

Du 31 Septembre au 5 Octobre 2024

La Semaine Bleue



— SEMAINE NATIONALE —
des retraités et des personnes âgées

« Bouger ensemble... Pour entretenir la flamme »



Les bénévoles Raisinois Contre l'Isolément

Programme

Lundi 30/09

· Cérémonie d'ouverture des Olympiades:

- >> A 17h30 sur la Grand Place de Raismes
- >> Chorégraphie, défilé et embrasement de la vasque par les porteurs de flamme
- >> Pot de l'amitié à la salle des fêtes du Centre.

Des «Olympiades à domicile» sont organisées dans les différents quartiers de la ville :

- > lundi 30/09 de 14h à 16h : Visite des Bénévoles de la maison de quartier à Vicoigne
- > Mardi 1/09 de 14h à 16h : Visite des bénévoles de la maison de quartier à Sabatier
- > Jeudi 3/10 de 10h à 12h : Visite des Bénévoles du CCAS
- > Vendredi de 14h à 16h : Visite des Bénévoles de la maison de quartier Joliot Curie

Mardi 1/10

· Atelier bien-être

- >> À 10h à la médiathèque Louis Aragon
- >> Places limitées à 10 personnes - sur inscription

· Cours d'aquagym

- >> De 10h à 11h à la piscine Louis Poncet
- >> Places limitées - sur inscription 3,50€

· « Atelier « Bienfaits alimentaires »

- >> De 14h à 16h au R-Lab (Château Mabile)
- >> Places limitées - sur inscription auprès du CCAS

La Semaine
Bleue

Mercredi 2/10

Journée des Olympiades

- >> Dès 8h30 à la salle des fêtes du Centre : Petit déjeuner de la forme pris en commun
- >> A 9h30 : Marche bleue aux jardins aquatiques
 - Une marche « Dynamique & sportive et une marche « douce »
- >> À 12h : Repas dans la salle des fêtes du Centre
- >> De 13h30 / 14h : Ouverture des Olympiades à la salle des fêtes du Centre
 - Activités sportives : Tir à l'arc, pétanque, jeu de la cuillère, tennis de table ...
 - Ateliers intergénérationnels : «Guide et aveugle» et «Photos insolites»

Spectacle « Edith & Félix »

- >> Dès 14h30 à la résidence Autonomie Musmeaux
 - >> Gratuit sur réservation jusqu'au 4/10 auprès de l'association « les Sans Souci »
-

Jeudi 3/10

Repas partagé & animations

- >> Dès 12h à la maison de quartier de Sabatier
- >> Menu : Carbonnade flamande, potatoes & dessert
- >> Après-midi récréatif : Chants et karaoké.
- >> Tarif : 10€ sur inscription - Contacter votre Maison de Quartier ou le CCAS

Loto

- >> Dès 14h à la résidence Autonomie Musmeaux
 - >> Sur inscription jusqu'au 4/10 - Goûter offert
-

Vendredi 4/10

Cours d'aquagym

- >> De 10h à 11h à la piscine Louis Poncelet
- >> Places limitées - sur Inscription 3,50€

Bowling

- >> L'après-midi au bowling de l'Arsenal à Valenciennes
- >> Possibilité de restauration sur place
- >> Places limitées - sur Inscription auprès de l'association «Les Débordés Raismois»

Repas spectacle de danse

- >> Dès 12h à la résidence Autonomie Musmeaux par la troupe «les joyeuses farandoles»
- >> Places limitées - sur réservation jusqu'au 4/10 > 20€

Samedi 5/10

· Concert de l'Harmonie municipale de Raismes

- >> À 15h à la résidence autonomie Arthur Musmeaux
- >> Entrée libre - Verre de l'amitié offert à l'issue du spectacle par «les Sans Souci»
- >> Concert offert par la municipalité

Dimanche 13/10

· Repas dansant des aînés

- >> Dès 12h - A la Salle Allende
- >> Offert par la municipalité aux plus de 64 ans.

Le FORUM du bien vieillir, « Séniors Fest » se tiendra le Mardi 15 octobre 2024 à la Salle des Fêtes du Centre de 10h à 17h30.

De nombreux partenaires de la Santé, du maintien à domicile seront présents pour répondre aux questionnements concernant « Le bien vieillir à domicile ».

Contact

Centre Communal d'Action Sociale	Boulevard Claire - 59590 Raismes	Tél : 03 27 14 94 53
Résidence Autonomie Arthur Musmeaux	Rue des Violettes - 59590 Raismes	Tél : 03 27 23 70 00
Association les « Sans Souci »	Rue des Violettes - 59590 Raismes	Tél : 06 40 18 96 44
Maison de Quartier de Vicoigne	16, rue Pierre Cuvelier - 59590 Raismes	Tél : 03 27 29 72 40
Maison de Quartier du Petit-Paris	Joliot CURIE - Résd du 19 Mars 1962 - Raismes	Tél : 03 27 30 16 78
Maison de Quartier de Sabatier	Rue Thiers - 59590 Raismes	Tél : 03 27 51 43 80
CLIC-Relais Autonomie	2 rue Pierre Brizon - 59135 Wallers	Tél : 03 27 24 32 46
Association CARA	21B, rue Henri Durre - 59590 Raismes	Tél : 03 27 25 40 38
Association « Les Débordés »	Grand' Place - 59590 Raismes	Tél : 06 74 92 88 72
Comité des Ages du Pays Trithois	Rue Pierre Brossolette 59530 Aulnoy-Lez-Valenciennes	Tél : 03 27 23 78 00
Association « Wimoov »	7 Pl. de Boussu - 59410 Anzin	www.wimoov.org
CPAM du Hainaut	63, rue du Rempart - CS 60499 59321 Valenciennes	Tél : 01 84 90 36 46
SOLIBA	133 rue Déportés du train de Loos - 59300 Valenciennes	Tél : 03 27 45 09 64
ELSAN	Polyclinique Vauban 10 av. Vauban - Valenciennes	Tél : 06 65 82 26 39
La médiathèque Louis Aragon	28 rue Henri Durre - Raismes	Tél : 03 27 14 94 23
La piscine municipale Louis Poncet	Avenue du Château - Raismes	Tél : 03 27 30 12 74