



LA
BIENVEILLANCE,
UNE ÉVIDENCE

DU 7 AU 13 OCTOBRE 2019

LA SEMAINE BLEUE DES SENIORS

CONFÉRENCES | ATELIERS | DANSE | SPECTACLES | SPORT | THÉÂTRE

*La ville comme on l'aime, **solidaire***



ÉDITO

S'ENRICHIR DES RELATIONS AUX AUTRES

Personne n'échappe à la réalité du vieillissement, mais en prenant le contre-pied d'un discours pas toujours valorisant, j'aimerais transmettre un message d'optimisme et de liberté.

Il ne faut pas combattre son âge mais l'accompagner, et créer le lien social, maillon essentiel de la lutte contre l'isolement.

Je me réjouis de ces nombreuses passerelles de solidarité intergénérationnelle, de la bienveillance citoyenne que chacun de nous peut démultiplier auprès des seniors pour des moments de partage et d'écoute.

L'édition 2019 de la Semaine Bleue à Lyon est résolument tournée vers l'avenir : être soi-même, disponible et attentif aux autres, rencontrer et découvrir car accepter, dans la joie, d'avancer dans l'âge permet de construire une société plus sereine et ouverte vers son prochain. Vieillir, quel bonheur !

Je vous souhaite enthousiasme et vigueur pour ces nombreux rendez-vous.

L'Adjointe au Maire de Lyon
Déléguée aux Liens intergénérationnels
et aux Personnes âgées

OUVERTURE

TABLE RONDE

LUNDI 7 OCTOBRE

DE 14H30 À 16H30

Salons de l'Hôtel de Ville de Lyon

1 place de la Comédie - Lyon 1^{er}

SERVIR, AMÉLIORER ET S'ENRICHIR DES APPORTS DES AUTRES

« Comment favoriser la bienveillance citoyenne entre tous ? »

Comment valoriser ce qui existe et innover ? Comment adapter la ville à l'énergie des aînés ? Et si l'une des pistes était la formation pour tous ? Comment densifier les partages intergénérationnels ?

Des réponses à toutes vos questions : pour en débattre, venez participer et échanger avec différentes associations sur les leviers permettant de favoriser et maintenir la bienveillance entre tous les acteurs, envers les seniors et les plus fragiles.

Ensemble décroisonnons et imaginons le modèle de demain !

Accueil et ouverture

par l'Adjointe au Maire de Lyon, déléguée aux Liens intergénérationnels et aux Personnes âgées

Table ronde

animée par **Diane Dupré la Tour**, co-fondatrice des Petites Cantines, **Léthicia Rancurel**, Directrice du Tubà, lieu d'innovation pour la ville de demain

Avec

Angélique Giacomini

Docteur en sociologie, Déléguée générale adjointe, Réseau Francophone Villes Amies des Aînés

« Lutte contre l'âgisme et inclusion intergénérationnelle »

Bernard Devert

Président Fondateur, Habitat Humanisme

« L'attention au vieillissement signe l'humanisme d'une société »

Fabrice Bruyère

Directeur régional Auvergne-Rhône-Alpes, Les Petits Frères des Pauvres

« Écoute bienveillante et empathie »

Marylène Millet

Présidente UDCCAS du Rhône et de la Métropole de Lyon, Représentante de la Coopération Monalisa Métropole et Rhône

« Monalisa, lutte contre l'isolement des âgés »

Vincent Théry

Co-fondateur Lili Smart

« Lien social et autonomie »

Florence Lécuse

Déléguée générale, Lecentsept

« Mobilités et fragilités »

Conclusion

Professeur Pierre Krolak-Salmon

Neurologue et gériatre
Institut du Vieillissement, Lyon

En présence et avec la participation des étudiant-e-s du Lycée Professionnel Don Bosco (5^e).

Sur inscription - Invitations à retirer auprès de votre mairie d'arrondissement dans la limite des places disponibles

CLÔTURE

APRÈS-MIDI FESTIF

VENDREDI 11 OCTOBRE

DE 14H30 À 16H30

Salons de l'Hôtel de Ville de Lyon

1 place de la Comédie - Lyon 1^{er}

APRÈS-MIDI FESTIVE ET MAGIQUE

Deux temps forts qui vous feront vivre des moments inoubliables.

Un tour de chant pour débiter, avec deux talentueuses voix de la chanson française, pour des solos et un duo :

Michel Monaco, le chanteur romantique, qui vous emmènera dans l'histoire de ses balades.

Lisa Angell qui, du Plus Grand Cabaret du Monde de Patrick Sébastien, au Concours de l'Eurovision, jusqu'à la dernière édition de The Voice, viendra interpréter de belles mélodies.

En 2^e partie, **place à la danse**, avec Sébastien à l'accordéon, et chansons avec Michel Monaco sur des titres que vous reprendrez en cœur.



© Droits réservés

Venez nombreux vous joindre à cette clôture intergénérationnelle, solidaire et bienveillante, pour une édition 2019 placée sous le signe de la joie et des chansons.

En présence et avec la participation des étudiant-e-s du Lycée Professionnel Don Bosco (5^e).

Sur inscription - Invitations à retirer auprès de votre mairie d'arrondissement dans la limite des places disponibles



© Droits réservés



Présence d'interprètes des langues des signes pour l'accueil des personnes malentendantes

ANIMATIONS DANS LES ARRONDISSEMENTS



ACTIVITÉS PROPOSÉES
PAR LES RÉSIDENCES
DE LA VILLE DE LYON



ANIMATIONS SPÉCIFIQUES
À LA BIENVEILLANCE
CITOYENNE



INSCRIPTION OBLIGATOIRE
DANS LA LIMITE DES PLACES
DISPONIBLES

TOUTES LES ANIMATIONS
SONT D'ACCÈS LIBRE
ET GRATUIT,
SAUF INDICATION CONTRAIRE,
DANS LA LIMITE DES PLACES
DISPONIBLES



1^{er}

LUNDI 7

À 9H40



VISITE DE LYON EN CITY TRAM

Redécouvrez Lyon sous une autre forme lors de cette visite organisée par la maison de retraite Saint-Charles et l'EHPAD Saint-François d'Assise, accessible aux personnes à mobilité réduite. Des bénévoles seront présents pour accompagner, assurer la montée et descente du City Tram. Durée : 1h

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Départ : 133 bd de la Croix Rousse
animation.stc69@habitat-humanisme.org
04 72 10 98 50

À 15H

LA CROIX-ROUSSE D'HIER ET D'AUJOURD'HUI

Réalisation d'un projet avec le Centre Social Grand'Côte sur le passé de la Croix-Rousse, regard historique par les aînés sur l'évolution du quartier.

EHPAD Saint-François d'Assise

18 rue Raymond
04 72 10 77 10

MERCREDI 9

DE 14H30 À 17H30



THÉ DANSANT

Venez vous distraire lors d'un après-midi convivial et informez-vous sur les activités et les services qui sont proposés par les associations de quartier : Centre Social Quartier Vitalité, Conseil des Aînés du 1^{er}, Les Détrançanés, La Gymnastique Volontaire des Terreaux, Mozaïc Café...
INSCRIPTION OBLIGATOIRE à partir du lundi 9 septembre

Centre Social Quartier Vitalité

Bâtiment de la Condition des Soies
7 rue Saint-Polycarpe
04 78 39 36 36
centresocialquartiertvitalite.fr



JEUDI 10

DE 14H À 17H

FORUM "LUTTER CONTRE L'ISOLEMENT ET LA SOLITUDE"

L'enquête effectuée par le Conseil des Aînés du 1^{er} arrondissement auprès des plus de 60 ans a permis d'évaluer les besoins et ressources de notre territoire. Une permanence téléphonique a été mise en place par les membres du Conseil des Aînés afin d'accueillir, conseiller et orienter les aînés de l'arrondissement dans leurs démarches du quotidien. Ce forum sera aussi l'occasion de présenter les actions du Conseil des Aînés, de favoriser les rencontres et de mettre en relation les personnes du 1^{er}, pour lutter contre l'isolement.

Mairie du 1^{er}

Salle du conseil
2 place Sathonay
04 72 98 54 15

À 14H30

LECTURE-RECUEIL

En partenariat avec le lycée Saint-Louis Saint-Bruno.

Résidence Seniors Clos Jouve

10-12 rue Dominique Perfetti
04 72 00 38 50

À 15H

CONFÉRENCE

L'interculturalité, avec l'association "On the green road", accompagnée d'une exposition de photo.

EHPAD Saint-François d'Assise

18 rue Raymond
04 72 10 77 10

VENDEDI 11

À 10H

PROJECTION FILM DOCUMENTAIRE AMATEUR "LES IDENTITÉS"

Réalisé par une psychomotricienne et Samir Benrezzak, animateur, suivie d'un débat sur l'entrée en institution. L'animateur fait vivre ce projet en l'associant à la vie quotidienne de la maison de retraite et en l'intégrant à la vie associative du quartier. Ce film, par le biais des témoignages des résidents est un support original et interactif pour parler de l'identité, du vieillissement, de l'institution, au delà de l'établissement et permet aux équipes soignantes de voir les résidents autrement.

Maison Saint-Charles

14 rue Maisiat
04 72 10 98 50

2^e

LUNDI 7

DE 10H À 12H ET DE 14H À 16H

ATELIERS GÉNÉALOGIE

INSCRIPTION OBLIGATOIRE DU LUNDI AU VENDREDI DE 14H À 16H30

Relais Amical Malakoff Médéric

81 rue de la République
04 78 62 22 98
ramm.lyon69@orange.fr

DE 15H A 17H

VOULEZ-VOUS DANSER ?

Éveillez vos plus jolis souvenirs en musique, en chantant et dansant avec les ateliers Voix d'or.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Mairie du 2^e

2 rue d'Enghien
04 72 77 46 02



MARDI 8

À 9H

À TABLE !

Partagez un petit déjeuner convivial avec les habitants de la résidence.

Tarif : 4 €

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Résidence Seniors Georges Rinck

66 cours Suchet
04 78 42 77 82

DE 15H A 17H

TENDEZ L'OREILLE : ATELIER SONS ET EXPRESSIONS

Exercez-vous à reconnaître des sons oubliés et jouez avec la langue française à partir d'expressions avec les ateliers Voix d'or.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Mairie du 2^e

2 rue d'Enghien
04 72 77 46 02

À 15H

SPECTACLE LOS CARLOS

Des rythmes latinos pour voyager, se déhancher et s'amuser !

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Résidence Seniors Georges Rinck

66 cours Suchet
04 78 42 77 82



MERCREDI 9

DE 10H À 12H

PREMIERS PAS SUR TABLETTE

Découvrez comment fonctionne une tablette tactile, et ses multiples applications : services publics, livres interactifs, jeux de lettres et de mots, etc. Tablettes tactiles fournies pour la durée de l'atelier.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Bibliothèque du 2^e

13 rue de Condé
04 78 38 60 00
bm-lyon.fr



●●●
DE 15H À 17H



IL ÉTAIT UNE FOIS... ATELIER CONTES ET LECTURES

Faites appel à votre imagination et à votre esprit collaboratif pour cet exercice d'écriture en groupe avec les ateliers Voix d'or.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Mairie du 2^e
2 rue d'Enghien
04 72 77 46 02

À 15H



DÉCOUVERTE !

Vous aimez la musique ? Visitez la salle de concert Le Périscope, lieu dédié aux musiques innovantes depuis 12 ans au cœur de Perrache. Rencontrez Pierre Glorieux, musicien, en pleine création d'un solo de basson.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AUPRÈS D'ALICE ROUFFINEAU

Le Périscope
13 rue Delandine
04 78 38 89 29
periscope.mediation@gmail.com
periscope-lyon.com

MERCREDI 9

À 15H



LOTO

Venez tenter votre chance en faisant un carton plein !

Tarif : 2 € le carton

Résidence Seniors Georges Rinck
66 cours Suchet
04 78 42 77 82

JEUDI 10

DE 10H30 À 12H



APÉRO QUIZZ

Orthographe, art, musique...

La Mairie du 2^e vous invite à tester vos connaissances et à faire appel à votre mémoire pour gagner des cadeaux !

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Mairie du 2^e
2 rue d'Enghien
04 72 77 46 02

À 12H

MAMMA MIA !

Succombez aux saveurs de la cuisine italienne avec ce repas convivial et coloré, concocté par le chef cuisinier !

Prix du repas : 17 € par personne.

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

Restaurant-Club Condé
5 rue de Condé
06 20 75 53 08



VENDREDI 11

DE 10H À 12H



ÇA TOMBE BIEN !

Découvrez comment rendre votre quotidien plus sûr avec des astuces pour aménager votre logement, pièce par pièce. Cassandra et Philippe (infirmier) vous expliqueront également comment vous relever ou aider une personne en cas de chute.

Avec l'association Alerte.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Mairie du 2^e
2 rue d'Enghien
04 72 77 46 02



À 14H30

1, 2, 3 BRIDGEZ !

Faites vos enchères, déterminez l'atout, le nombre de levées et hop, c'est parti pour un après-midi de jeu !

ENTRÉE LIBRE SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Georges Rinck
66 cours Suchet
04 78 42 77 82

SAMEDI 12

DE 9H À 16H



VIDE-GRENIERS ET PETIT MARCHÉ

Faites le plein de bonnes affaires, de confitures et d'objets en bois confectionnés par les résidents tout au long de l'année.

Résidence Seniors Georges Rinck
66 cours Suchet
04 78 42 77 82

DATE À DÉFINIR

DE 9H À 15H30



FAITES-VOUS POMPONNER !

La Mairie du 2^e vous propose une mise en beauté du visage et des mains offerte par les élèves de l'École Peyrefitte. Animation réservée aux seniors de l'arrondissement.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE À LA MAIRIE DU 2^E

École Peyrefitte
21-24 quai Tilsitt
04 72 77 46 02

À 15H

PAUL BERLIET, VISIONNAIRE

Découvrez la personnalité et l'œuvre de ce célèbre constructeur de poids lourds lyonnais par la voix de Monique Chapelle, vice-présidente de la Fondation de l'Automobile Marius Berliet.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE DU LUNDI AU JEUDI DE 14H À 17H

Bellecour Association
9 place Antonin Poncet
04 78 42 36 36
bellecour.association@orange.fr



© Alexandra Berger

Retrouvez l'intégralité du programme de la Semaine Bleue du 2^e dans la lettre des Seniors, disponible en Mairie d'arrondissement durant le mois de septembre.

3^e

LUNDI 7

DE 14H30 À 15H30

ÉCRITURE/CRÉATION DE POÉSIES

La résidence Omeris propose de travailler sur un atelier « écriture/ création de poésies » sur le thème, entre autres, de la bienveillance citoyenne, à partir des souvenirs des participants. Cet atelier fait appel à la mémoire et à la motricité par l'écriture.

Résidence Omeris Part Dieu

105 rue Mazenod
04 72 60 17 17

DE 14H30 À 16H30

APRÈS-MIDI DÉCOUVERTE DE LA BIB'A DOM'

La bibliothèque à domicile vous propose des lectures publiques par plusieurs membres de l'association, sur des thèmes variés, succédées par des commentaires d'auditeurs qui le souhaiteront.

Mairie du 3^e

Salle des mariages
18 rue François Garcin
bibadomlyon@yahoo.fr



© Pixabay

DE 15H À 16H

GOÛTER

Goûter festif autour du pain perdu.

Korian Bellecombe

47 rue Dunois
04 72 60 58 00

MARDI 8

DE 9H À 17H

PORTES OUVERTES À L'APPARTEMENT ELSA

Visite gratuite de l'appartement ELSA (Équiper son Logement en Solutions Adaptées), et démonstrations d'aides techniques par l'équipe d'ergothérapeutes du CRIAS. **INSCRIPTION OBLIGATOIRE**
4 visites d'1h30
9h à 10h30 ; 10h45 à 12h15 ; 13h45 à 15h15 ; 15h30 à 17h.

Appartement ELSA

28 rue Étienne Richerand
04 78 62 98 24
elsa@criasmieuxvivre.fr

RÉSERVEZ

DE 14H À 16H

CRÉATION D'UN LIVRE DE RECETTES PARTAGÉES

Venez avec votre recette et apprenez à mettre en forme une recette de cuisine avec le traitement de texte Libre Office Writer. Vous pourrez partager vos astuces et repartir avec de bonnes idées et un livret de recettes.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Bibliothèque Part-Dieu 3^e

Espace numérique Part-Dieu
30 boulevard Vivier Merle
04 78 62 19 79

DE 14H30 À 17H

CHANSONS OLFACTIVES & ATELIER OLFACTIF

Spectacle interactif « Sentons sous la pluie » : chantons ensemble sur des airs connus et odorants ! Suivi d'un atelier olfactif sur l'univers des parfums : les particularités de l'odorat, présentation de quelques essences et d'un parfum mystère, les bienfaits sur le cerveau de la stimulation olfactive, relaxation olfactive en fin d'atelier.

Animé par Thierry Petitbon (olfactothérapeute) et Serge Sommer (comédien et chanteur).

Mairie du 3^e

Salle des mariages
18 rue François Garcin
t.petitbon@laposte.net

RÉSERVEZ

RÉSERVEZ



© Freepik

DE 15H À 17H

RÉALITÉ VIRTUELLE

Venez tester un casque de réalité virtuelle : petits films de quelques minutes en immersion totale.

ACPPA les Cristallines

14 rue Guilloud
04 72 11 42 00

À 15H

LIRE OU FAIRE LIRE

Venez avec vos poèmes, extraits de textes ou de romans, brèves de comptoirs... Ensemble, partageons nos coups de cœur autour d'un « Goûter-thés ».

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Le Pari Solidaire Lyon

59 rue Antoine Charial
06 10 33 15 49
association.leparisolidairelyon@neuf.fr

DE 15H30 À 16H30

ATELIER DE TRAVAUX MANUELS

Confection d'une œuvre avec des déchets recyclés.

Korian Bellecombe

47 rue Dunois
04 72 60 58 00

MERCREDI 9

DE 9H30 À 11H45

INITIATION AU QI GONG ET AUTOMASSAGES

COURS ET PRÉSENTATION GRATUITE, POUR TOUS.

DE 10H45 À 11H45

INITIATION AU TAÏ CHI CHUAN

Animateurs : Guy Grenard et Maryvonne Beguier (CODAP, Club Omnisports des Activités Physiques). **COURS ET PRÉSENTATION GRATUITE, POUR TOUS.**

Mairie du 3^e

Salle des mariages
18 rue François Garcin
g.grenard@orange.fr



© Muriel Chautlet



●●●
DE 10H À 12H30

RÉSERVEZ

CONFÉRENCE : BIEN VIEILLIR

INSCRIPTION OBLIGATOIRE LE MATIN AU 04 72 91 99 40

CRIAS Mieux Vivre
1 cours Albert Thomas
vosservicesenligne.carsat-ra.fr/accueil/retraites

À 15H30

VERNISSAGE DE L'EXPOSITION PHOTOS DES RÉSIDENTS DE L'EHPAD VILLETTE D'OR

Les résidents ont posé en uniformes qu'ils portaient en situation professionnelle.

EHPAD Villette d'Or
34 avenue Georges Pompidou
04 72 33 45 84

DE 16H À 17H15

RÉSERVEZ

VOYAGE EN REALITÉ VIRTUELLE

Venez voyager depuis la bibliothèque avec la réalité virtuelle : explorez des destinations nouvelles sans quitter votre domicile, ou presque... et communiquez sur cette expérience avec vos proches.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Bibliothèque Part-Dieu 3°
Espace numérique Part-Dieu
30 boulevard Vivier Merle
04 78 62 19 79

DE 16H À 19H

RÉSERVEZ

TENNIS DE TABLE CHALLENGE MICHEL VUAILLAT

Ouvert à ceux qui savent tenir une raquette. Des jeunes et des seniors réunis pour réaliser ensemble l'échange le plus long.
Animateur : Philippe Gesset, association PLVPB (Patronage Laïque Villette Paul Bert).

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Gymnase Rebatel
25 Rue Rebatel
06 07 15 57 69

JEUDI 10
À 13H45

RANDONNÉE PÉDESTRE

Un parcours pour découvrir ou redécouvrir le 3^e arrondissement.
Départ : parvis de la mairie du 3^e, 18 rue François Garcin
Arrivée : siège du CODAP, place de Milan
Parcours en cours d'élaboration. Annulé si très mauvais temps.
Animateur : Francisco Diaz (CODAP, Club Omnisports des Activités Physiques).
diaz.francisco@orange.fr



DE 15H30 À 16H30

CONCERT GUITARE / VOIX

Les chansons d'autrefois.

Korian Bellecombe
47 rue Dunoir
04 72 60 58 00

VENDREDI 11
DE 9H30 À 11H45

RÉSERVEZ

INITIATION AU QI GONG ET AUTOMASSAGES

COURS ET PRÉSENTATION GRATUITE, POUR TOUS.

DE 10H45 À 11H45

RÉSERVEZ

INITIATION AU TĀI CHI CHUAN

Animateurs : Guy Grenard et Maryvonne Beguier (CODAP, Club Omnisports des Activités Physiques).
COURS ET PRÉSENTATION GRATUITE, POUR TOUS.

Mairie du 3°
Salle des mariages
18 rue François Garcin
g.grenard@orange.fr

DE 14H À 16H

RÉSERVEZ

TISSER DES LIENS ENTRE VOISINS

Venez découvrir les différentes possibilités d'entrer en relation avec vos voisins : participer aux réseaux sociaux alternatifs, s'échanger des services entre voisins, entretenir la vie de quartier.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Bibliothèque Part-Dieu 3°
Espace numérique Part-Dieu
30 boulevard Vivier Merle
04 78 62 19 79

À 14H30

RÉSERVEZ

DICTÉE INTERGÉNÉRATIONNELLE

Animation réservée aux seniors (les jeunes viendront de classes de collèges invités). Des équipes composées de seniors et de jeunes « travailleront » ensemble et une fois la dictée terminée une correction de groupe sera effectuée. Puis un tirage au sort attribuera quelques lots et l'animation se terminera par un goûter en commun. Avec la complicité du Conseil de quartier Villette Paul Bert.

Mairie du 3°
Salle des mariages
18 rue François Garcin
04 78 95 83 64

À 14H30

RÉSERVEZ

CONFÉRENCE / DÉBAT

Seniors et informatique : quelle situation et quelles aides ?

Organisé par la CFDT retraités du Rhône et par la Macif avec la participation de l'association Passerelle, PIMMS et Unis Cités, débat suivi d'un pot de l'amitié.

ENTRÉE LIBRE

Château de Sans Soucis
36 avenue Lacassagne
Informations auprès de Françoise Friez
06 30 34 60 72





DE 15H À 16H30

PARCOURS INTERGÉNÉRATIONNEL

Parcours ludique et sportif pour sensibiliser au recyclage et à l'écologie. Multiples stands sur le thème de la planète : alimentation de saison, recyclage, sport...

Korian Bellecombe
47 rue Dunoir
04 72 60 58 00

À 15H30

CHORALE « LA VALENTINE » ET GOÛTER FESTIF

EHPAD Villette d'Or
34 avenue Georges Pompidou
04 72 33 45 84

DURANT TOUTE LA SEMAINE

PORTES OUVERTES AUX ACTIVITÉS SENIORS

- À la Maison pour Tous des Rancy.
- **Cyber seniors** : mardi et vendredi de 10h à 12h
 - **Yoga adapté** : mardi de 10h45 à 12h et de 14h30 à 15h45
 - **Gymnastique bien-être** : mardi de 10h à 11h - jeudi de 16h à 17h
 - **Danses folkloriques** : mardi de 14h30 à 16h30
 - **Jeux de société** : jeudi de 14h à 16h
 - **Atelier mémoire** : vendredi de 10h à 11h30
 - **Chorale** : vendredi de 14h30 à 16h30

Programme soumis à modification
Informations au 04 78 60 64 01

Maison pour Tous des Rancy
249 rue Vendôme
maisonpourtous@salledesrancy.com

« BIENVEILLANCE CITOYENNE » EHPAD MA DEMEURE-PHILOMÈNE MAGNIN

Ce thème nous est apparu comme une évidence. Les citoyens bienveillants en dehors de l'équipe de professionnels, c'est notre équipe de bénévoles, des personnes animées par des passions qu'ils partagent à travers leurs accompagnements.

Nous vous invitons à venir découvrir notre équipe de bénévoles, leur bienveillance et leurs passions à travers des ateliers qui se tiendront toute la semaine : gym douce, contes, lecture, jardinage, réalité virtuelle, réflexologie,...

Pour toute information concernant les ateliers, merci d'appeler début octobre le secrétariat de l'EHPAD Ma Demeure-Philomène Magnin
04 72 91 23 00



4^e

LUNDI 7
À 15H

ATELIER JEUX D'ADRESSE ET INTERACTIF

Avec la « Table magique Tovertafel ». Venez partager une après-midi récréative autour de divers jeux d'adresse et interactif avec le personnel et l'association des Blouses Roses. Un goûter vous sera également proposé sur place.

ENTRÉE LIBRE SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors & EHPAD Marius Bertrand

14 rue Hermann Sabran
04 37 40 81 82
04 78 30 38 10

À 15H

« NOUVEAU REGARD »

Atelier ludique animé par Sandra Morales, psychomotricienne au CCAS de la Ville de Lyon. Amenez vos photos d'enfance, temps de partage et d'échange autour de ces photos. Puis dans un second temps, choisir une ou deux photos par personne et à l'aide d'accessoires, de vêtements, reproduction des photos choisies aujourd'hui.

Exposition des photos avant/après dans la résidence pour amener les citoyens à changer leur regard sur les seniors.

Résidence Seniors Jacques-Louis Hénon
64 boulevard des Canuts
Informations et réservations :
04 78 29 09 40

DE 15H30 À 16H30

« PARLONS DE CITOYENNETÉ »

Table ronde pour échanger sur la notion de citoyen et d'esprit civique.
GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Résidence Orpée Croix-Rousse
19 rue Philibert Roussy
04 72 00 61 00

MARDI 8
DE 9H30 À 10H15

SÉANCE DÉCOUVERTE ENVOL DU MATIN

Éveil corporel dansé proposé par la Cie TramaLuna .

Séquences courtes, seul, à deux, à plusieurs, associant mouvements lents, et sens de l'équilibre Prévoir une tenue de ville, chaude et confortable. Accessible à tous

Cour de la Maison des Associations
(ou atrium si mauvais temps)
28 rue Denfert-Rochereau
06 14 31 28 42



© Muriel Chaulet

DE 10H À 17H

LE FORUM : SENIORS, ENSEMBLE À LA CROIX-ROUSSE

La Mairie du 4^e vous propose de rencontrer l'ensemble des acteurs de l'arrondissement pour répondre à toutes vos questions et faire découvrir leurs activités (solidarités, logements, culture, loisir, sports). Animations, démonstrations, conférences ponctueront cette journée.

ENTRÉE LIBRE

Maison des Associations

28 rue Denfert-Rochereau
04 72 98 23 60

DE 13H45 À 16H45

ATELIER MANUEL

Avec récupération de matériaux tels que rouleaux papier toilette, opercule canettes... et exposition des précédents ateliers manuels.

Participation : 5 €

Arcades Santé

Salle d'animations
24b rue Bournes
06 22 04 79 41 (Chantal)

MERCREDI 9

DE 8H30 À 9H15

SÉANCE DÉCOUVERTE ENVOL DU MATIN

Éveil corporel dansé proposé par la Cie TramaLuna

Séquences courtes, seul, à deux, à plusieurs, associant mouvements lents, et sens de l'équilibre. Prévoir une tenue de ville, chaude et confortable. Accessible à tous.

Square Bernard Frangin

122 boulevard de la Croix-Rousse
06 14 31 28 42

DE 10H À 11H

ATELIER CUISINE

Avec les enfants de la crèche Graines d'étoiles. Accompagner les jeunes enfants dans la découverte de la cuisine.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Centre social Pernon

27 rue Pernon
04 78 29 90 44

DE 15H À 17H

À NOS SOUVENIRS !

Zoom sur ces savoirs d'hier qui sont bons pour notre avenir.

Certaines connaissances, savoir-faire, objets d'autrefois reviennent sur le devant de la scène car ils préservent notre planète.

Venez les découvrir ou les redécouvrir au travers de divers ateliers participatifs et intergénérationnels proposés par l'association Entour'âge Solidaire.

GRATUIT, OUVERT À TOUS ET SANS INSCRIPTION

Maison des Associations

28 rue Denfert-Rochereau
Salle polyvalente
06 10 98 05 98

JEUDI 10

À 15H

« C'EST UN CLICHÉ ! »

Atelier ludique animé par Sandra Morales, psychomotricienne au CCAS de la Ville de Lyon. Amener les citoyens à changer leur regard sur les seniors.

Résidence Seniors Marius Bertrand

14 rue Hermann Sabran
04 37 40 81 80



À 15H

QUIZZ DES ANNÉES 1930 À 1970

Venez participer au quizz sur des questions d'actualité, de vie quotidienne et de loisirs, des années 1930 à 1970.

ENTRÉE LIBRE SANS INSCRIPTION

EHPAD Marius Bertrand

14 rue Hermann Sabran
04 78 30 38 10



© Pixabay

DE 15H À 16H

ATELIER CHANSONS

Avec Paul Huger

Cours de chant autour de chansons d'hier et d'aujourd'hui.
GRATUIT

Résidence Orpée Croix-Rousse

19 rue Philibert Roussy
04 72 00 61 00

VENDREDI 11

DE 14H30 À 16H30

EXPOSITION D'ŒUVRES D'ART

Exposition d'œuvres d'art surprenantes et uniques réalisées par les résidents de l'Hôpital Dugoujon tout au long de l'année, grâce à différentes techniques et matériaux, le handicap n'étant en rien un frein à la créativité et l'imagination de chacun ! Pour cette inauguration, un buffet sucré sera proposé.

DU 11 OCTOBRE
AU 15 NOVEMBRE
Exposition permanente.

Hôpital Gériatrique Docteur Frédéric Dugoujon

14 rue Pasteur, Caluire
04 72 07 18 18

SAMEDI 12

DE 12H15 À 15H

REPAS INTERGÉNÉRATIONNEL

Les marmitons de Pernon vous invitent à un repas zéro gaspillage.

Tarif : 8 € adulte, 4 € enfant

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT LE MERCREDI 9 OCTOBRE

Centre social Pernon

27 rue Pernon
04 78 29 90 44



© Pixabay

5^e

LUNDI 7

DE 12H30 À 17H

LES SENIORS ONT DU TALENT

C'est autour d'un apéritif déjeunatoire que nous partagerons le savoir-faire de seniors aux talents insoupçonnés. Diverses activités créées par nos adhérents : le tricot, la pâte à sel, le pergamano, le collage 3D... Rejoignez-nous pour ce moment chaleureux et convivial.

Maison Dufour

25 rue Joliot Curie
06 62 09 29 62
leclapdu5eme@gmail.com

DE 14H À 16H

PERMANENCE SANTÉ

Avec Audrey Borne.

Entr'Aide dans le 5^e

40 rue Sœur Janin
04 78 83 13 77
entreaidedansle5eme@free.fr

MARDI 8

DE 10H À 12H

ATELIER EXCLUSIF : ORNAMENTARIAE, PARURES À LA ROMAINE

Nœud d'Hercule, serpent enroulé, perle, ambre, émeraude ou améthyste... Ces composants de bijoux tant appréciés des Romaines traduisent richesse et signification symbolique. Un parcours dans les collections autour de la parure avant un temps d'atelier pour confectionner son bracelet à la mode antique.

**GRATUIT POUR LES SENIORS,
RÉSERVATION OBLIGATOIRE**

Lugdunum

Musée et Théâtres Romains
17 rue Cléberg
04 72 38 81 91
reservations.lugdunum@grandlyon.com

À 12H

REPAS ET CONFÉRENCE

Exposition de travaux manuels réalisés par des adhérentes de l'association Les Tamalous.

Tarif : 11 €

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT
LE VENDREDI 4 OCTOBRE**

Les Tamalous du 5^e

Mairie annexe

5 place du Petit Collège
06 87 60 64 33
denise.soudy@free.fr



DE 14H30 À 16H

VISITE EXCLUSIVE : OTIUM, LE BIEN-ÊTRE DANS L'ANTIQUITÉ

Quels sont les secrets des Romains pour avoir « un esprit sain dans un corps sain », selon Juvénal, auteur latin ? Sport, massage et détente dans les thermes, beauté, méditation, loisirs ou plaisirs traduisent l'importance accordée par les Romains à leur temps libre et à leur bien-être.

**GRATUIT POUR LES SENIORS,
RÉSERVATION OBLIGATOIRE**

Lugdunum

Musée et Théâtres Romains

17 rue Cléberg
04 72 38 81 91
reservations.lugdunum@grandlyon.com

À 15H

ATELIER « C'EST UN CLICHÉ ! »

Animé par Sandra Morales, psychomotricienne au CCAS de la Ville de Lyon. Amener les citoyens à changer leur regard sur les seniors.

Résidence Seniors

Jean-Baptiste Charcot

34 rue Commandant Charcot
04 78 25 56 78
catherine.verelle@mairie-lyon.fr



DE 15H À 15H45

« SOUVENIRS DE POÉSIES EN MUSIQUES »

Les élèves musiciens du Conservatoire (CRR) présenteront un moment de poésie en musique. Privilégier les transports en commun.

RÉSERVATION CONSEILLÉE

Forum de l'Hôpital de Fourvière

1^{er} étage
10 rue Roger Radisson
04 72 57 30 27
animation@hopital-fourviere.fr

DE 15H À 16H

ATELIER CONTES

EHPAD Étoile du Jour

94 rue Pierre Valdo
04 72 16 35 40

DE 15H À 16H30

RENCONTRE EN CHANSONS

Avec les enfants de l'école maternelle François Truffaut.

Entr'Aide dans le 5^e

40 rue Sœur Janin
04 78 83 13 77
entreaidedansle5eme@free.fr



MERCREDI 9

DE 10H À 17H

BRUNCH

Préparation le matin et dégustation à midi.

Entr'Aide dans le 5^e

40 rue Sœur Janin
04 78 83 13 77
entreaidedansle5eme@free.fr

DE 14H30 À 15H30

« JEANNE GARNIER (1811-1853), FONDATRICE DE L'HÔPITAL DE FOURVIÈRE, UNE CITOYENNE ENGAGÉE »

Paul Grange viendra nous présenter la vie et l'œuvre de la Lyonnaise Jeanne Garnier reconnue comme étant pionnière dans le domaine des soins palliatifs. Privilégier les transports en commun.

RÉSERVATION CONSEILLÉE

Forum de l'Hôpital de Fourvière

1^{er} étage
10 rue Roger Radisson
04 72 57 30 27
animation@hopital-fourviere.fr



DE 14H30 À 16H30

PORTES OUVERTES ET JEUX

Les professionnelles du PASA et les résidents vous accueillent afin de découvrir cet espace. Tous seront disponibles pour répondre à vos questions autour des soins et du fonctionnement du pôle. Des jeux pour tous les âges seront mis à disposition et propice à la rencontre avec les résidents, les familles...

EHPAD Saint-Camille

Pôle d'Activité et de Soins Adaptés
96 rue du Commandant Charcot
04 78 25 19 54
saint-camille@wanadoo.fr

À 15H

ATELIER INFORMATIQUE

Utilisation de tablettes dédiées aux seniors avec les jeunes du centre social de Champvert, ou jeux de société.

Participation de 2 € par personne

Entr'Aide dans le 5^e

40 rue Sœur Janin
04 78 83 13 77
entreaidedansle5eme@free.fr





© Droits réservés

DE 15H À 17H

CONFECTION D'UN BOUQUET DE FLEURS

Venez réaliser un bouquet sur le thème de la bienveillance avec les Blouses Roses.

EHPAD Étoile du Jour

94 rue Pierre Valdo
04 72 16 35 40

JEUDI 10

DE 10H À 12H

LUGDUNUM, ATELIER EXCLUSIF : ORNAMENTARIAE, PARURES À LA ROMAINE

Nœud d'Hercule, serpent enroulé, perle, ambre, émeraude ou améthyste... Ces composants de bijoux tant appréciés des Romains traduisent richesse et signification symbolique. Un parcours dans les collections autour de la parure avant un temps d'atelier pour confectionner son bracelet à la mode antique.

GRATUIT POUR LES SENIORS,
RÉSERVATION OBLIGATOIRE

DE 14H30 À 16H

LUGDUNUM, VISITE EXCLUSIVE : OTIUM, LE BIEN-ÊTRE DANS L'ANTIQUITÉ

Quels sont les secrets des Romains pour avoir « un esprit sain dans un corps sain », selon Juvénal, auteur latin ? Sport, massage et détente dans les thermes, beauté, méditation, loisirs ou plaisirs traduisent l'importance accordée par les Romains à leur temps libre et à leur bien-être.

GRATUIT POUR LES SENIORS,
RÉSERVATION OBLIGATOIRE

Lugdunum Musée et Théâtres Romains

17 rue Cléberg
04 72 38 81 91
reservations.lugdunum@grandlyon.com

À 15H

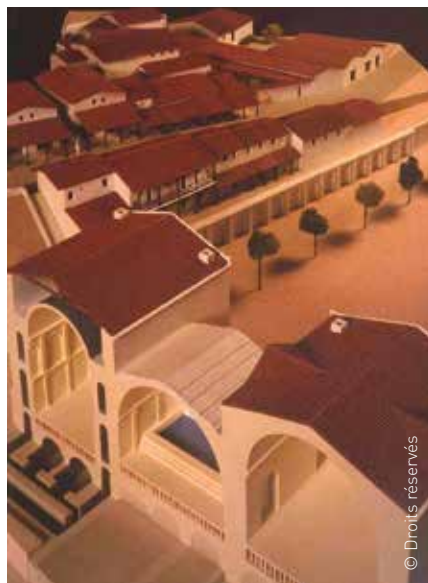
CONFÉRENCE « HISTOIRE DE LYON DE LUGDUNUM À CONFLUENCE »

Animée par Cédric Berlingerie,
CB Conférence.

ENTRÉE LIBRE SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Jean-Baptiste Charcot

34 rue Commandant Charcot
04 78 25 56 78
catherine.verelle@mairie-lyon.fr



© Droits réservés

VENDREDI 11

DE 9H À 12H

COURSES DU MOIS

Accompagnent des adhérents au supermarché

Entr'Aide dans le 5^e

40 rue Sœur Janin
04 78 83 13 77
entreaidedansle5eme@free.fr



© Pixabay



DE 10H À 12H

SILVER XIII ÉQUILIBRE

Présentation du programme par le Comité du Rhône de Rugby à XIII. Ateliers ludiques et variés avec échauffement, renforcement musculaire, exercice d'équilibre et d'endurance.

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

Mairie du 5^e

Salle rez-de-jardin
14 rue Dr Edmond Locard
04 72 38 45 97
mairie5.cabinet@mairie-lyon.fr



DE 14H30 À 15H30

« ENSEMBLE, CONSTRUISONS NOTRE CITÉ »

Création intergénérationnelle avec les enfants de l'école maternelle de la Sarra, les patients de l'Hôpital de Fourvière, les bénévoles de l'association des ABH (Association des Bibliothécaires des Hôpitaux) et les « Blouses Roses ». Privilégier les transports en commun.

RÉSERVATION CONSEILLÉE

Forum de l'Hôpital de Fourvière

1^{er} étage
10 rue Roger Radisson
04 72 57 30 27
animation@hopital-fourviere.fr



© Muriel Chautlet

DE 15H À 16H

DÉBAT SUR LA BIENVEILLANCE CITOYENNE

EHPAD Étoile du Jour

94 rue Pierre Valdo
04 72 16 35 40

DATE À DEFINIR

CONFÉRENCE LIBERTÉ ET FRAGILITÉ

Par le Dr Sabiha Ahmine, médecin gériatre et psychogériatre et Manon Afonso Martins, psychomotricienne. La fragilité des personnes âgées souffrants de polyopathologies ou d'handicaps multiples comme la maladie d'Alzheimer et apparentée, ne doit pas devenir une entrave à la liberté. Plusieurs travaux et expériences plaident pour des approches alternatives éthiques respectant la dignité et le choix de la personne avec un regard particulier aux capacités de résilience des uns, mais aussi les gestes de bienveillance et de solidarité ou d'humanité des autres.

Résidence Tiers Temps Lyon

40 rue des Granges
04 72 38 64 64
qualivie-tt-lyon@domusvi.com



© Pixabay

6^e

LUNDI 7

À 14H30

« ATELIER BIEN-ÊTRE »

Se sentir bien dans sa peau. Prendre soin de soi. Harmonie du corps et de l'esprit, voilà ce que l'Ayurvédâ vous propose. Venez en découvrir les techniques et bienfaits. L'animation sera suivie d'un goûter convivial

Résidence Tête d'Or
86 boulevard des Belges
04 37 47 32 70

MARDI 8

À 14H30

CHORALE « EN'CHANTÉE »

Animation musicale par la Chorale « En'Chantée » initiée par France Alzheimer et la participation d'élèves musiciens du Collège Vendôme. L'animation sera suivie d'un goûter.

Accueil de jour « Le Parc »
85 rue Tronchet
04 78 89 41 35



© Pixabay

MERCREDI 9

À 9H30

« UN REPAS PARTAGÉ »

Venez partager le repas que vous aurez préparé en commun dans une ambiance conviviale, pendant la matinée !

Tarif du repas : 2 € (à verser le jour de l'animation)

INSCRIPTION À L'ACCUEIL DE LA MDMS AVANT LE 4 OCTOBRE
MDMS - 52 avenue Foch - 04 72 69 56 30

L'Escale Solidaire du 6^e
78 rue Tronchet
04 26 83 93 83

À 14H

« MERCREDI EN CHANTANT »

Prestation des chorales « La Valentine », « Saint-Joseph des Brotteaux » et « Point d'Orgue ». L'animation sera suivie d'un goûter.

Mairie du 6^e
Salle du Conseil
58 rue de Sèze
04 72 83 15 07

À 14H30

ANIMATION AUTOUR DU PARTAGE AVEC LES ENFANTS

Avec l'équipe de la Résidence Seniors Adolphe Thiers.

- 1^{er} jeu : « Partager » autour des fêtes que nous connaissons
- 2^e jeu : « Le jeu du feu d'artifice » : prendre conscience de sa place dans le groupe

Résidence Seniors Adolphe Thiers
Salon de la résidence
171 avenue Thiers
04 78 52 99 31



À 15H

« LA CHANSON FRANÇAISE ET LA POÉSIE »

Conférence illustrée via télévision et animée par Adrien Bostmambrun, Diplômé d'histoire, auteur de plusieurs livres traitant notamment d'histoire lyonnaise et régionale.

Résidence Seniors Georges Cuvier
Salon de la résidence
152 rue Cuvier
04 78 52 65 12

JEUDI 10

À 14H

« CIRCUIT DÉCOUVERTE »

Circuit découverte du patrimoine lyonnais autour de l'Hôtel du Gouverneur. Organisé par les services d'aide à domicile de Lyon 6^e : Âges et Perspectives, APEF Services, Onela (Bien à la Maison), Domidom, avec l'association Cœur de Quartier.

Point de départ : Hôtel du Gouverneur
38 avenue Foch

Retour à la MDMS à 16h.
Balade suivie d'un goûter à la MDMS.

Vous êtes bénéficiaire ? Proche aidant ? Intervenant à domicile ? Inscription auprès de votre agence SAAD aux numéros habituels

Maison de la Métropole pour les Solidarités
52 avenue Maréchal Foch



DE 14H À 16H

« FAIRE SES PREMIERS PAS SUR TABLETTE »

Qu'est-ce qu'une tablette ? À quoi sert-elle ? Découvrez cet ordinateur particulier ainsi qu'une sélection d'applications pratiques et indispensables : recherche internet, vidéos...
Tablettes tactiles fournies pour la durée de l'atelier.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Bibliothèque du 6^e
35 rue Bossuet
04 72 53 58 32
bm-lyon.fr

À 15H

« PARCOURS LUDIQUE ET JEU D'ÉQUIPE »

À travers un parcours ludique, venez redécouvrir votre ville, votre quartier, vous creuser les méninges et tester votre adresse. Atelier animé par Léa Palombi, psychomotricienne au CCAS de la Ville de Lyon. L'animation sera suivie d'un temps convivial autour d'un goûter partagé.

Résidence Seniors Adolphe Thiers
Salon de la résidence
171 avenue Thiers
04 78 52 99 31

VENDREDI 11

DE 10H À 11H30

« LE MUSÉE DES CONFLUENCES SE DÉPLACE ! »

Animation sur des collections choisies en lien avec l'environnement.

Maison de la Métropole pour les Solidarités
52 avenue Maréchal Foch



© Pixabay

À 14H30

« SCRABBLE DUPLICATE »

Venez jouer en « duplicate ». Suivi du verre de l'amitié.
INSCRIPTION AU 04 78 24 51 96 DE 14H À 17H.

Club Chèvrefeuille
97 rue Boileau

LES ANIMATIONS DU 6^e ARRONDISSEMENT VOUS SONT PROPOSÉES EN COLLABORATION AVEC :

GRANDLYON
la métropole

Pour plus d'informations :
Maison de la Métropole pour les Solidarités de Lyon 6^e
04 26 83 93 83

7^e



LUNDI 7

À 9H



PETIT-DÉJEUNER « BIO DYNAMIQUE »

Venez découvrir une autre façon de démarrer la journée en prenant soin de sa santé et de la planète ! Des produits équilibrés issus de producteurs locaux ou du commerce équitable.

5 places disponibles pour les non-résidents (tarif 3,5 €).

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Résidence Seniors Marc Bloch

Salon de la résidence
13 rue Marc Bloch
04 72 72 95 95



DE 9H30 À 10H30
DE 10H30 À 11H30

ATELIERS SPORTS DOUX : « SILVER XIII ÉQUILIBRE »

Séance de découverte de mouvements doux basés sur les entraînements de rugby.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Jean Jaurès

286 avenue Jean Jaurès
04 78 72 69 26



À 14H15

ATELIER RELAXATION

Avec Cyrielle.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Orpée Gambetta

Salon d'animation
348 rue André Philip
04 72 72 39 39

DE 15H À 16H30

CONFÉRENCE « LES CÉLÉBRITÉS DE PASSAGE À LYON »



GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Jean Jaurès

Salon Orchidée 2^e étage (ascenseur)
286 avenue Jean Jaurès
04 78 72 69 26

MARDI 8

DE 10H À 12H

CONFÉRENCE « LES SOLUTIONS TECHNIQUES ET FINANCIÈRES POUR RESTER CHEZ SOI EN TOUTE AUTONOMIE »

Animée par un ergothérapeute du CRIAS, un professionnel de Soliha et un travailleur social de la Scic Les 3 Colonnes. Venez découvrir comment votre logement peut être aménagé ou adapté et les financements possibles.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Mairie du 7^e

16 place Jean Macé
04 72 73 68 31

DE 10H30 À 11H30

ATELIER SPORTS DOUX : « BASKET SANTÉ »



Animé par l'association ALGM.

Séance de découverte de mouvements doux basés sur les entraînements de basket.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Jean Jaurès

Salon Orchidée 2^e étage (ascenseur)
286 avenue Jean Jaurès
04 78 72 69 26



À 11H

DÉCOUVRONS LA ZENITUDE !

Détente et convivialité autour de la pratique du Qi Gong, gymnastique chinoise fondée sur la respiration et la concentration.

Séance découverte animée par Nicolas Favier, Diplômé en Qi Gong, suivie d'une dégustation de jus de fruits frais. Prévoir une tenue décontractée.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Marc Bloch

Salon de la résidence
13 rue Marc Bloch
04 72 72 95 95



À 14H30

ATELIER CRÉATIF « ART ET RÉCUP »



Animé par Marie Zimmer, artiste en Arts Appliqués. Réalisez une création originale à partir de matériaux de récupération.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Domitys Le Pont des Lumières

Salon de la résidence
20 route de Vienne
04 37 70 74 00

À 14H30

LOTO

Animé par M. Bachar, bénévole. De nombreux cadeaux à gagner, convivialité assurée !

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Association Patio des Aînés

5 rue Louis Dansard
06 62 68 35 98

À 14H30

ATELIER « LES CLÉS D'UN VIEILLISSEMENT RÉUSSI »

Animé par Christiane Vannier, médecin Directeur CPBVAA Lyon.

Le vieillissement n'est pas une fatalité. Il est lié pour 30 % à la génétique et pour 70 % à nos comportements de vie. Soyons acteurs de notre vieillissement...

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Mairie du 7^e

Salle des Mariages
16 place Jean Macé
04 72 73 68 31

À 15H

ATELIER « AGIR POUR LA BIODIVERSITÉ »



Animé par Pauline Fayard, animatrice, et La Ligue pour la Protection des Oiseaux. Venez fabriquer votre nichoir à mésanges afin de favoriser la présence des oiseaux dans notre arrondissement...

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Korian Gerland

6 rue Ravier
04 72 76 36 50



À 15H

CONFÉRENCE-DÉBAT : « LA BIENVEILLANCE CITOYENNE »



Animé par Karine Gravelin, psychologue.

La bienveillance citoyenne se cultive ! Nous vous invitons à venir échanger

sur le thème de la communication bienveillante et tenterons d'apporter des réponses aux questions suivantes :

- Quelle définition partageons-nous de la bienveillance citoyenne ?
- Qu'entendons-nous par communication bienveillante ?
- Comment formulons-nous nos attentes ?

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Atlantis

Salon de la résidence
43 rue Père Chevrier
04 37 37 15 37





À 15H30

BALAI ET DÉFILÉ DU GROUPE VIVA VENISSIMA

Thématique : le Moyen-Âge.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Orpée Gambetta

Salon d'animation
348 rue André Philip
04 72 72 39 39

MERCREDI 9

DE 10H À 12H

TABLE RONDE

« La déficience visuelle à l'heure du vieillissement de la population, questionnements et leviers d'actions ». Venez découvrir comment notre société peut s'adapter à la déficience visuelle. Témoignages pour comprendre et répondre à vos interrogations.



DE 14H À 16H

ATELIER

« Agir ensemble pour une meilleure prise en compte de la déficience visuelle ». Partageons ensemble des solutions pour une société inclusive et bienveillante.

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES POUR CES DEUX ANIMATIONS

Résidence Les Girondines

5^e étage
16 allée Eugénie Niboyet
04 72 76 85 20
animation@girondines.fr

DE 14H À 14H45

DE 15H À 15H45

DÉCOUVRIR LES JEUX VIDÉOS

La bibliothèque de Gerland vous invite, à travers une animation pour les jeunes et les moins jeunes, à une initiation de 45 minutes aux jeux vidéo. Venez partager un moment convivial et intergénérationnel. Deux horaires vous sont proposés.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Bibliothèque de Gerland

34 rue Jacques Monod
04 26 99 77 10



À 14H15

ATELIER FLORAL

Avec Myriam Lefevre, fleuriste.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Orpée Gambetta

Salon d'animation
348 rue André Philip
04 72 72 39 39



À 15H

AIDE & COLLECTE : « BULLES DE SAVON »

Collecte de produits de toilette organisée du 3 au 9 octobre par les résidents de Marc Bloch, au profit de l'association AJD, qui accompagne les personnes les plus fragiles à retrouver leur place dans la société et à construire leur avenir.

Goûter intergénérationnel avec des jeunes de l'association et remise de la collecte. Venez avec 1 gel douche et/ou 1 shampoing !

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Marc Bloch

Salon de la résidence
13 rue Marc Bloch
04 72 72 95 95



DE 15H À 17H

LECTURES PARTAGÉES

Lectures partagées avec les bénévoles de l'École des Grands-Parents Européens et quelques-uns de leurs petits-enfants. Les lectures seront des textes tirés de la littérature classique, des poésies et des textes de souvenirs écrits au sein de notre atelier d'écriture.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Dolce Vita

2 rue Jean Gay
06 69 58 72 93



JEUDI 10

DE 9H À 12H

PORTES OUVERTES : ACCOMPAGNER LES SENIORS EN GARANTISSANT LE « BIEN VIVRE CHEZ SOI »

Demi-journée « portes ouvertes » pour découvrir nos installations et nos dispositifs d'accompagnement pour préserver l'autonomie (détection des signaux précoces annonciateurs de fragilité...)

La visite sera suivie d'un atelier "Construire ensemble", animé par Marie Bonin, art-thérapeute, en vue d'une création commune et écologique. Il sera suivi d'un brunch.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Résidence les Gentianes

22 rue Elie Rochette
04 78 69 92 85
lesgentianes@papavl.fr

DE 9H À 12H

ATELIER « J'ENTRETIENS MON CORPS ET MA TÊTE »

Animé par l'ergothérapeute et la psychomotricienne de Residom. Testez votre équilibre, votre souplesse : quels exercices faire dans mon quotidien.

Testez votre mémoire : des tests, des jeux, des conseils, de l'information. Des recommandations pour garder son indépendance le plus longtemps possible.

Contact Residom aide et soins à domicile : 04 72 53 02 73

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Mairie du 7^e

Salle des Mariages
16 place Jean Macé



DE 10H À 12H

SALON ÉPHEM'HAIR POUR HOMMES À MARC BLOCH !

Venez profiter d'un moment de détente et prendre soin de vous...

Un coiffeur s'installe à la résidence et propose de s'occuper gratuitement de vos cheveux. Les dames ne seront pas oubliées : manucure, massage des mains, pose de vernis...

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Marc Bloch

Salon de la résidence
13 rue Marc Bloch
04 72 72 95 95

À 13H15

SORTIE AU FIL DE L'EAU

Animée par Mme Attaf, bénévole. Découvrez Lyon grâce à la navette fluviale Vaporetto. Une façon originale de faire la liaison entre le centre historique et le quartier moderne de Confluence.

Tarif : 4 €, départ à 14h

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT FIN SEPTEMBRE

Association Patio des Aînés

5 rue Louis Dansard
06 62 68 35 98

DE 14H45 À 16H45

JEU INTERGÉNÉRATIONNEL « TOI, MOI, VOUS ET NOTRE GERLAND »

Ateliers suivis d'une exposition éphémère :

- L'eau de Gerland
- Comment remplacer le plastique ?
- L'agriculture urbaine
- Piéton à Gerland
- Respects sonores et visuels.

En partenariat avec la classe de Madame Spataro (CM2) de l'école Aristide Briand, les élèves de l'ISARA (établissement d'enseignement supérieur) et les résidents seniors.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Jean Jaurès

286 avenue Jean Jaurès
04 78 72 69 26





À 15H

CONFÉRENCE « COEUR2BOUCHONS »

Animée par Claire Barralon.
Présentation de l'association de collecte de bouchons en plastique en faveur des personnes en situation de handicap, et action de récupération de bouchons.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Domitys Le Pont des Lumières

Salon de la résidence
20 route de Vienne
04 37 70 74 00

À 15H

CONFÉRENCE SUR LES BIENFAITS DU SPORT SANTÉ

Venez découvrir comment la pratique d'une activité physique adaptée et régulière permet d'améliorer votre bien-être.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Mairie du 7^e

Salle des Mariages
16 place Jean Macé
04 72 73 68 31



À 15H30

CONCERT DES ÉPHÉMÈRES

En présence et au profit de l'association des chiens guides d'aveugles.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Orpée Gambetta

Salon d'animation
348 rue André Philip
04 72 72 39 39



© Fotolia

À 16H30

PROJECTION D'UN FILM SUR LA BIENVEILLANCE CITOYENNE

« Qu'est-ce que la bienveillance citoyenne ? »

Le but de ce film est de connaître votre avis sur la bienveillance citoyenne et de montrer que ce thème est essentiel à tout âge et dans toutes les situations de la vie quotidienne. Grâce à un questionnaire élaboré par les animatrices, vous serez amenés à réfléchir et à nous donner votre avis.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Atlantis

Salon de la résidence
43 rue Père Chevrier
04 37 37 15 37

VENDREDI 11

À 10H

L'EMPLOI À DOMICILE ET LE CESU, COMMENT ÇA MARCHE ?

Animé par Leslie Agabriel, animatrice régionale Particulier Emploi. Modalités pratiques de l'emploi à domicile, fonctionnement du CESU, les nouveautés 2019 du CESU (prélèvement à la source, le ticket CESU préfinancé).

**GRATUIT, SANS INSCRIPTION
RENSEIGNEMENT AU 04 26 78 17 51**

Mairie du 7^e

Salle des Mariages
16 place Jean Macé
04 26 78 17 51



© Muriel Chaulet

DE 10H30 À 11H30

ATELIER SPORTS DOUX : « GYM SANTÉ »

Animé par l'association ALGM. Séance de découverte de mouvements doux basés sur les entraînements de gymnastique.

GRATUIT, SANS INSCRIPTION

Résidence Seniors Jean Jaurès

Salon Orchidée 2^e étage (ascenseur)
286 avenue Jean Jaurès
04 78 72 69 26

À 12H30

TOUS EN BLEU... REPAS CONVIVAL ET CITOYEN

Tout le monde est invité à venir partager un grand moment de convivialité solidaire autour d'un poulet basquaise. Les bénéfices seront reversés à l'Association "Les Seniors de Marc Bloch". Tenue vestimentaire et accessoires bleus exigés.

Tarif : 12 €

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AUPRÈS DE LA RÉSIDENCE AU PLUS TARD LE 1^{ER} OCTOBRE.

Résidence Seniors Marc Bloch

Salon de la résidence
13 rue Marc Bloch
04 72 72 95 95

À 16H

GYM DOUCE

Avec Appoline de Capacity.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Orpée Gambetta

Salon d'animation
348 rue André Philip
04 72 72 39 39

SAMEDI 12

À 12H30

REPAS FESTIF SUR LE THÈME DE L'ASIE AU RESTAURANT LE COLOMBIER

Ambiance chaleureuse et conviviale assurée. Apéritif offert.

Tarif : 12 € repas complet

INSCRIPTION OBLIGATOIRE, RÈGLEMENTS JUSQU'AU 6 OCTOBRE

Résidence Seniors Marc Bloch

1^{er} étage
13 rue Marc Bloch
04 72 72 95 95



8^e

LUNDI 7

À 15H

INTERVENTION SUR LE TRI SÉLECTIF

Avec la Métropole de Lyon.

Résidence Seniors Marie-Antoine Chalumeaux

4 rue St-Vincent-de-Paul
04 78 58 67 07
claudine.manuguerra@mairie-lyon.fr

DE 16H30 À 17H30

GYM DOUCE AVEC SIEL BLEU

Avec Siel Bleu.

Résidence Seniors Renée Jolivot

1 rue Jean Sarrazin
04 78 76 30 28
claudine.manuguerra@mairie-lyon.fr

MARDI 8

À 12H

POT AU FEU

Organisé par l'association "Un moment de détente".

INSCRIPTION OBLIGATOIRE ET RÉGLEMENT DE 24€ par courrier uniquement à l'adresse suivante :
24 rue Saint-Mathieu 69008 Lyon

Mairie du 8^e

Espace Citoyen
12 avenue Jean Mermoz

À 14H

LOTO DES SENIORS

Animé par l'association "Un moment de détente". Nombreux lots à gagner.

GRATUIT

Mairie du 8^e

Espace Citoyen
12 avenue Jean Mermoz

DE 14H À 17H

KARAOKÉ

Avec les Résidences Seniors Marie-Antoine Chalumeaux et Renée Jolivot.
Inscription : Résidence Seniors Marie-Antoine Chalumeaux
Karaoke : Centre Social Mermoz,
1 rue Joseph Chalier

Résidence Seniors Marie-Antoine Chalumeaux

4 rue St-Vincent-de-Paul
04 78 58 67 07
claudine.manuguerra@mairie-lyon.fr

À 15H

CONFÉRENCE SUR PARIS

INSCRIPTION : Mme Rigal 04 78 00 04 48

Résidence La Vérandine

33 avenue Paul Santy

MERCREDI 9

À 15H

APRÈS-MIDI JEU

Autour de la thématique de la bienveillance citoyenne.

Résidence Seniors Marie-Antoine Chalumeaux

4 rue St-Vincent-de-Paul
04 78 58 67 07
claudine.manuguerra@mairie-lyon.fr

À 15H

CONCOURS DES CHORALES DES MAISONS DE RETRAITES

Ouvert à tous.

Mairie du 8^e

Espace Citoyen
12 avenue Jean Mermoz

À 15H

APRÈS-MIDI JEU

Autour de la thématique de la bienveillance citoyenne.

Résidence Seniors Renée Jolivot

1 Rue Jean Sarrazin
04 78 76 30 28
claudine.manuguerra@mairie-lyon.fr



JEUDI 10

À 14H

KARAOKÉ

Animé par Alain Piantoni. Ouvert à tous.

Mairie du 8^e

Espace Citoyen
12 avenue Jean Mermoz

À 15H

ATELIER SUR LE TRI DES DÉCHETS

Résidence Seniors Marie-Antoine Chalumeaux

4 rue St-Vincent-de-Paul
04 78 58 67 07
claudine.manuguerra@mairie-lyon.fr

Résidence Seniors Renée Jolivot

1 Rue Jean Sarrazin
04 78 76 30 28

VENDREDI 11

DE 14H À 16H

CRÉATION D'UN LIVRE DE RECETTES PARTAGÉES

Venez avec votre recette et apprenez à mettre en forme une recette de cuisine avec le traitement de texte Libre Office Writer. Vous pourrez partager vos astuces et repartir avec de bonnes idées et un livret de recettes.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Médiathèque du Bachut 8^e

2 place du 11 novembre 1918
04 78 78 11 97

À 15H

CONFÉRENCE SUR LYON

INSCRIPTION : Mme Lof 04 78 76 57 57

Résidence La Saison Dorée

8 rue Antoine Péricaud

SAMEDI 12

À 10H ET 15H

RESTONS CONNECTÉS, PRÉSENTATION DES NOUVELLES TECHNOLOGIES

Venez apprendre les bases d'utilisation de l'ordinateur et de la tablette numérique.

INSCRIPTION : 04 72 78 33 06

Association Multi-Technologies

31 rue Maryse Bastié

À 14H

JEUX DE SOCIÉTÉ ENTRE GÉNÉRATIONS AU JARDIN

INSCRIPTION : M. Hemart 06 30 29 71 10

Jardin Le Pré Santy

Face au 104 avenue Paul Santy



9^e

LUNDI 7

À 12H

DÉJEUNER

Tarif : 9,40 €
INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 78 35 83 96
JUSQU'AU JEUDI 3 OCTOBRE

Résidence Seniors La Sauvegarde
507 avenue de la Sauvegarde

À 14H

PROJECTION DE FILM

La mairie du 9^e vous invite à Ciné Duchère.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

Ciné Duchère
308 avenue Andreï Sakharov

À 18H

VERNISSAGE

Exposition de peintures de l'association Art Culture & Loisirs.

Mairie du 9^e
6 place du Marché
04 72 19 81 72

MARDI 8

À 10H

CONFÉRENCE

Proposée par le Docteur Pierre Haond : « Vieillir ailleurs... ».

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

Mairie du 9^e
6 place du Marché

À 11H

BALADE SUR LE MARCHÉ BIO

En compagnie des résidents de l'EHPAD Les Balcons de l'Île Barbe, de la maison de retraite Valmy et des retraités du 9^e.

Lieu de rendez-vous : devant la Mairie du 9^e place des Tanneurs

À 12H

DÉJEUNER

Au menu : assiette de grillades & ses accompagnements, dessert, boisson, café.

Tarif : 15€
INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72
JUSQU'AU JEUDI 3 OCTOBRE

Restaurant Valmy
3 rue des Tanneurs

DE 14H À 16H

FAIRE SES PREMIERS PAS SUR TABLETTE

Qu'est-ce qu'une tablette ? A quoi sert-elle ? Découvrez cet ordinateur particulier ainsi qu'une sélection d'applications pratiques et indispensables : recherche internet, vidéos... Tablettes tactiles fournies pour la durée de l'atelier.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Bibliothèque La Duchère 9^e
4 place de l'Abbé Pierre
04 78 64 07 45

À 14H30

LOTO MUSICAL

Partie suivie d'un goûter proposé par l'Association Demain Ensemble.

Tarif : 2 € le carton

Maison des Fêtes et des Familles de la Duchère

24 avenue Rosa Parks
04 72 19 81 72



À 14H30

APRÈS-MIDI INTERGÉNÉRATIONNEL

En chansons avec l'école élémentaire La Sauvagère et les Rossignols du 9^e.

La crèche la Sauvagère
24bis quai Paul Sédallian
04 72 19 81 72

À 15H

ANIMATION

Avec la Compagnie de danse contemporaine « TramaLuna ».

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 78 35 49 89

Résidence Seniors La Sauvegarde
507 avenue de la Sauvegarde

À 16H

ATELIER ORIGAMI

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 53 37 00

Résidence Sergent Michel Berthet
65 rue Gorge de Loup



À 16H

CAFÉ ASSOCIATIF

Débat : « Protégeons la planète : écoutons le savoir-faire de nos aînés ».

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 78 25 07 59

Centre social et culturel de Champvert
204 avenue Barthélémy Buyer

MERCREDI 9

À 10H

INITIATION AU YOGA

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

L'Appart Fitness
17 rue des Docks
04 26 20 53 72

À 12H

DÉJEUNER

Tarif : 9,40 €

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72
JUSQU'AU JEUDI 3 OCTOBRE

Résidence Seniors Jean Zay
5 rue Jean Zay
04 78 83 68 32

À 14H30

ATELIER INFORMATIQUE

Accompagnement pour vos démarches en ligne.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 78 34 23 55

L'Espace Seniors
1 rue Marcel Mouloudji

À 15H

VISITE DE LA FERME PERRAUD

La dernière ferme en ville au cœur de Saint Rambert.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

La Ferme Perraud
32 rue des Docteurs Cordier

JEUDI 10

À 9H

INITIATION À LA GYMNASTIQUE SENIORS

Proposée par l'Association Gymnastique Volontaire Fayolle.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

Local des Cabirottes
3 rue de l'Oiselière

À 10H30

INITIATION À LA GYMNASTIQUE DOUCE

Proposée par l'Association Gymnastique Volontaire Fayolle.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

Gymnase Jean Zay
1 rue Jean Zay

JEUDI 10

À 11H

EXPOSITION

Visite libre de l'exposition :
« Les portraits par Jean Couty ».

Tarif : 4 €

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

Musée Jean Couty
1 place Henri Barbusse



À 12H

DÉJEUNER, EXPOSITION PUIS ÉCHANGES

Autour du thème « Protégeons la
planète : écoutons le savoir-faire de nos
aînés ».

Tarif : 9 €

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 78 25 07 59

Centre social et culturel de Champvert
204 avenue Barthélémy Buyer



À 12H

DÉJEUNER

Au menu : entrée, poulet, gratin
dauphinois, dessert, café.

Tarif : 15 €

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
au 04 72 19 81 72
jusqu'au lundi 7 octobre

Restaurant Le Grand Café de la Place
Place Dumas de Loire



DE 14H À 16H

COUP DE POUCE SPÉCIAL TABLETTE OU TÉLÉPHONE

Accompagnement individualisé.
Comment je trouve et installe une
application sur ma tablette ? Comment
je paramètre celle-ci ? Comment
j'active le wifi de la Bibliothèque
Municipale de Lyon ? Apportez vos
tablettes tactiles ou vos smartphones.

SUR INSCRIPTION
PAR RDV DE 30 MIN./PERSONNE

Bibliothèque 9° La Duchère
4 place de l'Abbé Pierre
04 78 64 07 45

À 14H

APRÈS-MIDI INTERGÉNÉRATIONNEL « JEUX DE SOCIÉTÉ »

En présence des retraités du 9°, du Club
de Saint-Rambert et des collégiens du
Collège Victor Schœlcher : scrabble,
belote, triomino, jeux d'échecs...

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

Résidence Seniors Jean Zay
5 rue Jean Zay



DE 15H À 16H30

BIENVEILLANCE CITOYENNE

Que signifie être citoyen au 21^e siècle ?
Où est donc passée la bienveillance ?
Qu'entend-t-on par « bienveillance
citoyenne » ?

Le pôle mobile de la Bibliothèque
Municipal de Lyon vous invite à
explorer ensemble cette thématique
à travers des échanges, des jeux
ainsi qu'une présentation du lecteur
Daisy, technologie bienveillante...
Intervenantes : Viviane Elisha,
Fabienne Dumond.

Résidence Les Balcons de l'Île Barbe
70 rue Pierre Termier
04 37 64 28 50



VENDREDI 11

À 9H

ATELIER « ÉQUILIBRE DÉCOUVERTE »

Animé par Siel Bleu, proposé par
l'Espace Seniors.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 78 34 23 55

Centre Social Duchère Plateau
235 avenue du plateau



À 10H

VISITE GUIDÉE

Tarif : 3 €

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

**Musée des Sapeurs-Pompiers
de la Duchère**
358 avenue de Champagne



À 11H

BALADE SUR LE MARCHÉ BIO DE SAINT-RAMBERT

En compagnie des résidents de l'EHPAD
Les Balcons de l'Île Barbe et des
retraités de l'arrondissement.

Lieu de rendez-vous :
Place des Tanneurs à Vaise, devant
la mairie du 9°, 6 place du Marché

À 12H

DÉJEUNER

Au menu : couscous garni, thé à la
menthe, pâtisserie orientale.

Tarif : 15 €

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

Restaurant « La Corne de Gazelle »
1 rue du Marché



À 14H30

ATELIER MÉMOIRE

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 78 34 23 55

Espace Seniors
1 rue Marcel Mouloudji



À 16H

TABLE RONDE, DISCUSSIONS ET ATELIERS « ART ET NATURE »

Avec l'association Sea Science & Art.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 53 37 00

Résidence Sergent Michel Berthet
65 rue Gorge de Loup



SAMEDI 12

À 10H

ANIMATION AQUADOUCEUR

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

Départ en TCL groupé devant la Mairie
du 9° à 10h, 6 place du Marché

Piscine Garibaldi
221 rue Garibaldi (3°)

À 12H

REPAS

Au menu : entrée, viandes, frites,
fromage blanc, salade de fruits, café,
boissons ; avec concours et initiation
à la boule Lyonnaise

Tarif : 12 €

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AU 04 72 19 81 72

Club Entente Rhodia Racing
15 rue Jean Zay



© Pixabay

DE 14H À 15H

RENCONTRE : LES JEUNES PARTAGENT LEURS CONNAISSANCES

Qu'est-ce qu'Internet aujourd'hui
pour la jeune génération ? Comment
nos enfants utilisent le numérique ?
Découvrez ce qu'ils aiment et veulent
partager ainsi qu'une sélection de
pratiques par les jeunes eux-mêmes
(réseaux sociaux, recherche internet,
vidéos...)

OUVERT À TOUTES ET À TOUS

Bibliothèque 9° La Duchère
4 place de l'Abbé Pierre
04 78 64 07 45



DIMANCHE 13

À 15H

APRÈS-MIDI DÉTENTE

INSCRIPTION AU 04 72 19 81 72

Parc du Vallon
Boulevard de la Duchère



AUTOUR DE LA SEMAINE BLEUE

ACTIVITÉS PHYSIQUES, SPORT, BIEN-ÊTRE, SANTÉ



ENFORM@LYON

Seniors, restez actifs et téléchargez l'appli enform@Lyon développée par la Ville de Lyon. Elle associe la pratique sportive et la découverte du patrimoine grâce à des commentaires audio déclenchés à proximité de sites remarquables.

Nouveau ! Rendez-vous dans la Résidence Seniors de la Ville de Lyon la plus proche de chez vous pour découvrir les séances d'activités enform@Lyon encadrées par un éducateur.

Informations

04 72 10 30 30 ou lyon.fr



SPORT SANTÉ ET POSTURE

**MERCREDI 25 SEPTEMBRE
À 17H**

Venez découvrir les bénéfices d'une pratique douce incluant un travail sur la posture pour améliorer votre bien-être via une discipline adaptée d'un art martial japonais.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

No Kachi Lyon

8 place du Traité de Rome (7^e)
06 76 99 88 04
emmeline.mottet@nokachi-lyon.fr



NORDICWALKIN'LYON

**SAMEDI 12
ET DIMANCHE 13 OCTOBRE**

**Découvrez la ville autrement
en marche nordique ou en randonnée
pédestre.**

La marche, qu'elle soit pédestre ou nordique, est un sport santé accessible à tous, intergénérationnel, aux bienfaits multiples pour le corps et l'esprit ! Venez la pratiquer avec des randos de 7, 12, 16 ou 20km, à travers les sites emblématiques de la Capitale des Gaules, aussi bien historiques que contemporains.

Le Salon Marche Nordique & Bien-Être au Parc de Gerland (7^e) vous permettra de vous initier à la marche nordique, de tester du matériel et d'échanger avec des passionnés.

Informations et inscriptions

nordicwalkinlyon.com
contact@nordicwalkinlyon.com



VILLAGE DE LA FORME

**MARDI 15 OCTOBRE
DE 13H À 17H**

Participez au Village de la Forme, forum interactif et participatif regroupant des professionnels et spécialistes autour de 4 univers : la prévention santé, le bien-être, l'activité physique et la nutrition. Vous pourrez ainsi découvrir des solutions personnalisées, concrètes et simples à mettre en pratique pour conserver la forme au quotidien.

Pour profiter au mieux des animations et être à l'aise dans la pratique, nous vous invitons à adopter une tenue vestimentaire et des chaussures confortables.

Informations et inscriptions

04 37 03 28 95
contact@capformsenior.fr
capformsenior.fr

Halle Stéphane Diagana

4 rue Victor Schoelcher (9^e)

RENCONTRES DÉCOUVERTES CONFÉRENCES DÉBATS

PORTES OUVERTES

**DU LUNDI 30 SEPTEMBRE
AU JEUDI 3 OCTOBRE
À PARTIR DE 14H**

Vous aimez la musique ? Venez découvrir ou re-découvrir la salle de concert, Le Périscope, lieu dédié à la création de musiques innovantes depuis 12 ans, installé au cœur de Perrache.

Venez rencontrer des artistes en résidence, écouter de la musique en journée ou en soirée.

Informations

04 78 38 89 29
periscope.mediation@gmail.com
periscope.communication@gmail.com
periscope-lyon.com

Le Périscope

13 rue Delandine (2^e)



PETIT DÉJEUNER DES ACTEURS MONALISA : « VENEZ RÉSEAUTER ! »

**MARDI 1^{ER} OCTOBRE
DE 8H À 10H**

Vous êtes acteur de la lutte contre l'isolement des personnes âgées, vous avez envie d'échanger sur vos initiatives de lien social, rendez-vous avec la coopération Monalisa Métropole et Rhône pour le premier « petit déj Monalisa » en partenariat avec les Petites Cantines. Nous vous présenterons le projet des Petites Cantines, la coopération, et la carte interactive des équipes citoyennes Monalisa.

Informations

UDCCAS, 8 place Danton (3^e)
09 80 86 76 93
monalisa.rhone@gmail.com

Les Petites Cantines

37 rue Saint-Pierre de Vaise (9^e)

CONFÉRENCE DÉBAT « L'INTESTIN, NOTRE DEUXIÈME CERVEAU »

**OUVERTURE DE LA SEMAINE
BLEUE DANS LE 6^E**

À l'initiative de la Mairie du 6^e et en partenariat avec la Métropole de Lyon

**VENDREDI 4 OCTOBRE
À 14H30**

Animée par le Professeur Stéphane Nancey, chef du service hépato-gastroentérologie du Groupement Hospitalier Sud, avec le soutien de la Fondation DigestiScience (recherche sur les maladies de l'appareil digestif et la nutrition). Cette conférence est organisée par le Comité de Coordination des Associations du 6^e arrondissement. Goûter d'ouverture de la semaine bleue **SANS INSCRIPTION**

Espace associatif Simone André

Comité de Coordination des Associations du 6^e arrondissement
100 rue Boileau (6^e)
04 72 83 01 78





CONFÉRENCE : QUAND VIEILLIR RIME AVEC AGIR !



Vous avez du temps et de l'énergie ? Comment partager et se maintenir en forme dans sa ville, à son rythme ?

LUNDI 14 OCTOBRE DE 9H30 À 12H

Tout ne s'arrête pas au moment du passage à la retraite, bien au contraire ! Loin d'être synonyme de déclin, l'avancée en âge est la porte d'entrée du renouveau. Nos aînés ont du temps et de l'énergie. Comment partager et se maintenir en forme dans sa ville, à son rythme ? Découvrez-le lors d'une réunion d'information en présence du Pr. Pierre Krolak-Salmon, neurologue et gériatre, responsable de l'Institut du Vieillessement des Hospices Civils de Lyon et de Lili Smart, start-up lyonnaise développant entre autre Activie, un service innovant de prévention dédié aux seniors dont l'objectif est de repousser l'âge de la perte d'autonomie en jouant sur les facteurs motivationnels, tout en renforçant le lien social et l'inclusion. En partenariat avec So Lyon Mutuelle. **GRATUIT**

Informations

04 72 52 04 34 ou contact@lilismart.com

Siège des Hospices Civils de Lyon
3 quai des Célestins (2^e)



VIS MA VIE... DE VIEUX



MARDI 15 OCTOBRE DE 14H À 17H30

Quand on est âgé, on sait ce qu'être jeune. Mais vous, savez-vous ce que ça fait d'être vieux ? Pour améliorer le vivre ensemble, les Petits Frères des Pauvres, vous propose un temps d'échange et de formation pour mieux comprendre les effets du vieillissement et les expérimenter au travers d'un simulateur. **INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

Informations

04 72 78 52 52 (Mme Baty)
formation.aura@petitsfreresdespauvres.fr

Les Petits Frères des Pauvres

2 rue Saint Gervais (8^e)
(Métro Sans Souci)

CAFE ÉTHIQUE

MARDI 15 OCTOBRE À 18H

Comment comprendre la bienveillance citoyenne dans le champ de la santé ? Comment la décliner au quotidien lorsque la santé est altérée. Accompagner un parcours de vie et de santé sous le signe de la bienveillance : un échange à avoir au sein de la société. Le réseau de santé polyvalent LYRE et l'Espace de Réflexion Éthique Auvergne Rhône Alpes proposent un temps d'échange sur cette thématique. **INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

Informations

04 78 76 58 40
contact@reseau-lyre.fr / reseau-lyre.fr
ereara.com

Café Le Sherrington

204 B av. des Frères Lumière (8^e)
(Métro Grange Blanche)



© Droits réservés

ACCOMPAGNER DES MALADES EN FIN DE VIE

MERCREDI 16 OCTOBRE À PARTIR DE 14H

Vous vous interrogez sur ce qu'est l'accompagnement bénévole auprès des malades en fin de vie ? Ce qu'apporte cette présence au malade et à ses proches ? Jean Frédéric Vernier, auteur de l'ouvrage « Les yeux d'Arthur », ainsi que des bénévoles de l'association des Petits Frères des Pauvres témoigneront sur ce sujet et répondront à toutes vos questions. Venez à leur rencontre pour un échange dans la simplicité. **ENTRÉE LIBRE**

Informations

Les Petits Frères des Pauvres
04 72 78 52 51
petitsfreresdespauvres.fr

Mairie du 8^e

Espace Citoyen
12 avenue Jean Mermoz (8^e)



LOTO

À l'initiative de la Mairie du 8^e

MARDI 22 OCTOBRE À 15H

Inscription : Mme Lof 04 78 76 57 57

Résidence «La Saison Dorée»

8 rue Antoine Péricaud (8^e)

ATELIERS



BIENVEILLANCE CITOYENNE



VENDREDI 4 OCTOBRE DE 15H30 À 17H

Que signifie être citoyen au 21^e siècle ? Où est donc passée la bienveillance ? Qu'entend-t-on par « bienveillance citoyenne » ?

Le Pôle mobile de la Bibliothèque Municipale de Lyon vous invite à explorer ensemble cette thématique à travers des échanges, des jeux ainsi qu'une présentation du lecteur Daisy, technologie bienveillante...
Intervenantes : Viviane Elisha, Fabienne Dumond.

Résidence Caritas

119 avenue Paul Santy (8^e)
04 78 78 17 17



RESTONS CONNECTÉS

À l'initiative de la Mairie du 8^e, par l'association Multi-Technologies

SAMEDI 5 OCTOBRE À 10H ET 15H

Venez apprendre les bases d'utilisation de l'ordinateur et de la tablette numérique.

Inscription

04 72 78 33 06
31 rue Maryse Bastié (8^e)



PRÉVENTION ROUTIÈRE AVEC AGIR ABCD



À l'initiative de la Mairie du 8^e

MARDI 15 OCTOBRE DE 14H À 17H

Ouvert à tous

Inscription

04 72 78 33 06

Mairie du 8^e

Salle fraternité
12 avenue Jean Mermoz (8^e)

BIENVEILLANCE CITOYENNE



JEUDI 17 OCTOBRE DE 15H À 16H30

Que signifie être citoyen au 21^e siècle ? Où est donc passée la bienveillance ? Qu'entend-t-on par « bienveillance citoyenne » ?

Le Pôle mobile de la Bibliothèque Municipale de Lyon vous invite à explorer ensemble cette thématique à travers des échanges, des jeux ainsi qu'une présentation du lecteur Daisy, technologie bienveillante...
Intervenantes : Viviane Elisha, Fabienne Dumond.

Résidence Marie-Antoine Chalumeaux

6 rue Saint Vincent de Paul (8^e)
04 78 58 67 07



INTRODUCTION AU REIKI

SAMEDI 19 OCTOBRE DE 9H À 10H

Cet atelier, animé par Muriel Junique, Maître Reiki degré 4, a pour objectif de favoriser le processus de guérison tant sur le plan physique que psychique à travers l'énergie universelle et s'adresse à un public varié : personnes âgées, aidants, intervenantes à domicile, professionnels.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE



INITIATION À LA PROGRAMMATION NEURO LINGUISTIQUE (PNL)

DE 10H15 À 12H

Cet atelier, animé par Fatiha Lenoci, coach certifiée PNL du Cabinet Qualista- Coaching, vise à aider les participants à améliorer leur communication inter-personnelle et s'adresse à un public varié : personnes âgées, aidants, intervenantes à domicile, professionnels.

GRATUIT, INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Inscription pour ces 2 animations

04 78 38 01 80
lesfeesbleues.contact@gmail.com

Fées Bleues

250 rue Garibaldi (3^e)



RESTONS CONNECTÉS

À l'initiative de la Mairie du 8^e, par l'association Multi-Technologies

**SAMEDI 19 OCTOBRE
À 10H ET 15H**

Venez apprendre les bases d'utilisation de l'ordinateur et de la tablette numérique.

Inscription

04 72 78 33 06

31 rue Maryse Bastié (8^e)



DEVINEZ QUI JE SUIS ?

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**LUNDI 21 OCTOBRE
À 15H**

Inscription

Mme Calatayud : 04 78 00 19 61

Association « Pause Amitié »

23 rue des Serpollières (8^e)



PRÉVENTION ROUTIÈRE AVEC AGIR ABCD

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**MARDI 22 OCTOBRE
DE 14H À 17H**

Ouvert à tous

Inscription

04 72 78 33 06

Mairie du 8^e

Salle fraternité
12 avenue Jean Mermoz (8^e)

JE REPASSE LE CODE DE LA ROUTE !

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**JEUDI 24 OCTOBRE
À 15H**

Ouvert à tous

Centre social des États-Unis

04 78 74 50 29

Place du 8 mai 1945

(face au marché des États-Unis 8^e)



BIENVEILLANCE CITOYENNE

**VENDREDI 25 OCTOBRE
DE 15H À 16H30**

Que signifie être citoyen au 21^e siècle ?
Où est donc passée la bienveillance ?
Qu'entend-t-on par « bienveillance
citoyenne » ?

Le Pôle mobile de la Bibliothèque
Municipale de Lyon vous invite à
explorer ensemble cette thématique
à travers des échanges, des jeux ainsi
qu'une présentation du lecteur Daisy,
technologie bienveillante...
Intervenantes : Viviane Elisha,
Fabienne Dumond.

Informations

04 37 40 81 80

Résidence Seniors Marius Bertrand

14 rue Hermann Sabran (4^e)



RESTONS CONNECTÉS

À l'initiative de la Mairie du 8^e, par l'association Multi-Technologies

**SAMEDI 26 OCTOBRE
À 10H ET 15H**

Venez apprendre les bases d'utilisation de l'ordinateur et de la tablette numérique.

Inscription

04 72 78 33 06

31 rue Maryse Bastié (8^e)



BIENVEILLANCE CITOYENNE

**JEUDI 31 OCTOBRE
DE 15H À 16H30**

Que signifie être citoyen au 21^e siècle ?
Où est donc passée la bienveillance ?
Qu'entend-t-on par « bienveillance
citoyenne » ?

Le Pôle mobile de la Bibliothèque
Municipale de Lyon vous invite à
explorer ensemble cette thématique
à travers des échanges, des jeux ainsi
qu'une présentation du lecteur Daisy,
technologie bienveillante...
Intervenantes : Viviane Elisha,
Fabienne Dumond.

Résidence Duquesne

46-50 rue Duquesne (6^e)

04 37 48 34 00



AUDITION ET LIEN SOCIAL

**JEUDIS 7, 14, 21, 28
NOVEMBRE
DE 14H À 16H**

L'atelier « audition et lien social »
a pour objectif de sensibiliser les
seniors aux risques des troubles de
l'audition liés au vieillissement, le
parcours de soin du malentendant et les
conséquences de la surdité chez le sujet
et chez ses proches.



« BIEN SOUS LA COUETTE »

**VENDREDIS 15, 22, ET
29 NOVEMBRE
DE 9H30 À 11H30**

L'atelier « bien sous la couette »
poursuit plusieurs objectifs, notamment
de comprendre l'évolution des capacités
fonctionnelles et physiologiques
associées à la sexualité ; Comment
envisager les façons de communiquer
auprès de son partenaire en fonction
des attentes respectives de chacun
et également, savoir adapter ses
habitudes et ses pratiques à l'égard du
regard porté sur soi-même et sur son
corps.

**GRATUIT POUR CES 2 ANIMATIONS
INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

Informations pour ces animations

Le matin au 04 72 91 99 40 ou sur le
site de la Carsat : vosservicesenligne.carsat-ra.fr/accueil/retraites

Crias Mieux Vivre

1 cours Albert Thomas (3^e)

SORTIES SPECTACLES



VISITE EXCLUSIVE, LUGDUNUM MUSÉE & THÉÂTRES ROMAINS

**JEUDI 19 SEPTEMBRE
À 15H**

Durée : 1h30

Poussez les portes d'une riche
domus romaine et venez fouler de
sommptueuses mosaïques à la leur
vacillante de candélabres qui redonnent
vie aux peintures murales.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

TARIF PRÉFÉRENTIEL réservé

aux détenteurs de la Carte senior : 3 €
(au lieu de 10 €)

Informations et réservations

04 72 38 81 91

reservations.lugdunum@grandlyon.com

Lugdunum

Musée et Théâtres Romains

17 rue Cleberg (5^e)

SPECTACLE MUSICAL ET DANSANT AVEC LES PENNONS DE LYON

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**VENDREDI 4 OCTOBRE
À 14H**

Ouvert à tous

Mairie du 8^e

Espace Citoyen

12 avenue Jean Mermoz (8^e)



HOMMAGE À BOURVIL

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**LUNDI 14 OCTOBRE
À 15H**

Ouvert à tous.

Inscription : Mme Gay 04 78 74 99 67

Résidence « Madeleine Caille »

6 rue Stéphane Coignet (8^e)



PIÈCE DE THÉÂTRE L'ODYSSÉE D'HOMÈRE

À l'initiative de la Mairie du 3^e

**MARDI 15 OCTOBRE
À PARTIR DE 14H30**

Cette adaptation de l'Odyssée d'Homère par la Compagnie Thespis nous fait redécouvrir la figure d'un héros connu de tous. Humour, sagesse et intelligence s'entremêleront dans cette aventure où 5 comédiens interprètent 28 personnages sur un rythme effréné.

Informations

Mairie du 3^e : 04 78 95 83 50

Bourse du Travail

205 place Guichard (3^e)



ANIMATION RADIOPHONIQUE INTERGÉNÉRATIONNELLE



**MERCREDI 16 OCTOBRE
DE 10H À 12H**

Radio « Il était une fois mon quartier »

Animation radiophonique intergénérationnelle, animée par un duo de chroniqueurs, où seniors et enfants s'interrogent sur la notion du mieux vivre ensemble à travers les thématiques d'égalités sociales et territoriales, d'éco-citoyenneté ou encore d'interculturalité. Elle sera enregistrée puis diffusée sur l'audioblog de RadioSonic.

Ce projet culturel permettra de témoigner de l'engagement des participants et de sensibiliser le plus grand nombre aux défis sociaux : l'intégration des personnes en situation de handicap et vieillissantes, l'ouverture aux cultures minoritaires...

À l'initiative du Pôle de Vie Sociale de la MJC Confluence et de RadioSonic.

Informations

MJC Confluence, 28 quai Rambaud, Lyon 2^e
07 87 05 83 63
ou nicolas.satre@mjc-confluence.fr

Résidence Seniors Georges Rinck

66 cours Suchet (2^e)



© Droits réservés

PIÈCE DE THEATRE ET SKETCHS D'IMPROVISATIONS

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**VENDREDI 18 OCTOBRE
À 15H**

Inscription

Mme Gay : 04 78 74 99 67

Résidence « Madeleine Caille »

6 rue Stéphane Coignet (8^e)



VISITE DE L'EXPOSITION « TONY GARNIER, L'AIR DU TEMPS »

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**MERCREDI 23 OCTOBRE
À 10H**

Inscription

04 72 78 33 06

Musée Urbain Tony Garnier

4 rue des serpollières (8^e)



APRÈS-MIDI EN CHANSONS

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**MERCREDI 23 OCTOBRE
À 15H**

Inscription

M. Contal : 04 78 76 54 00

Résidence « Ambroise Paré »

16 rue Guillaume Parardin (8^e)



RENCONTRE ET SPECTACLE MUSICAL : LES 80 ANS DE MA MÈRE

**MERCREDI 23 OCTOBRE
À 17H**

Venez rencontrer la compagnie de théâtre « La Grenade » qui vous présentera son projet « Les 80 de ma mère », à destination des seniors isolés. Au programme : petit spectacle, tour de chant et buffet convivial. Ouvert à tous !

Informations

06 50 65 99 36
contact@lagrenade.fr
lagrenade.fr

Résidence Seniors Jean Jaurès

286 avenue Jean Jaurès (7^e)



BAL BLEU PAR ALAIN PIANTONI

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**VENDREDI 25 OCTOBRE
À 14H**

Bal dansant qui vient clôturer le mois bleu en mairie du 8^e.
OUVERT À TOUS

Mairie du 8^e

Espace Citoyen
12 avenue Jean Mermoz (8^e)

THÉ DANSANT

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**VENDREDI 25 OCTOBRE
À 15H**

Bal dansant qui vient clôturer le mois bleu en mairie du 8^e.
OUVERT À TOUS

Résidence « St-Exupéry »

94 rue Bataille (8^e)
Accueil : 04 78 76 68 90

PHOTOS NOCTURNES

Les vues de nuit de la colline de Fourvière depuis les quais et celles de la Presqu'île depuis Fourvière figurent dans de nombreux albums photo. Ça tombe bien : la Ville de Lyon, engagée dans une réflexion sur l'éclairage urbain, souhaite reconstituer l'évolution du paysage nocturne de 1900 à 2010. On peut donc remonter loin dans les archives familiales et enrichir ce projet, intitulé Rock et initié par l'Union européenne autour de l'héritage culturel urbain.

Photos à envoyer à

paysagenocturne@mairie-lyon.fr
(10 Mo maximum, pas de photo de la Fête des Lumières !)



© Droits réservés

INFORMATION, PRÉVENTION



JOURNÉE MONDIALE ALZHEIMER

**SAMEDI 21 SEPTEMBRE
DE 14H À 19H**

France Alzheimer Rhône vous attend nombreux !

Depuis 1994, l'association France Alzheimer et maladies apparentées se mobilise chaque année le 21 septembre, pour sensibiliser et informer le grand public sur une pathologie qui touche aujourd'hui près de 900 000 personnes en France.

À cette occasion, un mini village Alzheimer avec stands et diverses animations seront proposés. Cette journée conviviale est accessible à tous. Faire de notre société, une société plus inclusive sera le thème de cette journée.

L'association est également à la recherche de bénévoles pour l'accompagner durant cette journée. La participation de chacun est la bienvenue, alors n'hésitez pas à nous faire savoir votre participation !

Place de la République (2^e)

France Alzheimer Rhône
04 78 42 17 65
alzheimer.rhone@wanadoo.fr

LES ENTRETIENS ALZHEIMER

**LUNDI 30 SEPTEMBRE
DE 14H À 18H**

Les Entretiens Alzheimer, conférence grand public, organisée par la Fondation pour la Recherche sur Alzheimer, ont pour objectif de partager les dernières données thérapeutiques et les perspectives d'avenir sur la maladie d'Alzheimer tout en favorisant le dialogue entre les chercheurs, les professionnels, les aidants et toutes les personnes engagées dans le combat contre la maladie.

**CONFÉRENCE GRATUITE
SUR INSCRIPTION DANS LA LIMITE
DES PLACES DISPONIBLES**

Inscription

01 42 17 75 19 ou
evenements@alzheimer-recherche.org
et www.alzheimer-recherche.org

Hôtel de Ville de Lyon

1 place de la Comédie (1^{er})



GASTRONOMIE, DÉGUSTATION, CUISINE, RESTAURATION



VISITE DES HALLES DE LYON PAUL BOCUSE

**JEUDI 26 SEPTEMBRE
DE 9H À 10H**

Venez découvrir les Halles de Lyon Paul Bocuse, site emblématique de la gastronomie lyonnaise, son bâtiment, son histoire et son fonctionnement. Rendez-vous dans la verrière côté cours Lafayette.

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE
GRATUIT POUR LES DÉTENTEURS DE
LA CARTE SENIOR**

Halles de Lyon Paul Bocuse

102 cours Lafayette (3^e)
04 78 62 39 33
halles.lyon@mairie-lyon.fr



© Droits réservés



DÉGUSTATION VINS ET FROMAGES

À l'initiative de la Mairie du 8^e

**JEUDI 17 OCTOBRE
À 15H**

Inscription

M. Popeler : 04 78 78 69 69

Résidence « La Rotonde »

8 rue de la Meuse (8^e)

REPAS POUR UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE, VARIÉE, RÉPONDANT À L'APPORT NUTRITIONNEL JOURNALIER



Allez vers les autres en vous rendant dans les restaurants de Déjeuner-Services UGFRL ouverts tous les jours (5/7) pour partager un moment convivial et de rencontre lors du temps d'un repas festif et calendaire.

TARIF : 9,40€

Inscription par téléphone 72h à l'avance auprès du restaurant de votre choix.

**DU LUNDI 7
AU VENDREDI 13 OCTOBRE
À 12 H**

Lyon 1^{er} : Pradel (146 bd de la Croix-Rousse) 04 78 29 06 71
et Clos Jouve (12 rue Perfetti)
04 72 98 38 55

Lyon 2^e : Rinck (66 cours Suchet)
04 78 38 39 63

Lyon 3^e : Danton (8 place Danton)
04 78 60 60 41

Lyon 4^e : Hénon (64 bd des Canuts)
04 72 00 27 23

Lyon 5^e : Charcot (34 rue Commandant Charcot) 04 78 25 84 22

Lyon 6^e : Thiers (171 avenue Thiers)
04 78 24 10 18

Lyon 7^e : Jean Jaurès (286 avenue Jean Jaurès) 04 72 70 77 90

Lyon 8^e : Jolivot (1 rue Jean Sarrazin)
04 78 76 34 34 et Chalumeaux
(6 rue Saint-Vincent-de-Paul)
04 78 69 16 01

Lyon 9^e : Jean Zay (5 rue Jean Zay)
04 78 83 74 16
et La Sauvegarde (507 avenue de la Sauvegarde) 04 78 35 83 96

LIVRAISON QUOTIDIENNE À DOMICILE DES REPAS

04 72 70 67 15

VILLE DE
LYON

PROLONGEZ ! *la Semaine bleue...*

Vous avez plus de 65 ans et vous voulez participer à diverses activités ?
Venez vous inscrire **en mairie d'arrondissement** ou sur **lyon.fr**
pour bénéficier gratuitement de votre carte senior et du programme
d'activités concocté pour vous.

Soyez prêts à profiter des bons plans de l'offre
« automne hiver » 2019-2020 qui sortira fin octobre.



LA SEMAINE BLEUE DU 7 AU 13 OCTOBRE

MA VILLE SIMPLIFIE MA VIE

Pour vous faciliter la vie au quotidien, la Ville de Lyon vous propose de faire certaines de vos demandes ou démarches municipales en ligne.

Sur lyon.fr et sur l'Appli, l'espace usager vous offre la possibilité de suivre ces démarches 24h/24h, 7jours/7.

LYONendirect

lyon.fr / Appli Lyon
04 72 10 30 30

POUR PLUS D'INFORMATIONS :

Renseignements ou inscriptions auprès de chaque structure d'accueil ou des mairies d'arrondissement, dans la limite des places disponibles.

À l'heure où nous bouclons ce programme, certains éléments n'ont malheureusement pas pu nous être communiqués.

Pour des informations complémentaires, renseignez-vous auprès de votre mairie d'arrondissement ou de la structure d'accueil !



WHO Global Network
for Age-friendly Cities
and Communities

 VILLE DE LYON | CCAS