

MONTBRISON

Semaine Bleue

OFFICE MUNICIPAL DES PERSONNES ÂGÉES ET DES RETRAITÉS

ANIMATIONS POUR LES SÉNIORS 30 SEP. AU 13 OCT. 2024

INFOS :
04 77 96 39 31
OMPAR

"Bouger ensemble
POUR ENTRETENIR LA FLAMME"



WWW.VILLE-MONTBRISON.FR

Éditorial



Claudine POYET
Conseillère municipale déléguée
aux personnes âgées

Bouger ensemble, POUR ENTREtenir LA FLAMME !

Notre office municipal des personnes âgées et des retraités (OMPAR) valorise la mise en mouvement des aînés. C'est ainsi l'occasion de promouvoir une image positive du vieillissement, tout au long de cette quinzaine Bleue.

Trop souvent l'avancée en âge et la vieillesse sont présentées comme le temps de l'immobilisme et du déclin.

Ensemble, nous pouvons relever de nouveaux défis, repousser nos limites et célébrer nos victoires (à l'instar des athlètes).

Alors chers séniors en cette année marquée par les jeux olympiques, allumons la flamme de la vitalité et de la convivialité.

Sur le thème de la mobilité, ne ratez pas la nouvelle balade en triporteurs en centre-ville et au jardin d'Allard le 8 octobre. Autre sujet d'actualité, l'intervention d'AXIONE vous donnera toutes les informations utiles sur la fin progressive du réseau de téléphone fixe (réseau cuivre).

Enfin, venez découvrir notre Résidence Séniors des Comtes de Forez à l'occasion de la porte ouverte du 12 Octobre. Notre équipe qualifiée sera à votre écoute pour vous faire découvrir la résidence, ainsi que son offre de services et d'activités.

Vous trouverez tout au long de la quinzaine Bleue un programme varié d'animations ludiques ou sportives, d'informations utiles et de temps conviviaux pour bouger et prendre du temps ensemble pour entretenir notre flamme.

Très fidèlement

NOS PARTENAIRES



LUNDI 30 SEPTEMBRE

> OUVERTURE DE LA «QUINZAINE» BLEUE

Venez découvrir toutes les activités de la semaine bleue, autour d'un moment convivial. L'occasion également de découvrir les services de l'OMPAR et de l'aide à la mobilité.

OMPAR (33 rue Martin Bernard)

Horaires : 9h à 12h

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous



> PORTE OUVERTE DU CLUB DÉTENTE ET LOISIRS

Venez découvrir les différentes sections du Club : billard, coinche, jeux, scrabble...

Club Détente et Loisirs

(33 rue Martin Bernard au fond de la cour)

Horaires : 14h à 17h

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous



pexels-kelut-subiyanto

> PARTICIPEZ AUX OLYMPI'AGES

Entretenir la flamme c'est mobiliser son corps et son esprit tout en éveillant ses 5 sens !

Au programme : jeux géants, jeux de mémoire, jeux d'adresse, jeux culinaires et blind test musical.

Et après l'effort le réconfort, avec un goûter partagé !

Animation proposée par le service d'accompagnement à la vie sociale de Montbrison en partenariat avec la Maison Familiale Rurale.

RDV Salle Collard, à l'EHPAD (22 rue du Faubourg de la Croix)

Horaires : 14h-17h

Gratuit - Ouvert à tous - Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



freepik

MARDI 1^{ER} OCTOBRE

> VISITE DU FOYER JEUNES TRAVAILLEURS «GUY IV»

Découvrez de manière ludique le bâtiment «Guy IV», ancien hôpital devenu FJT. Une visite moderne grâce au numérique autour de l'histoire de ce bâtiment rénové.

FJT «Guy IV» (7 rue Marguerite Fournier)

Horaires : 10h-11h30 - Gratuit - Ouvert à tous

Places limitées - Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



> CINÉ COMÉDIE « L'HEUREUSE ÉLUE »

Pour soutirer de l'argent à ses parents, Benoît propose un rôle de sa fausse fiancée... à Fiona, son chauffeur Uber ! La jeune femme, détonne dans la famille bourgeoise de Benoît qui va avoir du mal à convaincre ses parents qu'il a trouvé l'heureuse élue...

Cinéma Rex (Avenue Charles de Gaulle)

Horaires : 14h30

Tarif : 5 € - Ouvert à tous

Covoiturage inscription à l'OMPAR : 04 77 96 39



> MARCHÉ À PETITS PAS

Une promenade pour tous de 5 km maximum autour de la Madone de Champdieu.

Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 13h45

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : au Centre social, 04 77 96 09 43



MERCREDI 2 OCTOBRE

> MANUCURE À L'EHPAD

Prendre soin de soi à tout âge. Venez embellir vos mains et vos ongles grâce aux élèves du Lycée JB d'Allard.

Animation en partenariat avec le lycée JB d'Allard.

EHPAD (22 rue du Faubourg de la Croix)

Horaires : 10h-16h

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : à l'EHPAD, 04 77 96 71 07 ou l'OMPAR, 04 77 96 39 31



pixabay

> UTILISATION DU SMARTPHONE

Cet atelier numérique permettra d'utiliser le smartphone, d'installer des applications, etc.

Atelier proposé par le Centre Communal d'Action Sociale.

Maison des permanences (12 rue de la Préfecture)

Horaires : 14h30 à 16h

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



pexels

JEUDI 3 OCTOBRE

> ATELIER « MÉMOIRE CONNECTÉE »

Stimuler son cerveau et mobiliser sa mémoire à travers le numérique. Faites des petits jeux de mémoire via le numérique.

Maison des permanences (12 rue de la Préfecture)

Horaires : 9h à 11h

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



pexels-uly

JEUDI 3 OCTOBRE (SUITE)

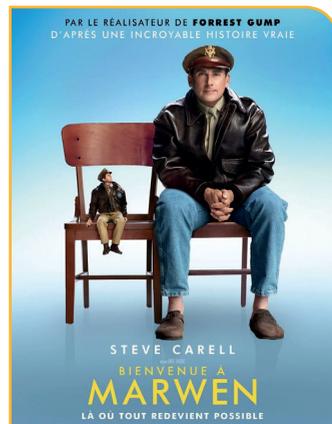
> CINÉ MUSÉE

Le film « Bienvenue à Marwen » de Robert Zemeckis (2018), sera l'occasion pour une médiatrice du musée d'Allard d'échanger avec le public autour du film et du monde des poupées, en lien avec l'exposition temporaire « Poupée n'est pas jouer ».

Cinéma Rex (Avenue Charles de Gaulle)

Horaires : 18h

Tarif : 5 € - Ouvert à tous - Sans inscription



VENDREDI 4 OCTOBRE

> ATELIER « NAVETTE »

Le centre social propose de vous familiariser avec la navette urbaine de la commune.

En coordination avec Loire Forez Agglomération.

Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : RDV à 8h30 - Gratuit - Ouvert à tous

Places limitées - Inscription : au Centre social, 04 77 96 09 43



> VISITE DU BUREAU DU MAIRE

Le maire vous accueillera dans son bureau en mairie et vous présentera son lieu de travail. Cette visite sera suivi d'un moment convivial.

RDV Mairie de Montbrison (place de l'Hôtel de Ville)

Horaires : 10h30 - 11h30

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



> ATELIER PÂTISSERIE

Après la réalisation de quelques douceurs lors de cet atelier pâtisserie, un moment de partage est prévu avec les jeunes du FJT «Guy IV» autour de jeux sportifs numériques et du «blabla café».

FJT «Guy IV» (7 rue Marguerite Fournier)

Horaires : 14h - 18h

Gratuit - Ouvert à tous - Places limitées

Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



LUNDI 7 OCTOBRE

> ATELIER OPTIQUE ET AUDIO

Venez réaliser des tests auditifs et visuels.

En partenariat avec la mutuelle Loire Forez.

Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 9h à 12h

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : au Centre social, 04 77 96 09 43



prexels

> CONCOURS DE COINCHE ET DE BELOTE

Le club détente et loisirs organise cette année un concours de Coinche (version stratégique de la Belote). Des lots : places de cinéma, de musée, repas petits festins, .. récompenseront les meilleurs coincheurs !

Résidence Séniors des Comtes de Forez

(2 imp. Rigaud)

Horaires : à 14h

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription



freepik

MARDI 8 OCTOBRE

> BALADE EN TRIPORTEUR ÉLECTRIQUE

Tentez un essai de balade en triporteur.
Sur un petit circuit, laissez-vous transporter
du jardin d'Allard jusqu'à la rue Tupinerie puis
retour au Jardin d'Allard (10-15 minutes).

En partenariat avec Let's BIKE.

Jardin d'Allard

Horaires : 10h à 12h et de 14h30 à 16h30

Gratuit - Ouvert à tous - Nombre de places
limité - Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



> MARCHÉ À PETITS PAS

Une promenade pour tous le long du Vizézy
suivie d'un goûter.

Centre social (13 place Pasteur)

Départ Place Bouvier à 14h

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : au Centre social, 04 77 96 09 43



> LE RÉSEAU CUIVRE S'EN VA... MAIS LA FIBRE EST LÀ !

Une permanence d'information en présence de THD42 qui vous
donnera tous les éléments
nécessaires sur l'accès fibre
optique, éligibilité, services...

Salle des Cordeliers

(place hôtel de ville)

Horaires : 14h à 17h

Gratuit - Ouvert à tous

Sans inscription

LE RÉSEAU CUIVRE S'EN VA... PERMANENCE D'INFORMATION
...MAIS LA FIBRE EST LÀ! sans rendez-vous

En présence de THD42 Exploitation
ainsi que des Fournisseurs d'Accès Internet
Renseignements sur l'accès fibre optique,
raccordement, éligibilité, services.....

LE MARDI 8 OCTOBRE
 DE 14H00 À 17H00
Mairie - Salle des Cordeliers
MONTBRISON

Le réseau THD42 est construit par le SIEL-TE et confié
pour sa commercialisation et son exploitation à THD42 Exploitation

MERCREDI 9 OCTOBRE

> VENTE DE VÊTEMENTS

Vente de vêtements neufs et de seconde main « Automne/hiver » à prix mini. Les fonds récoltés permettront de financer des sorties pour les résidents de l'EHPAD.

EHPAD (22 rue du Faubourg de la Croix)

Horaires : 10h-16h

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription



pexels-campus production

> VISITE DU SIÈGE DE LOIRE FOREZ AGGLO

Découvrez la salle des commissions et salle du conseil communautaire.

Cette visite sera suivi d'un moment convivial.

RDV Loire Forez Agglo (Bd de la Préfecture)

Horaires : 10h30 - 11h30

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



> APRÈS-MIDI MUSICAL

Le Groupe "Les Naustals" vous invite à un après midi chansons.

Résidence Séniors des Comtes de Forez (2 imp. Rigaud)

Horaires : 15h

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription

> EXPOSITION DES TUPINS

L'association "Les Tupins" organise une belle exposition sur le thème de la Semaine Bleue.

Salle des Cordeliers (place de l'Hôtel de Ville)

Horaires : 9 octobre 14h-18h,

du 10 au 13 octobre : 10h-12h et 14h-18h

(17h le 13 octobre) - Gratuit - Ouvert à tous



pexels-mikhail-nilov

JEUDI 10 OCTOBRE

> LES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Une conférence pour découvrir les bienfaits de l'activité physique quelque soit son âge.

Animée par Siel Bleu et financée par le CCAS (Centre Communal d'Action Sociale).

Espace des associations (av. Thermale)

Horaires : 9h30 à 10h30

Gratuit - Ouvert à tous - Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



pexels-marcus-urelius

> MARCHÉ ACCOMPAGNÉE

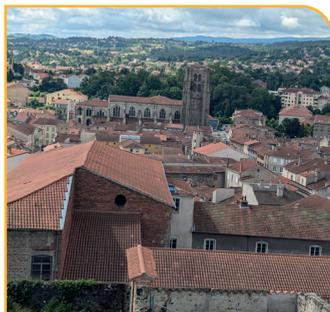
Participez à une marche accompagnée, qui se déroulera dans la ville de Montbrison. Vivez un moment de rencontre et de partage au cours d'une activité douce et adaptée à tous. Cette marche sera suivie d'un goûter musical à l'EHPAD.

Organisée par «Les petits frères des pauvres» et l'EHPAD

RDV devant l'EHPAD (22 rue du Faubourg de la Croix)

Horaires : 14h30

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription



> REPAS INTERGÉNÉRATIONNEL

Venez déguster et partager un «petit festin».

Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 12h

6 € adhérent centre social et 7 € non adhérent

Ouvert à tous - Places limitées

Inscription avant le 6 octobre :
au Centre social, 04 77 96 09 43



pexels-ella-olsson

VENDREDI 11 OCTOBRE**> ATELIER «MÉMOIRE CONNECTÉE»**

Stimuler son cerveau et mobiliser sa mémoire à travers le numérique. Faites des petits jeux de mémoire via le numérique.

Maison des permanences (12 rue de la Préfecture)

Horaires : 9h à 11h

Gratuit - Ouvert à tous

Inscription : à l'OMPAR, 04 77 96 39 31



pexels-olty

> GINGUETTE

Découvrez la guinguette organisée à l'EHPAD. Venez danser sur des chansons populaires pour partager un après-midi chaleureux et convivial.

EHPAD (22 rue du Faubourg de la Croix)

Horaires : 15h30 à 18h

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription



freepik

> CONFÉRENCE**“L'ARCHITECTURE TRADITIONNELLE DANS LE FOREZ”**

L'Université pour Tous vous propose d'assister à une conférence de Claire Fouillant (Guide conférencier du Pays d'Art et d'Histoire).

Cinéma Rex (Avenue Charles de Gaulle)

Horaires : 15h-17h

Gratuit - Ouvert à tous - Places limitées

Inscription : à l'OMPAR : 04 77 96 39 31



SAMEDI 12 OCTOBRE

> 40 ANS DE LA RÉSIDENCE SÉNIORS : PORTE OUVERTE

Venez visiter les espaces collectifs et les appartements, participer à une chasse aux trésors pour découvrir les animations de la résidence. Vous pourrez assister au goûter d'anniversaire organisé de 15h30 à 17h.



Résidence Séniors des Comtes de Forez (2 imp. Rigaud)

Horaires : 10h à 18h

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription

DIMANCHE 13 OCTOBRE

> CAFÉ PAPOTE

Le centre social vous propose un café papote avec jeux de société et olympiades du cerveau.

Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 14h30-17h - Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription

> CONFÉRENCE GRANDE ENQUÊTE GÉGÉ

Béatrice Guillier, chercheuse, propose une conférence sur « l'émancipation féminine et le travail salarié » en lien avec l'entreprise GÉGÉ.

Musée d'Allard (13 Bd de la Préfecture)

Horaires : 15h30

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription



OMPAR (OFFICE MUNICIPAL DES PERSONNES AGÉES ET DES RETRAITÉS)

33, rue Martin Bernard

Tél. 04 77 96 39 31 - mail : ompar@ville-montbrison.fr

Horaires d'ouverture :

mardi et vendredi : 9h-12h / jeudi : 14h-17h30