

Tous les partenaires et le CCAS présentent la



CCAS
centre communal d'action sociale

Semaine Bleue

Activités gratuites !*

30 septembre au 6 octobre 2024

L'âge ne doit pas être un moment de privation, mais au contraire l'occasion de continuer à se découvrir et se réinventer et c'est tout le sens de la semaine bleue. Un programme ambitieux qui ouvre à toutes les activités et horizons accessibles à nos aînés au service de leur santé et de leur bien-être.

François Ouzilleau, Maire

Sur inscription pour
les 65 ans et +
*Sauf indications dans le programme

PLUS D'INFORMATIONS

CCAS de Vernon
93 rue Carnot
27200 Vernon
02 32 64 38 19



Inscriptions obligatoires sauf pour la marche et les portes ouvertes associations

Lundi 30
SEPTEMBRE
2024

Semaine
Bleue

10h

Marche des seniors

📍 Jardin des arts

Un groupe de marche active et un groupe pour se balader suivi d'un pot à l'espace Philippe-Auguste salle Vikings
Le pot se terminera par la remise du Flambeau des seniors

10h à 18h

Portes ouvertes des associations

📍 Résidence Nahoma - 9 rue de la Nation

Participer aux initiations et ateliers d'associations de santé et de l'économie sociale et solidaire

14h

Relaxation - Auto-massage

📍 Espace Philippe-Auguste - Salle Maubert

Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

14h

Séance cinéma - Le sens de la Fête

📍 Résidence autonomie Bully - 19 rue Ambroise Bully

Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

15h

Sophro conférence santé mentale

📍 Résidence Nahoma - 9 rue de la Nation

Inscription contact.vernon@nahoma.fr ou au 06 38 48 43 74

15h

Sport interactif pour tous - Silver Fit

📍 Résidence Korian - 15 avenue Pierre Mendès France

Inscription au 02 32 64 77 00



Inscriptions obligatoires pour les activités

Mardi 1
OCTOBRE
2024

Semaine
Bleue

10h à 12h

Karaté énergie seniors

- 📍 Gymnase de Gamilly - 4 rue Robert Schuman
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

10h et 11h

Gymnastique douce

- 📍 Résidence Cazam - rue Louis Hébert
Inscription au 02 79 45 01 02 ou
accueil.vernongiverny@residences-cazam.com

10h

Gymnastique douce

- 📍 Espace Philippe-Auguste - Salle Maubert
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

15h

Qi gong - Gym traditionnelle chinoise

- 📍 Espace Philippe-Auguste - Salle Maubert
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

14h30 à 16h

Fabrication de madeleines revisitées

- 📍 Résidence Korian - 15 avenue Pierre Mendes France
Inscription au 02 32 64 77 00

14h30 à 16h

Partageons nos savoirs

- 📍 Résidence Bellamira - 11 avenue winston churchill
Inscription dutilleul@habitat-humanisme.org ou
ac.driot@habitat-humanisme.org ou au 02 32 54 87 55

15h à 16h

Conférence "Sexualité à travers les âges"

- 📍 Résidence Nahoma - 9 rue de la Nation
Inscription contact.vernon@nahoma.fr ou au 06 38 48 43 74

15h à 17h

Top chef - L'art de décorer les pâtisseries

- 📍 Résidence Cazam - rue Louis Hébert
Inscription au 02 79 45 01 02 ou
accueil.vernongiverny@residences-cazam.com

Inscriptions obligatoires pour les activités

Mercredi 2

OCTOBRE

2024

Semaine
Bleue

10h à 11h

Initiation sophrologie

📍 Espace Philippe-Auguste - Salle Maubert
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

10h à 15h

Nutritionniste et repas

📍 Résidence Bellamira - 11 avenue winston churchill
Inscription dutilleul@habitat-humanisme.org ou ac.driot@habitat-humanisme.org ou au 02 32 54 87 55

12h

Repas annuel des seniors "La vie en couleurs"

📍 Espace Philippe-Auguste - Salle Vikings
Inscription **sur liste d'attente**
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

15h

Séance Cinéma

📍 Résidence Cazam - rue Louis Hébert
Inscription au 02 79 45 01 02 ou
accueil.vernongiverny@residences-cazam.com

14h à 16h

Broderie collective départementale

📍 Résidence Bully - 19 rue Ambroise Bully
Inscription au 07 66 23 76 98



Inscriptions obligatoires pour les activités

Jeudi 3
OCTOBRE
2024

Semaine
Bleue

8h30 à 9h30

Petit déjeuner continental

📍 Résidence Korian - 15 avenue Pierre Mendès France
Inscription au 02 32 64 77 00

9h30 et 11h

Découverte des archives

📍 Mairie de Vernon - Sous-sol
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

10h à 11h

Pilates - Mise en forme physique douce

📍 Espace Philippe-Auguste - Salle Maubert
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

14h

Marche tous ensemble

📍 Résidence Bellamira - 11 avenue Winston Churchill
Inscription : dutilleul@habitat-humanisme.org ou
ac.driot@habitat-humanisme.org ou au 02 32 54 87 55

13h à 18h

Concours de belote - Bons d'achat à gagner

📍 Espace Philippe-Auguste - Salle Maubert
Inscription : 06 08 28 31 66 ou permanence le mardi 14h à 17h
résidence autonomie de Bizy - Club de l'amitié

15h à 16h

Tai Chi - Gym énergétique chinoise

📍 Gymnase de Gamilly - 4 rue Robert Schuman
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

17h15

Gymnastique adaptée (Siel Bleu)

📍 Résidence Bellamira - 11 avenue Winston Churchill
Inscription dutilleul@habitat-humanisme.org ou ac.
driot@habitat-humanisme.org ou au 02 32 54 87 55

À partir de 18h

Bal des seniors (10€ par personne)

📍 Résidence Cazam - rue Louis Hébert
Inscription au 02 79 45 01 02 ou
accueil.vernongiverny@residences-cazam.com

Inscriptions obligatoires pour les activités

Vendredi 4

OCTOBRE

2024

Semaine
Bleue

10h à 11h

Atelier sport adapté

📍 Espace Philippe-Auguste - Salle Maubert
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

11h à 12h

Gymnastique douce

📍 Résidence Cazam - rue Louis Hébert
Inscription au 02 79 45 01 02 ou
accueil.vernongiverny@residences-cazam.com

11h30 à 13h30

Repas intergénérationnel en école

📍 Ecoles élémentaire de Vernon
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

14h à 16h

Balade sophrologique

📍 Résidence Bellamira - 11 avenue winston churchill
Inscription dutilleul@habitat-humanisme.org ou
ac.driot@habitat-humanisme.org ou au 02 32 54 87 55

15h à 16h

Atelier création de cookies

📍 Résidence Nahoma - 9 rue de la Nation
Inscription contact.vernon@nahoma.fr ou au 06 38 48 43 74

15h30 à 16h30

Atelier bien-être - On va s'aimer

📍 Espace Philippe-Auguste - Salle Maubert
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr



Inscriptions obligatoires pour les activités

Samedi 5
OCTOBRE
2024

Semaine
Bleue



14h dans l'eau

Aquagym

📍 Espace Nautique de la Grande Garenne - Saint Marcel
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

14h à 17h

Opéra - Aïda

📍 Salle Guy Gambu - 1 rue Jules Ferry à Saint-Marcel
Inscription CCAS - 02 32 64 38 19 ou animation@vernon27.fr

15h à 16h

Dictée Olympique

📍 Résidence Nahoma - 9 rue de la Nation
Inscription contact.vernon@nahoma.fr ou au 06 38 48 43 74

Inscriptions obligatoires pour les activités

Dimanche 6

OCTOBRE

2024

**Semaine
Bleue**

14h à 16h

Séance Cinéma

- 📍 Résidence Cazam - rue Louis Hébert
Inscription au 02 79 45 01 02 ou
accueil.vernongiverny@residences-cazam.com

15h à 17h

Après-midi dansant

- 📍 Résidence Nahoma - 9 rue de la Nation
Inscription contact.vernon@nahoma.fr ou au 06 38 48 43 74



Ville de Vernon
EN NORMANDIE

CCAS

centre communal d'action sociale



KORIAN



habitat &
humanisme
EURE



MATRIMOINE.S

NAHOMA

RESIDENCES & SERVICES

— VERNON —

cazam

résidences services séniors

SNAC
LA CULTURE À CROQUER



LA CONFÉRENCE
DES FINANCIERS
EURE-NORMANDE

DÉPARTEMENT DE
L'EURE
en Normandie

**La Semaine
Bleue**

À tout âge, ensemble !

Avec le concours financier de la conférence des financeurs

Toutes les actions sont accessibles aux personnes à mobilité réduite à l'exception de l'aquagym et de la visite des archives