

DU
02

SAIN
Terre solidaire et inclusive
PAUL



Semaine
Bleue
À SAINT-PAUL

"VIEILLIR ENSEMBLE: UNE CHANCE À CULTIVER"

ATELIERS ET STANDS BIEN-ÊTRE / RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES/
BALADE CULTURELLE ET PATRIMONIALE / ANIMATIONS MUSICALES ET
ARTISTIQUES / ATELIER ARTISANAL / EXPOSITION / SPECTACLE
ET LE 18 OCTOBRE À MAFATE

AU
08
OCT.
2023



omsep



saint-paul ville santé oms





LUNDI 02

DE 08H00 À 15H30

PARCOURS DE SANTÉ

« INAUGURATION »

Balade Culturelle et Patrimoine avec guides

08H00 Accueil avec collation

DÉPART À 09H30 parking du Parcours de Santé (médiathèque)

3 points d'arrêt historique :

- Parking du Parcours de Santé (médiathèque : patrimoine défensif et militaire de la baie, batteries, canons)
- Salle de Conférence (gare / patrimoine ferroviaire, projet urbain de la ville)
- Débarcadère (histoire du peuplement, 360^{ème} anniversaire du peuplement)

Arrivée accompagnée de l'orchestre en cuivre dans le jardin de la mairie

Prévoir tenue de sport et casquettes

Places limitées, sur inscription au 06 93 97 43 90 ou 02 62 45 76 55

JARDIN DE L'HÔTEL DE VILLE

08H00 Accueil petit-déjeuner

09H30 Animation musicale des seniors « Somin Maloya Gramounes »

11H30 Discours

12H00 Repas partage

09H00/15H30 Ateliers prévention / infos / santé :

Prévention solaire, Point info santé, tests auditif, ostéopathie, aromathérapie, massage assis, dépistages et prévention des risques de pré-fragilité « Robust' Adom », diagnostique forme

Stands : conseiller numérique / Exposition des travaux des seniors

Atelier : Balade dessin croquis à l'encre de Chine



MARDI 03

DE 08H00 À 15H30

HERMITAGE À SAINT-GILLES-LES-BAINS

HAUT DE PLAGE / PRÈS DU BOULODROME ET DU POSTE MNS DE L'HERMITAGE

Journée Pique-Nique / Activités

08H00 Accueil petit-déjeuner

09H00 À 12H00 Activités nautiques: Paddle, balade croquis, dessin sous l'eau, aqua gym, longue côte (marche dans l'eau)

Prévoir tenue de baignade

Places limitées, sur inscription au 06 93 97 43 90 ou 02 62 45 76 55

12H00 Repas partage

09H00/15H30 Ateliers prévention / infos / santé :

Dépistages et prévention des risques de pré-fragilité « Robust' Adom »

Ateliers bien-être : tai chi, sophrologie, massage assis

Stands : conseiller numérique, anglais du voyage, CYCLEA (pique-nique zéro déchet)

Ateliers : Fabrication de kayamb, de balai zig, de peintures avec marc café, de cannes de bambou

Animation musicale contée

EHPAD « MARIE FRANÇOISE DUPUIS » À MONT ROQUEFEUIL

À 10H30

Animation musicale

PETIT THÉÂTRE DU BERNICA

DE 13H00 À 14H30

Spectacle pour les seniors et scolaires : Théâtre de Marionnettes



MERCREDI 04

SALLE POLYVALENTE DE BARRAGE À LA SALINE

DE 08H00 À 15H30

« Journée de rencontres intergénérationnelles »

08H00 Accueil petit-déjeuner

12H00 Repas partage

13H00 Bal avec orchestre

09H00/15H30 Ateliers prévention/infos/santé : dépistage et prévention des risques de pré-fragilité « Robust' Adom »

Ateliers bien-être : massage assis, ongles

Stands : conseiller numérique, découverte des outils applications numériques

Ateliers : fabrication de kayamb, de balai zig, de peintures avec marc café, de cannes de bambou et de sensibilisation au développement durable, diagnostic forme

Animation karaoké

EHPAD GABRIEL MARTIN

À 14H00

Animation musicale

MAISON POUR TOUS DE LA VALLÉE À CORBEIL

DE 08H00 À 12H00

08H00 Accueil petit-déjeuner

Ateliers santé / bien-être : Massage, ongles



JEUDI 05

CASE ET PLATEAU NOIR DE SANS SOUCI

DE 08H00 À 15H30

« Journée de Partage et de Découverte »

08H00 Accueil petit-déjeuner

Ateliers prévention/infos/santé : dépistages et prévention des risques de pré – fragilité « Robust' Adom », prévention des risques liées à la sexualité et aux harcèlements

Ateliers bien-être : massage assis, onglerie

Stands : conseiller numérique, anglais du voyage

Ateliers : fabrication de kayamb, de balai zig, de peintures avec marc de café, de cannes de bambou, tisanes et herbiers de Sans-Soucis

12H00 Repas partage

ÉCOLE PRIMAIRE JASMIN ROBERT

DE 10H00 À 11H30

Spectacle de conte musicale en créole

FOYER DE LA CLÉMENCE À LA SALINE

09H00 Animation musicale



VENDREDI 06

SALLE POLYVALENTE DE LA PETITE FRANCE

DE 08H00 À 15H30

« Journée de Partage et de Découverte »

08H00 Accueil petit-déjeuner

Atelier: séance de plantation du jardin de la Petite France

12H00 Repas partage

09H00/15H30 Ateliers prévention/infos/santé : dépistages et prévention des risques de pré – fragilité « Robust' Adom », prévention des risques liés à la sexualité et aux harcèlements

Ateliers bien-être : massage assis, ongles

Stands : conseiller numérique, anglais du voyage

Ateliers : fabrication de kayamb, de balai zig, de peintures avec marc de café, de cannes de bambou, distillation avec mini alambic du géranium Rosat, dégustation du thé blanc, balade dessin croquis à l'encre de Chine

Animation karaoké

13H00/15H30 Bal avec Orchestre

EHPAD LES ALIZÉS À LA SALINE LES BAINS

À 14H00

Animation Musicale



DIMANCHE 08

PARKING DU CCAS

DE 09H00 À 17H00

Journée de Clôture

08H00 Accueil exposition / vente des activités associations

09H30 Messe

11H30 Discours

12H00 Repas

13H00/17H00 Bal avec Orchestre

MERCREDI 18

ÎLET LES LATANIERS À MAFATE

DE 07H30 À 15H30

« Journée de rencontres Inter Ilets »

07H30 Accueil petit déjeuner

DE 9H00 À 15H30

Ateliers santé/prévention/santé : tests auditifs, visuels

Atelier Bien-Être : Massage

Atelier artistique : Loisirs créatifs

Animation musicale

12H00 Repas

DU
02

SAIN
Terre solidaire et inclusive
PAUL



Semaine
Bleue
À SAINT-PAUL

"VIEILLIR ENSEMBLE:
UNE CHANCE À CULTIVER"

AU
08
OCT.
2023