

TERRITOIRE CINQ VALLÉES

Programme



Bouger
ensemble...
pour entretenir
la flamme !



semaine-bleue@uniopss.asso.fr

Sous le haut patronage du ministère des Solidarités, de l'Autonomie et des Personnes handicapées

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

Lundi 30 septembre

> 10h00 à 12h00

Balade au Marais des cavins

Pont de Bourdon, Les Cavins
80310 BOURDON

Gratuit - sur inscription : 03 22 97 23 74

> 14h00 à 16h45

Film « Poms » et débat « Les bienfaits de l'activité physique à tout âge »

Cinéma le Vox, 11 Rue Ambroise Croizat
80610 SAINT-OUEN

Tarif : 3€

Mardi 1er octobre

> 9h00 à 11h00

Aquagym - bien être

Centre aquatique Aqua N&S, rue Rémi de Ceylan
80420 FLIXECOURT

Gratuit - Sur inscription : 03 65 89 08 15

> 9h30 à 11h30 et 14h30 à 16h30

Ateliers floral avec l'Atelier 27

MFR de Flixecourt, 28 Rue Courbet
80420 FLIXECOURT

Tarif : 10€ - sur inscription : 06 30 40 96 49

> 10h00 à 18h00

Visite

Musée de Vignacourt, 196 rue d'Amour
80650 VIGNACOURT

Tarif : 3€

> 18h à 19h

« Gym pour bien finir la journée »

Salle Picardia, rue Roger Godard
80420 FLIXECOURT

Sur inscription : 09 80 97 64 61

Mercredi 2 octobre

> 10h00 à 12h00

Découverte d'un circuit historique

Salle polyvalente, rue de la Briquerie
80650 VIGNACOURT

Gratuit - sur inscription : 06 71 53 72 08

> 10h00 à 18h00

Visite

Musée de Vignacourt, 196 rue d'Amour
80650 VIGNACOURT

Tarif : 3€

> 14h00 à 16h00

Atelier créatif intergénérationnel autour du papier (création d'un photophore)

Médiathèque, place Jean Catelas
80610 SAINT-OUEN

Gratuit - sur inscription : 03 22 39 00 90

> 14h00 à 17h00

« Chasse au trésor »

Prieuré de Moreaucourt - 80830 L'ÉTOILE

Sur inscription : 06 72 52 93 33 ou
mariondevos@outlook.com

Jeudi 3 octobre

> 10h00 à 18h00

Visite

Musée 14-18, 196 Rue d'Amour
80650 VIGNACOURT

Tarif : 3€

> 9h00 à 11h30

« Bien commencer la journée » petit déjeuner équilibré, prévention des chutes, gym douce

Salle des associations, rue de la Catiche
80420 FLIXECOURT

Tarif : 2€ - sur inscription au 09 80 97 64 61

> 9h00 à 11h00

Aquagym - bien être

Centre aquatique Aqua N&S, rue Rémi de Ceylan
80420 FLIXECOURT

Gratuit - Sur inscription : 03 65 89 08 15

> 9h30 à 11h30

« Les AS du volant » (révision code de la route)

Allée de la Haute Borne, ZAC des hauts du Val de Nièvre
80420 FLIXECOURT

Gratuit - sur inscription : 03 22 97 23 74

> À partir de 14h00

Jeux de société

Salle des associations, rue de la Catiche
80420 FLIXECOURT

Gratuit

> 14h30 à 17h00

« Faites bouger vos méninges »

Salle de la commune, 54 rue de la République
80610 SAINT-OUEN

Gratuit

> 14h30 à 17h00

Après-midi intergénérationnel : court métrage

« Les trésors de Madeleine » créé par les élèves du collège du Val de Nièvre

EHPAD Saint Nicolas, 30 Rue Gaston Morin
80620 DOMART-EN-PONTHIEU

Gratuit - sur inscription : 03 2264 01 48

Vendredi 7 octobre

> 10h00 à 18h00

Visite

Musée 14-18, 196 Rue d'Amour
80650 VIGNACOURT

Tarif : 3€

> 9h00 - 11h30

« A vos baskets »

Salle du chiffon rouge, rue Léon Hénoque
80420 FLIXECOURT

Gratuit - sur inscription : 09 80 97 64 61

> 9h00 à 11h00

Atelier coaching vestimentaire

Betty mod, 2 rue Roger Godard
80420 FLIXECOURT

Gratuit - sur inscription : 06 14 69 63 07

> 10h00 à 12h00

Atelier confection d'un déjeuner dinatoire

Salle du chiffon rouge, rue Léon Hénoque
80420 FLIXECOURT

Sur inscription : 09 80 97 64 61

> 12h00 à 14h00

Déjeuner

Salle du chiffon rouge, rue Léon Hénoque
80420 FLIXECOURT

Sur inscription : 09 80 97 64 61

Tarif : 7€ (hors boisson)

> À partir de 14h15

Défilé de mode séniors by Betty Mod

Salle du chiffon rouge, rue Léon Hénoque
80420 FLIXECOURT

Gratuit

> À partir de 15h30

Initiation Country et thé dansant

Salle du chiffon rouge, rue Léon Hénoque
80420 FLIXECOURT

Gratuit

> 14h00 - 16h00

Atelier fabrication d'un chat en papier recyclé

Médiathèque, 84 rue Léon Thuillier
80650 VIGNACOURT

Gratuit - sur inscription : 06 47 57 88 21

Samedi 5 octobre

> 9h30 à 12h00

Concours de pétanque

Stade de foot, rue Alfred Thuillier
80650 VIGNACOURT

Gratuit

> 9h30 - 11h30

Atelier socio-esthétique

Médiathèque, place Jean Catelas
80610 SAINT-OUEN

Gratuit - sur inscription : 03 22 39 00 90