

La Semaine Bleue



Octobre

SORTIE DÉCOUVERTE D'AMIENS

Lundi 6 octobre

Départ 7h15/ Retour 19h au gymnase Alain-Mimoun

Promenade commentée en barque dans les hortillonnages, déjeuner dans un restaurant solidaire et visite guidée de la cathédrale et du vieil Amiens. Prise en charge de 20 % à 80 % du tarif accordé par le CCAS sous conditions de ressources.

Tarif : 80 euros. Inscriptions du mercredi 10 septembre au mercredi 1^{er} octobre auprès de Virginie

ATELIER SELF-DÉFENSE ANIMÉ PAR LA POLICE MUNICIPALE

Mardi 7 octobre à 10h - Espace Michel-Petrucciani

Inscriptions auprès de Virginie

CONCOURS DE BELOTE ANIMÉ PAR L'UNRPA

Mardi 7 octobre à 13h30 - Espace Michel-Petrucciani

Tarif : 5 euros

Inscriptions auprès de Danielle Vetzel : 06.10.95.81.36



REPAS À THÈME « LES ÎLES »

Mercredi 8 octobre à 12h - Résidence de l'Orme à la Blonde

Tarif : 9,03 euros

Inscriptions auprès de Virginie à partir du mercredi 10 septembre

DÉPISTAGE DES FRAGILITÉS ENCADRÉ PAR UNE INFIRMIÈRE GÉRIATRE

Mercredi 8 octobre à 14h30 - Espace Michel-Petrucciani

Inscriptions auprès de Virginie

PRÉVENTION ROUTIÈRE ENCADRÉE PAR LA POLICE MUNICIPALE

Jeudi 9 octobre à 10h - Espace Michel-Petrucciani

Inscriptions auprès de Virginie

ATELIER GYM ADAPTÉE

Jeudi 9 octobre à 14h - Espace Michel-Petrucciani

Découverte de la plateforme Innodom

Inscriptions auprès de Virginie



LE QUIZZ DES MÉDICAMENTS PRÉSENTÉ PAR DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

Jeudi 9 octobre à 16h30 - Espace Michel- Petrucciani

Les mauvais usages, les fausses idées, les dangers de l'automédication

Inscriptions auprès de Virginie

INITIATION À LA MÉDITATION « ON N'A PLUS 20 ANS MAIS ON A MIEUX À OFFRIR »

Vendredi 10 octobre à 10h - Espace Michel-Petrucciani

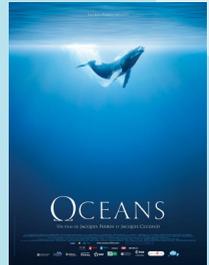
Inscriptions auprès de Virginie

CINÉTILUS PROJECTION DU FILM « Océans »

Vendredi 10 octobre à 13h45

Médiathèque Le Nautilus

Inscriptions auprès de Virginie



GOÛTER SPECTACLE AVEC LES DANSEUSES DU VAL

Samedi 11 octobre à 14h30 - Espace Michel-Petrucciani

Inscriptions auprès de Virginie

THÉ DANSANT

Dimanche 12 octobre à 15h - Espace Michel-Petrucciani

Inscriptions auprès de Virginie

Bus AVC

Lundi 13 octobre

Le Bus AVC est un dispositif itinérant de prévention et de sensibilisation aux Accidents Vasculaires Cérébraux. Il propose, gratuitement et sans rendez-vous, un dépistage des facteurs de risque (tension artérielle, glycémie, cholestérol...), des conseils personnalisés, et une information sur les signes d'alerte et les bons réflexes à adopter. Accessible à tous, il vise à prévenir les AVC et à promouvoir une meilleure santé cardiovasculaire.

ATELIER CHORALE

Lundi 13 octobre à 14h30 - Résidence de l'Orme à la Blonde

LES AIGUILLES SOLIDAIRES

Vendredi 17 octobre à 14h30 - Résidence de l'Orme à la Blonde