d'une carte et d'un marque-page, proposée par « l'atelier d'Abar, carterie et scrapbooking », pour des binômes grands-parents/petits-enfants. Enfants à partir de 4 ans.

Inscription, sur une date au choix, auprès du CCAS de Mornant au 04 78 44 00 46 ou ccas@ville-mornant.fr

 Mairie de Mornant

Jeudis 3 et 10 octobre

9h à 11h30

ATELIER «TOUS DEBOUT !»

Atelier ludique autour de la prévention des chutes, proposé par ILO :

séance 1 «comprendre les chutes et adapter son logement», animée par un ergothérapeute

séance 2 «préserver son autonomie au quotidien : le corps et la tête en mouvement», animée par un enseignant en activités physiques adaptées.

Gratuit et ouvert aux plus de 60 ans, sur inscription au 04 78 44 98 50 ou solidarite@copamo.fr. L'inscription engage à participer aux 2 séances.

 Salle part'âge - Soucieu en Jarrest

Jeudi 3 octobre

14h30

DÉCOUVERTE DU VILLAGE DE RIVERIE

Visite du village et présentation de la maquette de Riverie au moyen-âge, suivies d'un temps convivial

Inscription au 04 78 44 98 50 ou solidarite@copamo.fr

 RDV Place du marché (possibilité de stationner sur le parking des terreaux) – Riverie

Vendredi 4 octobre

14h

DÉCOUVERTE DE LA SICOLY

Venez découvrir la Coopérative Sicoly, visite suivie d'un moment convivial

Places limitées, sur inscription au 04 78 48 75 30 ou ccas@stlaurentdagny.fr

 Coopérative Sicoly, 475 route de Mornant – Saint Laurent d'Agny

Vendredis 4 et 11 octobre

Entre 13h30 et 16h

PERMANENCE ICOPE

On vous aide à auto-évaluer vos capacités physiques et mentales grâce à une application simple. Destinée aux plus de 60 ans en présence de professionnels de santé de la CPTS des Coteaux Rhodaniens.

Prévoir 30 min de rdv, sur inscription 04 78 44 98 50 ou solidarite@copamo.fr

 Le 4/10 : salle Van Gogh – Beauvallon, St Andéol le Château
Le 11/10 : salle N.Delorme – Mornant

Lundi 7 octobre

14h

CIRCUITS DÉCOUVERTE DU VILLAGE DE SAINT SORLIN

Deux circuits seront proposés : parcours de 4km ou 6km, incluant la visite de l'église sanctuaire et suivis d'un temps convivial.

Gratuit et ouvert à tous, sur inscription au 06 77 21 96 91 ou cartonjp@live.fr

 RDV place de l'Eglise – Chabanière, Saint Sorlin

Quiz intergénérationnel

À l'occasion de la Semaine Bleue, les bibliothèques du Pays Mornantais proposent un grand quiz à des équipes composées de seniors et d'élèves de CMI et CM2 .
Laissez-vous prendre au jeu !
Inscrivez-vous auprès d'une bibliothèque de votre choix.

Mardi 8 octobre

Beauvallon 14h

Salle du Pilat de Chassagny - latulu.chassagny@gmail.com

Salle Van Gogh de St Andéol le Chateau - bibliothequeandeolaise@gmail.com

Salle des associations de St Jean de Touslas - biblio.sainjeannaire@gmail.com

Chaussan 14h

Salle des fêtes - bibliotheque@chaussan.fr

Mornant 9h30 et 14h

Salle Noel Delorme - mediatheque@ville-mornant.fr

Orliénas 9h30

Salle du Conseil Municipal - bibliotheque@orlienas.fr

Riverie horaires à venir

Salle des Platanes - Plus d'information: biblio.riverie@yahoo.fr

Soucieu-en-Jarrest 9h30 et 14h

Bibliothèque «Eclats de lire» et à la salle du Part'âge
bibliotheque@soucieu-en-jarrest.fr

Chabanière 14h

Gymnase de Saint-Didier-sous-Riverie - biblistdidier@chabaniere.fr

St Laurent d'Agny 14h

Salle des fêtes - bibliotheque@stlaurentdagny.fr

Taluyers 10h

Salle des Barbelous - bibliotheque@taluyers.com

Samedi 12 octobre - 10h

 Salle VGE, espace Copamo - Mornant

CLÔTURE DU QUIZ

Spectacle interactif «Entre Générations» avec Péroline DREVON & Co.
Distinction des trois équipes lauréates de la Copamo et remise du trophée des bibliothèques.

Ouvert aux participants du Quiz, dans la limite des places disponibles.
Sur inscription 04 78 44 98 50 ou solidarite@copamo.fr

Jeudi 10 octobre

10h et 14h

«ROULEZ SÉNIORS»

- Initiation au vélo à assistance électrique (VAE), proposée par le CROMS : Prise en main et balade d'une quinzaine de km
- Stand d'informations

Places limitées pour l'initiation au VAE, sur inscription au 06 69 35 33 30

14h

- Découverte du prototype Passenger - vélo side car électrique pour les binômes aidés/aidants, en partenariat avec la Fondation Germaine Revel .

Inscription conseillée au 04 78 44 98 50 ou solidarite@copamo.fr

 Clos Fournereau - Mornant

Jeudi 10 octobre

14h30 à 16h30

APRÈS-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ A LA LUDOTHÈQUE PLANET'JEUX

Venez découvrir le monde du jeu de société : jeux de mots, de lettres, de connaissance ou encore jeux de stratégie, d'enquêtes ou d'habileté, laissez-vous guider par l'animatrice...

Sur inscription au 09 51 32 15 15

 Pôle Simone Veil, 23 Av. de Verdun, 69440 - Mornant

Du 9 au 21 octobre

Aux horaires habituels

EXPO PHOTOS «JEUX OLYMPIQUES ET JEUX JARREZIENS»

Exposition réalisée par le Conseil des Aînés, avec l'aide du Conseil Municipal des Jeunes et des Amis Jarréziens

Entrée libre, ouvert à tous

 Bibliothèque - Soucieu en Jarrest



ETE INDIEN

Programme

Salut les copains

Des marches ludiques pour se remémorer les bons souvenirs des années 1950 à 1970.

Et pour continuer à bouger ensemble : le programme de marches « Salut Les Copains », proposé par Eté Indien. Une sortie tous les lundis matin pendant 6 mois, encadrée par un enseignant diplômé : des marches ludiques, des exercices stimulant les capacités physiques et l'occasion de se remémorer les bons souvenirs.

Réunion d'information le 7 octobre de 10h30 à 12h

 Salle VGE - Espace Copamo - Mornant

Places limitées, renseignements et inscriptions au 04 78 44 98 50 ou solidarite@copamo.fr

TRANSPORT

Possibilité de **transport gratuit pour les personnes qui n'ont pas de moyen de locomotion.**

Réservation obligatoire 48h avant l'animation
au 04 78 44 98 50



PASS TEMPS LIBRE

Cette séance cinéma est accessible avec le Pass Temps Libre : une formule d'abonnement (16 € seulement) qui mélange spectacles et cinéma.
Renseignements auprès du service culturel au 04 78 44 05 17

CONTACTS

Pour tous renseignements, vous pouvez contacter le Service développement social de la Copamo au 04 78 44 98 50 ou solidarite@copamo.fr

Pour tous renseignements concernant la séance cinéma, vous pouvez contacter le Service Culturel au 04 78 44 05 17 ou culturel@copamo.fr

Événements organisés en partenariat avec :

