



Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

du 30 septembre
au 6 octobre 2024



La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

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



www.semaine-bleue.org



Sous le haut parrainage du ministère du Travail, de la Santé et des Solidarités

En lien avec la Journée internationale des personnes âgées le 1^{er} octobre

En partenariat avec le Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie (CDCA)

LA MARCHÉ
BLEUE



Plus d'infos sur :



LUNDI 30 SEPTEMBRE DE 9H30 À 12H00 :

SOPHROLOGIE

Ouvert aux seniors - Inscription à la mairie de HERMES au 03 44 07 50 06
Château de la Trye - Abbaye de Froidmont - 60370 HERMES

LUNDI 30 SEPTEMBRE DE 14H00 À 15H00 :

GYM DOUCE

Renforcement musculaire, équilibre, prévention des chutes - Association Gym
Volontaire de BERTHECOURT - Ouvert aux seniors
Inscription au 03 44 07 51 44 ou 06 83 32 05 04
Salle des fêtes - Rue des écoles - 60390 BERTHECOURT

LUNDI 30 SEPTEMBRE DE 14H30 À 16H00 :

LECTURE À VOIX HAUTE AUTOUR DU THÈME « LE CORPS EN MOUVEMENT »

Ouvert aux résidents de l'EHPAD Les jardins de la Tour et aux seniors de la commune
Inscription au 03 44 49 72 24 ou par mail à bibliothequetrichateau@gmail.com
Salle des fêtes - Parc Maurice FROMENT - 1, place de l'église - 60590 TRIE-CHÂTEAU.

LUNDI 30 SEPTEMBRE DE 14H30 À 16H00 :

ATELIER BD INTERGÉNÉRATIONNEL AVEC UNE CLASSE DE CM2

Ouvert aux seniors de la commune et aux résidents de la maison de retraite La
Closerie des Tilleuls - Inscription au 03 44 08 34 31 ou par mail à
bibliostcrepin@gmail.com
EHPAD La Closerie des tilleuls - 7, rue des écoles - 60149 SAINT-CRÉPIN-IBOUVILLERS.

LUNDI 30 SEPTEMBRE DE 14H00 À 17H00 :

ATELIERS SPORTS

Découverte du Reiki (méditation et relaxation), Gym douce, Tennis
Ouvert aux seniors - Inscription à la mairie de HERMES au 03 44 07 50 06
Château de la Trye - Abbaye de Froidmont - 60370 HERMES

LUNDI 30 SEPTEMBRE DE 15H00 À 16H30 :

MÉTHODE FELDENKRAIS

Explorer le mouvement d'une façon inhabituelle - Association Gym Volontaire de BER-
THECOURT - Ouvert aux seniors - Inscription au 03 44 07 51 44 ou 06 83 32 05 04
Salle des fêtes - Rue des écoles - 60390 BERTHECOURT



Nicole Colin, Vice-présidente du Conseil départemental
chargée des personnes âgées et des personnes
handicapées

« Si l'automne est traditionnellement synonyme de rentrée en matière scolaire, et l'occasion de lancer la saison associative et culturelle, il est aussi le moment propice pour mettre en valeur nos aînés.

Le thème de l'année 2024 « Bouger ensemble... pour entretenir la flamme ! » plonge certes dans l'événementiel de Paris 2024 mais au-delà du contexte des Jeux, il faut retenir l'idée que l'avancée en âge et la vieillesse ne sont pas synonymes d'immobilisme et de repli. Les aînés ont à cœur de s'inscrire dans le mouvement à la recherche d'une meilleure qualité de vie et de reconnaissance au sein de la société.

Pour cette édition 2024, qui se déroule du 30 septembre au 6 octobre, la Semaine Bleue dite Semaine Nationale des Retraités et des Personnes Agées, qui met en avant le rôle des Personnes Agées dans la société ainsi que les solidarités intergénérationnelles, nous rappelle que face aux enjeux de la transition démographique, il s'agit de faire vivre la conviction selon laquelle, vieillir ensemble est une chance, à la fois pour les personnes âgées et les plus jeunes générations, car elle leur permet de contribuer mutuellement à la vie sociale et citoyenne, de bénéficier des ressources de chacun autour de la construction de projets communs et de tisser des liens durables.

Conscient de l'importance du « Bien vieillir », le Conseil Départemental s'engage depuis plusieurs années au travers de dispositifs comme Allo Oise Senior, Monalisa et vient de compléter l'existant avec la plateforme Ogénie qui vise à combattre l'isolement des personnes âgées notamment par des activités physiques.

Durant cette semaine, plusieurs temps forts auront lieu pour découvrir ou redécouvrir les dispositifs liés à la perte d'autonomie portés par le Conseil Départemental.

Depuis le 1er juillet 2024, afin d'être dans son rôle de facilitateur, le Conseil Départemental de l'Oise a créé la Maison Départementale de l'Autonomie (MDA). C'est un lieu unique qui propose des réponses adaptées aux situations et qui accompagne les personnes en situation de handicap et âgées tout au long de leur démarche.

Pour conclure, je dirais que les couleurs de la vieillesse ne sont ni noires ni blanches mais qu'elles devraient être représentées à la couleur des valeurs de l'âge à savoir le bleu, symbole de la sagesse et de la plénitude ».

MARDI 1^{ER} OCTOBRE DE 9H30 À 11H30 :

MATINÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Ouvert aux seniors de la résidence Lionel OLIVIER
Résidence Lionel OLIVIER - Rue du 11 novembre - 60370 HERMES

MARDI 1^{ER} OCTOBRE DE 10H00 À 11H00 :

STRETCHING/RELAXATION/ASSOULISSEMENT

Association Gym Volontaire de BERTHECOURT
Ouvert aux seniors - Inscription au 03 44 07 51 44 ou 06 83 32 05 04
Salle des fêtes - Rue des écoles - 60390 BERTHECOURT

MARDI 1^{ER} OCTOBRE DE 10H00 À 12H00 :

ATELIER TABLETTE NUMÉRIQUE

Ouvert aux seniors - Renseignements / Inscription à la mairie de HERMES au
03 44 07 50 06

MARDI 1^{ER} OCTOBRE DE 14H00 À 16H00 :

ATELIERS PRÉVENTION SENIORS

Ateliers « Repasser le code de la route avec l'auto-école de Hermes » et
« Prévention sur les dangers du démarchage à domicile » en présence de la
gendarmerie.
Renseignements / Inscription : Mairie de Hermes 03 44 07 50 06

MARDI 1^{ER} OCTOBRE DE 14H00 À 16H00 :

OLYMPIADES INTERGÉNÉRATIONNELLES

Ouvert aux résidents et aux élèves de l'École du Vieux Lavoir
RÂ le Soleil D'or – 209, impasse du Soleil d'or - 60390 AUNEUIL

MARDI 1^{ER} OCTOBRE DE 14H00 À 17H00 :

FIT FOOT

Mouvements en musique pour entretenir forme et souplesse - Association Sportive NOAILLES-CAUVIGNY Ouvert aux seniors - Inscription au 06 31 54 86 16
Stade de Football Andrée VEREECKE - Chemin de la Messe - 60430 NOAILLES

MARDI 1^{ER} OCTOBRE DE 14H00 À 17H00 :

FOOT EN MARCHANT

Se joue par 5, interdit de courir, une façon ludique d'entretenir la forme !
Association Sportive NOAILLES-CAUVIGNY
Ouvert aux seniors- Inscription au 06 31 54 86 16
Stade de Football Andrée VEREECKE - Chemin de la Messe - 60430 NOAILLES

MARDI 1^{ER} OCTOBRE DE 14H15 À 15H30 :

QI GONG

Souffle, énergie interne, respiration - Association Gym Volontaire de BERTHECOURT
Ouvert aux seniors - Inscription au 03 44 07 51 44 ou 06 83 32 05 04
Salle des fêtes - Rue des écoles - 60390 BERTHECOURT

MERCREDI 2 OCTOBRE DE 14H00 À 17H00 :

CRÉATION COLLECTIVE D'UN MORCEAU DE MUSIQUE AVEC LE DUO ELECTRO TURNSTEAK

Ouvert aux résidents de l'EHPAD Quiétude
EHPAD Quiétude – 2, rue du 8 Mai 1945 - 60110 MÉRU

MERCREDI 2 OCTOBRE DE 18H15 À 19H15 :

GYM DYNAMIQUE - ZUMBA

Renforcement musculaire-cardio-gainage - Association Gym Volontaire de BERTHECOURT
Ouvert aux seniors - Inscription au 03 44 07 51 44 ou 06 83 32 05 04
Salle des fêtes - Rue des écoles - 60390 BERTHECOURT



CONTACTS

Conseil départemental de l'Oise

1, rue Cambry - CS 80941
60024 BEAUVAIS Cedex
Tél : 03 44 06 60 60

Allo Oise Senior :
Tél : 03 44 82 60 60



Plus d'infos sur :

